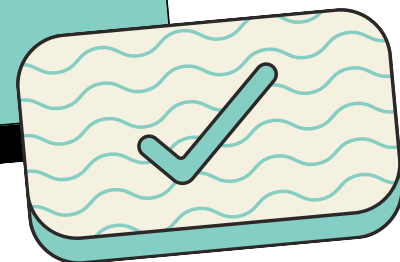
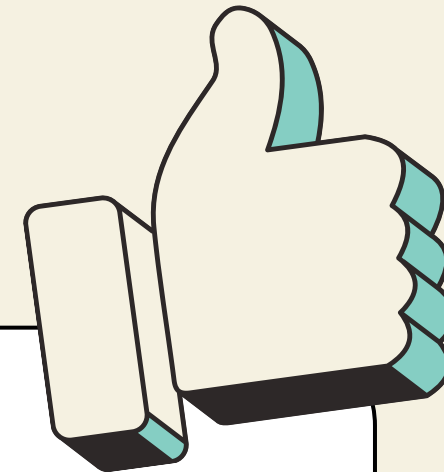


SUMÁRIO



01



Introdução

02



**O que é a Internet,
seus benefícios e
seus riscos**

03



**Dicas de Segurança e
Comportamento Online**

04



Tempo de Tela

05

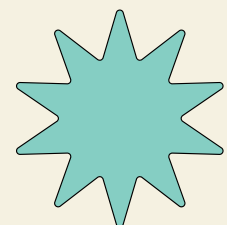
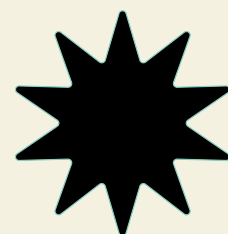


**Ferramentas de
Controle Parental e
Conversando sobre
Internet**

06

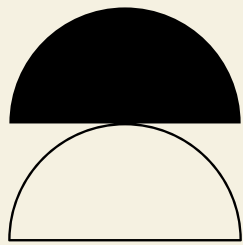
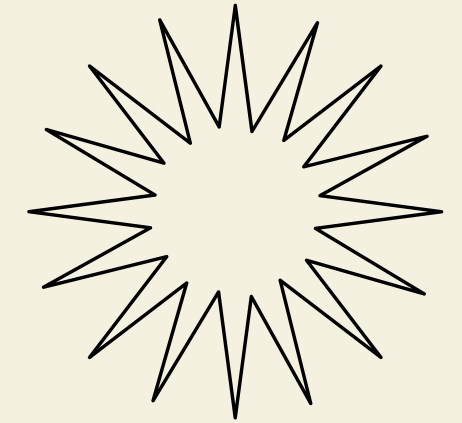
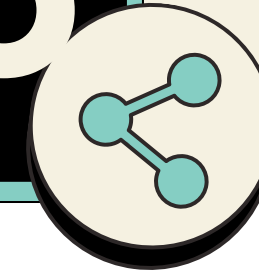


conclusão

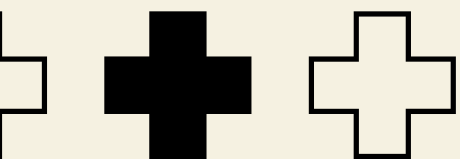




INTRODUÇÃO



A internet é uma ferramenta fundamental na vida moderna, oferecendo acesso a uma vasta gama de informações e formas de comunicação. No entanto, é crucial que as crianças aprendam a utilizá-la de maneira segura e responsável. Esta cartilha tem como objetivo fornecer orientações e dicas para garantir que a experiência online seja positiva e segura.



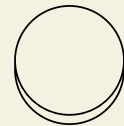


O QUE É A INTERNET?

