

# Regresso às aulas

como começar o novo ano  
escolar de maneira positiva



Para pais



COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE



# Estar online

## Acesso e Inclusão

*Todas as crianças têm o direito de participar no espaço digital sem receio de exclusão.*



Faça perguntas frequentes aos seus filhos acerca das suas atividades digitais.



Encoraje-os a falarem consigo sempre que se sentirem desconfortáveis ou excluídos *online*.

## Aprendizagem e Criatividade

*Atualmente, a aprendizagem digital é um elemento essencial da educação que ajuda as crianças a enfrentarem os desafios do amanhã.*



Visite com os seus filhos exposições virtuais relacionadas com os seus interesses e procure workshops onde eles possam aprender a utilizar a tecnologia digital de forma criativa.

## Literacia dos Media e da Informação

*Na atual sociedade da informação é especialmente importante que as crianças se tornem cidadãos críticos.*



Qualquer um pode fazer-se passar por um especialista na internet. Visite alguns websites com os seus filhos e confirme se a informação disponível é real ou não. Como se podem distinguir?

# Bem-estar online

## Ética e Empatia

*As crianças aprendem melhor conceitos como a igualdade, a justiça, a abertura à diversidade e a empatia com os exemplos que veem em casa e na escola.*

-  Prepare os seus filhos para saberem lidar com situações de bullying.
-  Procure [recursos anti-bullying](#) e discuta o que aprendeu com os seus filhos.

## Saúde e Bem-estar

*Educar as crianças a manter o equilíbrio entre o real e o virtual, assim como nas atividades no interior e ao ar livre.*

-  Crie com os seus filhos uma tabela de família que os ajude a controlar o tempo que passam nos ecrãs, faça pausas e verifique a sua postura enquanto trabalham *online*.

## E-Presença e Comunicações

*Com o uso mais generalizado da tecnologia digital na educação, as crianças precisam de estar mais conscientes do respeito e da privacidade que devem manter nas suas interações.*

-  Pense com os seus filhos em formas de mostrar respeito quando comunicam *online* e *offline*.
-  Relembre-os de que os emojis podem ser facilmente mal interpretados.

# Direitos online

## Participação Ativa

*As escolas são microcosmos da sociedade democrática, onde os alunos praticam competências de cidadania e experienciam formas democráticas de convivência.*

-  Procure atividades extracurriculares, de acesso gratuito, que ofereçam aos seus filhos oportunidades de serem ouvidos.
-  Explique o que significa ser um participante ativo ou passivo.

## Direitos e Responsabilidades

*O início do ano letivo é o momento ideal para falar sobre o direito de aprender e de expressar opiniões e a responsabilidade de assegurar que os direitos dos outros são respeitados.*

-  Crie um poster com os seus filhos sobre direitos e responsabilidades *offline*.
-  Faça com que eles lhe digam como é que os mesmos funcionam nas suas atividades *online*.

## Privacidade e Segurança

*As plataformas digitais que as crianças utilizam para o trabalho escolar e para o lazer devem ser regularmente monitorizadas pelas escolas e pelas famílias para se certificarem de que as mesmas são seguras e ajustadas às necessidades das crianças.*

-  Instale e atualize regularmente o *software* de segurança nos dispositivos dos seus filhos (filtros, *firewalls*, antivírus) e explique porque é que a privacidade é tão importante.

# Direitos online

## Consumo Informado

*Quando se preparam as crianças para o novo ano letivo, tenha consciência de que a cidadania inclui pensar na pegada de carbono e nas normas de comércio.*

-  Ajude os seus filhos a entender a diferença entre “necessidade” e “desejo” e como a pressão dos seus amigos sobre marcas de roupa e equipamentos tecnológicos pode minar a diversidade.

*Ajude os seus filhos a tornarem-se cidadãos digitais através das suas experiências online e offline na escola e na comunidade.*

### Outras publicações do Conselho da Europa sobre Educação para a Cidadania Digital

- ▶ Educating for a video game culture – A map for teachers and parents (2021)
- ▶ Easy steps to help your children become a Digital Citizen (2020)
- ▶ Keeping young citizens busy at home during the Corona crisis (2020)
- ▶ Parenting in the digital age – positive parenting strategies for different scenarios (2020)
- ▶ Digital Citizenship Education Handbook (2019)
- ▶ Bullying: perspectives, practice and insights (2017)
- ▶ Internet Literacy Handbook (2017)

Mais informações disponíveis em:  
[www.coe.int/education](http://www.coe.int/education)

**Autores:**

**Janice Richardson**

**Veronica Samara**

**Traduzido por:**

**Filipa Matos, Agrupamento de Escolas**

**João da Rosa / Fernanda Bonacho,**

**Escola Superior de Comunicação Social**



ESCOLA SUPERIOR  
DE COMUNICAÇÃO SOCIAL



POLITÉCNICO  
DE LISBOA



PREMS 118921

**POR**

**[www.coe.int](http://www.coe.int)**

O Conselho da Europa é a principal organização de defesa dos direitos humanos no continente. Integra 47 Estados membros, incluindo todos os membros da União Europeia. Todos os Estados membros do Conselho da Europa assinaram a Convenção Europeia dos Direitos do Homem, um tratado que visa proteger os direitos humanos, a democracia e o Estado de direito. O Tribunal Europeu dos Direitos do Homem controla a implementação da Convenção nos Estados membros.

COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE