

PLANO DE AULA

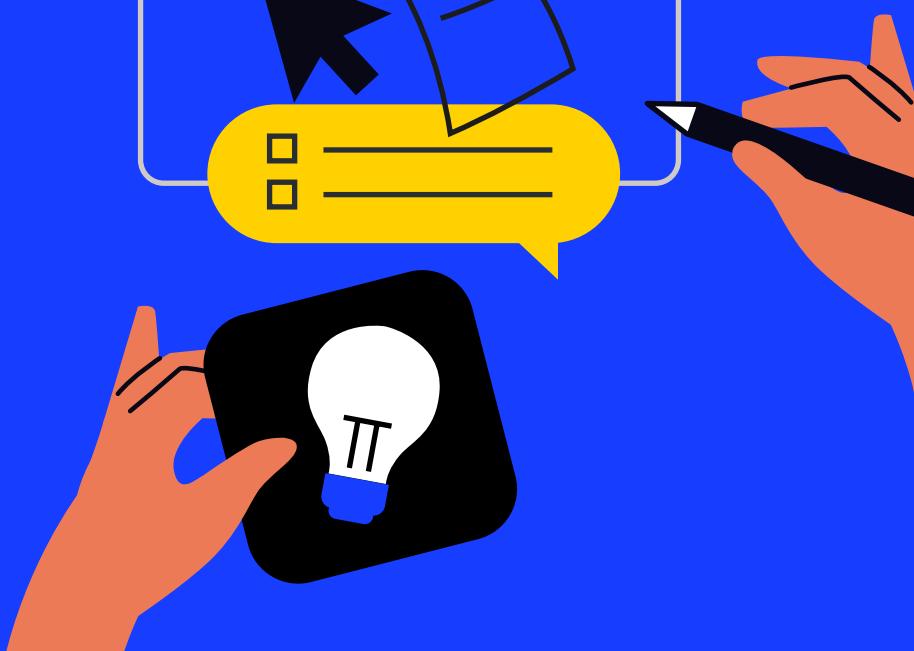
Quebra-cabeça humano: como cada um de nós forma o todo



Ensino fundamental



Anos Finais





Sumário

RESUMO | 3

CONTEXTO | 3

FICHA DO PLANO | 4

ATIVIDADES | 6

Sensibilização (45 - 50 minutos) | 6

Atividade Individual | 6

Primeira rodada de compartilhamento | 7

Segunda rodada de compartilhamento | 8

Fechamento e convite para a reflexão | 10

Desenvolvimento (50 minutos) | 12

Preparação da aula | 12

Exercitando a imaginação | 13

Momento de criação | 14

Compartilhamento e reflexão | 14

Avaliação e compartilhamento | 17

Com o olhar no estudante | 17

Com o olhar para as aulas futuras | 17

Sugestões para a família | 18

CONTEÚDO DE REFERÊNCIA | 20

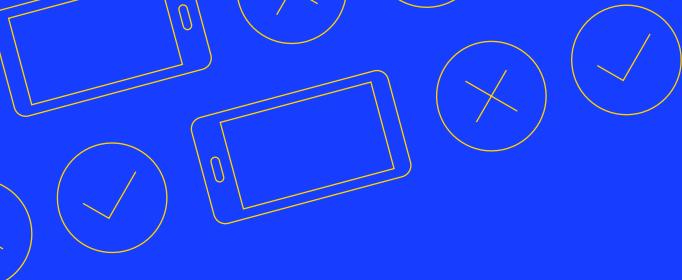
Livros | 20

Artigos online | 20

Documentário | 21

Vídeos | 21

Podcast | 22



Resumo

Um plano de aula que propõe uma atividade envolvente e reflexiva para os anos finais do ensino fundamental, em que os alunos compartilham preferências pessoais, como cores, comidas e hobbies, para criar um quebra-cabeça coletivo que simboliza a diversidade e identidade do grupo.