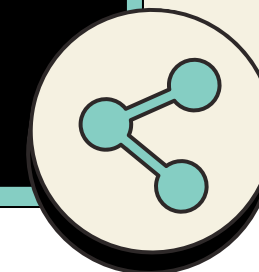


A internet é uma rede global que conecta milhões de computadores, permitindo que as pessoas acessem informações, se comuniquem e compartilhem conteúdos. Ela é usada para:

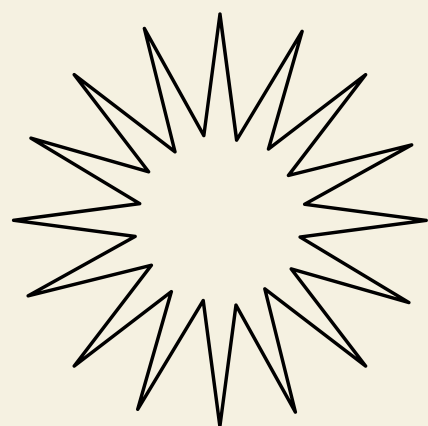
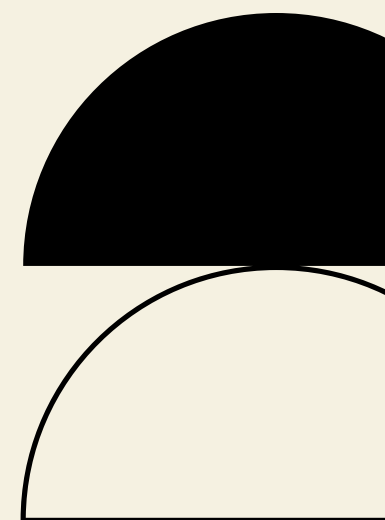




BENEFÍCIOS DA INTERNET



- **Acesso a informações:** Ferramentas de pesquisa como Google ou enciclopédias online ajudam no aprendizado escolar.
- **Conexão social:** Plataformas de comunicação permitem que crianças mantenham contato com amigos, mesmo à distância.
- **Desenvolvimento de habilidades:** O uso de ferramentas digitais estimula a criatividade (edição de vídeos, design) e habilidades tecnológicas (programação, uso de aplicativos).

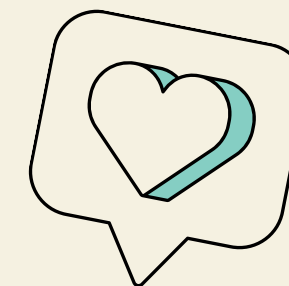


RISCOS DA INTERNET



Embora a internet tenha muitos benefícios, também apresenta riscos:

- **Conteúdo impróprio:** Algumas informações ou imagens podem não ser adequadas para crianças.
- **Interação com estranhos:** É possível encontrar pessoas desconhecidas que podem ter intenções negativas.
- **Cyberbullying:** O bullying online pode causar danos emocionais e psicológicos.






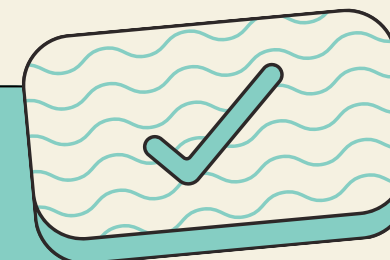
CONTEÚDO INAPROPRIADO



Conteúdo inapropriado é todo material que não é adequado para crianças, incluindo violência, nudez, linguagem ofensiva e temas relacionados a drogas. Exemplos desse tipo de conteúdo incluem sites que exibem vídeos violentos, como cenas de filmes com conteúdo gráfico, jogos que promovem a agressão e redes sociais que oferecem acesso a conteúdos adultos. As consequências de acessar esse tipo de material podem ser sérias, resultando em trauma emocional, comportamentos agressivos e desensibilização a temas graves. É fundamental que as crianças sejam educadas sobre os riscos e se sintam seguras para conversar sobre suas experiências online.



DICAS DE SEGURANÇA



MANTENHA INFORMAÇÕES PESSOAIS PRIVADAS

Nunca compartilhe dados como nome completo, endereço, número de telefone ou informações da escola em sites públicos.

Ajude a criança a entender que uma vez que algo é compartilhado online, pode ser difícil ou até impossível de remover. Essa conversa pode ajudar a reforçar a importância de pensar antes de clicar em “publicar”.



USE SENHAS FORTES

Explique a importância de criar senhas que não sejam facilmente adivinhadas. Dicas incluem usar uma combinação de letras maiúsculas e minúsculas, números e símbolos. Por exemplo, “C0r@ç@o2024!” é mais segura que “senha123”.



FIQUE ATENTO A LINKS E DOWNLOADS

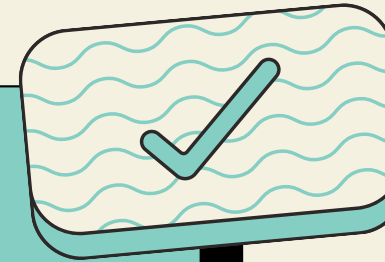
Mostre como identificar links que podem ser perigosos, como aqueles que têm uma aparência estranha ou vêm de fontes desconhecidas. Explique que clicar em um link pode levar a sites maliciosos que podem infectar o dispositivo com vírus ou roubar informações.



ESTABELEÇA REGRAS

Estabelecer regras claras para o uso da internet é essencial. Uma das principais diretrizes é limitar o tempo de uso dos dispositivos. Por exemplo, recomenda-se até uma hora por dia para crianças menores de 12 anos e até duas horas para adolescentes. Isso ajuda a equilibrar o tempo de tela com outras atividades importantes, como esportes e leitura. Além disso, é aconselhável que os dispositivos sejam usados em áreas comuns da casa, como salas de estar ou cozinhas, onde os adultos possam supervisionar o que está sendo acessado. Para reforçar essas regras, pode-se criar um acordo de uso da internet, no qual as crianças assinam um documento com as diretrizes, como não acessar sites sem permissão e sempre conversar com um adulto antes de fazer novas amizades online.

COMPORTAMENTO ONLINE



**Ter um comportamento respeitoso
e responsável é essencial**

1.

Seja respeitoso: Trate todos online com educação. O que você escreve pode ter um impacto real nas emoções das pessoas.

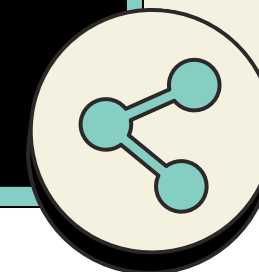
E

2.

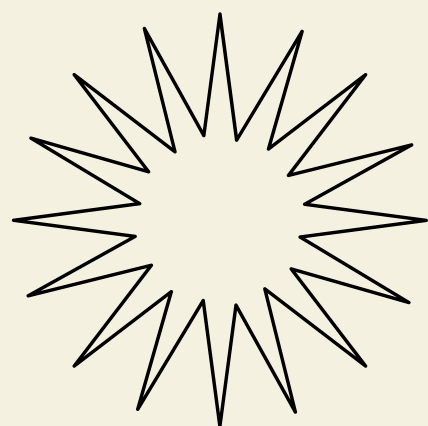
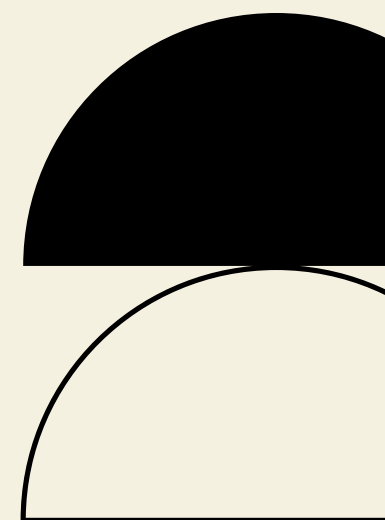
Denuncie comportamentos inadequados: Se você ver algo que não parece certo, como assédio ou bullying, informe um adulto imediatamente.



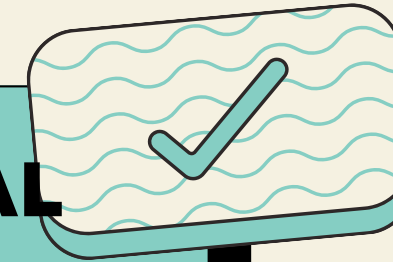
TEMPO DE TELA



- **O equilíbrio entre o tempo online e offline é fundamental:**
- **Estabeleça limites: Determine com seus pais um tempo adequado para ficar online diariamente. Por exemplo, 1 a 2 horas por dia.**
- **Equilibre atividades: Participe de atividades fora da tela, como esportes, leitura, jogos de tabuleiro e brincadeiras com amigos.**



FERRAMENTAS DE CONTROLE PARENTAL E CONVERSANDO SOBRE INTERNET



Ferramentas de Controle Parental

Os pais podem usar ferramentas para ajudar a monitorar e limitar o uso da internet:

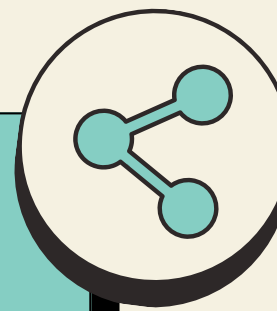
- **Aplicativos de controle:** Existem muitos aplicativos que ajudam a bloquear conteúdos impróprios e monitorar o tempo de tela.
- **Configurações de privacidade:** Aprender a ajustar as configurações de privacidade em redes sociais e aplicativos.

Conversando sobre Internet

Manter um diálogo aberto é essencial:

- **Incentivar discussões:** Pergunte regularmente sobre as experiências online da criança. O que ela gosta de fazer? Com quem ela conversa?
- **Estimular perguntas:** Crie um ambiente seguro onde a criança se sinta confortável para perguntar sobre situações confusas ou preocupantes.

USO DE FERRAMENTAS DE CONTROLE



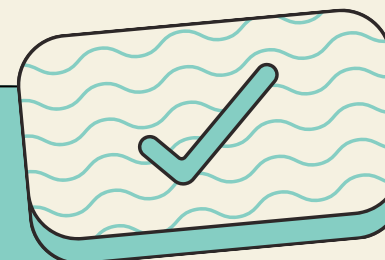
MONITORAMENTO:

- **Importância:** Ajuda os pais a entender melhor o que as crianças estão fazendo e quem estão interagindo.
- **Sugestões:** Utilize aplicativos que enviam relatórios semanais sobre a atividade online da criança.

EXEMPLOS DE FERRAMENTAS:

- **Kaspersky Safe Kids:** Monitora o que as crianças acessam e bloqueia sites impróprios.
- **Qustodio:** Permite que os pais configurem restrições de tempo e monitorem atividades online.

LEMBREM-SE PAIS, DIALOGAR SEMPRE



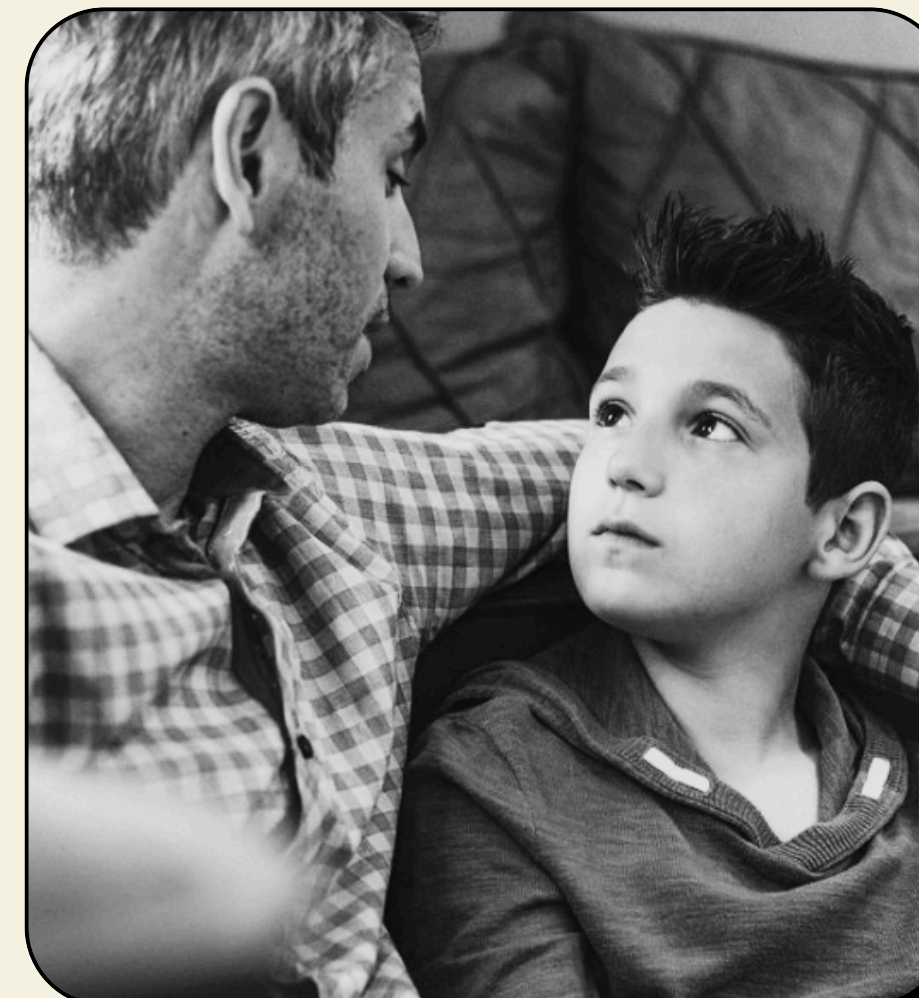
CONVERSE SOBRE A EXPERIÊNCIA ONLINE:

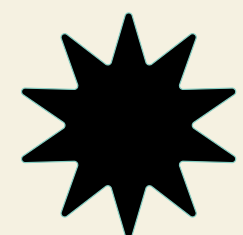
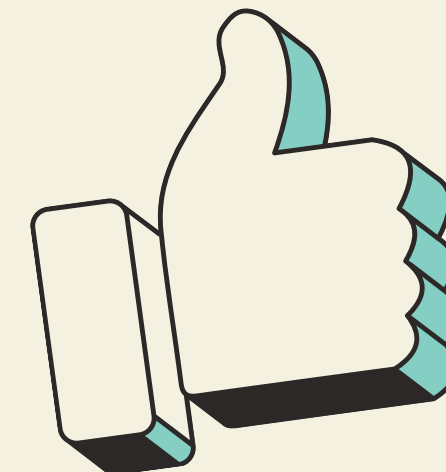
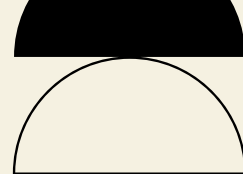
- **Sugestão: Pergunte regularmente sobre o que a criança está fazendo na internet.**
- **Exemplo de Perguntas:**
- **“O que você mais gostou de fazer online hoje?”**
- **“Você conheceu alguém novo? Como foi?”**

ESTEJA ABERTOS A PERGUNTAS:

Esteja Abertos a Perguntas:

- **Criar um Ambiente Seguro: Assegure que a criança saiba que pode falar sobre qualquer coisa que a incomode ou confunda.**
- **Exemplo de Frases:**
 - **“Se você vir algo que te deixa desconfortável, fale comigo.”**
 - **“Não hesite em perguntar se algo online te parece estranho.”**



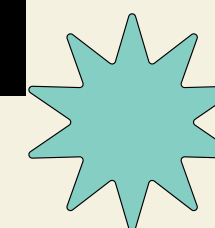


CONCLUSÃO

A internet é uma ferramenta valiosa que oferece oportunidades incríveis para aprendizado, socialização e criatividade. No entanto, seu uso também requer responsabilidade e cautela, especialmente para as crianças. Ao seguir as orientações apresentadas nesta cartilha, pais e filhos podem construir uma experiência online segura e enriquecedora.

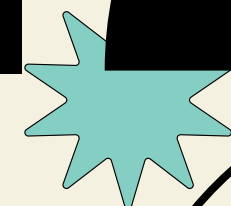
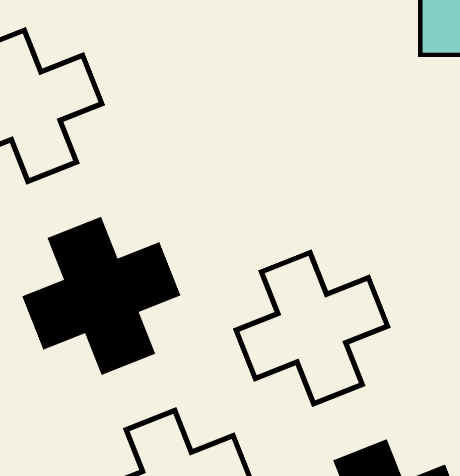
É fundamental que as crianças sejam educadas sobre os riscos e os benefícios da internet desde cedo. Promover um diálogo aberto entre pais e filhos é essencial para que as crianças se sintam à vontade para compartilhar suas experiências, dúvidas e preocupações. Dessa forma, elas aprenderão a navegar pelo mundo digital com confiança e segurança.

Lembre-se: a internet pode ser um espaço positivo e inspirador quando usada com consciência. Ao trabalhar juntos, podemos garantir que as crianças desfrutem de todas as vantagens que o ambiente





BIBLIOGRAFIA

1. **Hernandez, M. (2019). Crianças e Internet: Como Proteger Nossos Filhos na Era Digital. São Paulo: Editora XYZ.**
 2. **Kaspersky Lab. (2022). "Guia de Segurança na Internet para Crianças." Disponível em: kaspersky.com**
 3. **Marques, A. L. (2020). Educação Digital: Como Ensinar Segurança na Internet aos Jovens. Rio de Janeiro: Editora ABC.**
 4. **NetSafe. (2021). "Cyberbullying: O que os Pais Precisam Saber." Disponível em: netsafe.org**
 5. **Prensky, M. (2001). Digital Natives, Digital Immigrants. On the Horizon, 9(5), 1-6.**
 6. **SaferNet Brasil. (2023). "Dicas para Navegação Segura na Internet." Disponível em: safernet.org.br**
 7. **Wright, M. (2018). Children's Online Safety: A Guide for Parents and Educators. London: Education Press.**
- 
- 



FÁBIO RIBEIRO - RA: NO62290
GUSTAVO CAMPOS - RA: NO5OGD3
JUSTINO VINICIUS R DOURADO - RA: RO15440
KAUA KOKI - RA: G819675
PEDRO GORIN - RA: NO87730
THIANES PIERRE - RA: N307EDO
PEDRO COSTA - R.A: G7492H1
JOÃO VÍTOR RODRIGUES - R.A.: G72CHG5
PAULO VICTOR - R.A.: NO753DO
EDUARDO BORGES - R.A.: G804090
LUCAS SANT'ANA - R.A: F356214
MAURO HENRIQUE DE SOUZA - R.A: RO23893
CAMILA THOMAS - R.A: G87ADC2
BEATRIZ OLIVEIRA - R.A: N296429
GABRIEL DOS SANTOS - G86DAB6