A atividade promove autoconhecimento, empatia e reflexão sobre como a tecnologia influencia escolhas e comportamentos. Ao final, os alunos discutem os impactos do uso excessivo de telas, a segurança digital e a importância de compartilhar informações de forma consciente.

Contexto

O uso excessivo de telas por crianças e adolescentes prejudica o desenvolvimento, afetando interações familiares, bem-estar emocional e cognitivo. A exposição a conteúdos inadequados e o uso frequente de redes sociais estão associados a ansiedade, depressão, transtornos alimentares e cyberbullying, gerando baixa autoestima e isolamento social. Além disso, algoritmos limitam perspectivas e incentivam o uso excessivo e gastos impulsivos.

Diante desses desafios, a escola deve promover diálogos sobre o uso consciente da tecnologia, ajudando os estudantes a desenvolverem uma relação mais saudável com o mundo digital e fortalecendo o bem-estar e o pensamento crítico.

Ficha do plano

ETAPA:	COMPETÊNCIAS GERAIS:	TEMPO DE APLICAÇÃO:
6º ao 9º ano – Anos finais do ensino fundamental	Autoconhecimento e autocuidado; empatia e cooperação.	2 aulas
HABILIDADES DA BNCC:		
Este plano de aula pode contribuir no desenvolvimento das seguintes habilidades:		
<p>EF69AR05: Experimentar e analisar diferentes formas de expressão artística (desenho, pintura, colagem, quadrinhos, dobradura, escultura, modelagem, instalação, vídeo, fotografia, performance etc.).</p> <p>EF69LP13: Engajar-se e contribuir para a busca de conclusões comuns relativas a problemas, temas ou questões polêmicas de interesse da turma e/ou de relevância social.</p> <p>EF89LPO2: Analisar diferentes práticas (curtir, compartilhar, comentar, curar etc.) e textos pertencentes a diferentes gêneros da cultura digital (meme, gif, comentário, charge digital etc.) envolvidos no trato com a informação e opinião, de forma a possibilitar uma presença mais crítica e ética nas redes.</p> <p>EF89EFO8: Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).</p> <p>EFO7CI11: Analisar historicamente o uso da tecnologia, incluindo a digital, nas diferentes dimensões da vida humana, considerando indicadores ambientais e de qualidade de vida.</p>		

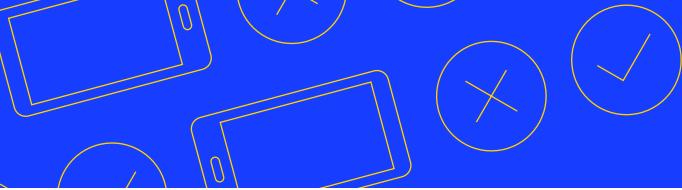
(cont.)

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:

- Identificar como os conteúdos que consumimos por meio da tecnologia influenciam nossas escolhas pessoais;
- Refletir sobre os impactos do excesso de tecnologia em nossas decisões;
- Listar e identificar preferências individuais e coletivas;
- Promover o autoconhecimento e a empatia;
- Explorar diferentes materiais e formas em uma criação pessoal;
- Criar uma peça representativa para compor um quebra-cabeça coletivo.

MATERIAIS:

- Folhas de sulfite ou papéis coloridos;
- Cartolinhas ou papel kraft;
- Papelão;
- Retalhos de tecido;
- Cola branca e/ou fita adesiva;
- Tesoura, lápis grafite, régua, apontador, borracha;
- Lápis coloridos, canetas hidrográficas, giz de cera;
- Barbante, palitos de madeira (picolé ou churrasco);
- Cronômetro e projetor ou televisão (para uso do professor).



Atividades

SENSIBILIZAÇÃO (45 - 50 MINUTOS)

ATIVIDADE INDIVIDUAL

Neste primeiro momento, os estudantes trabalharão individualmente.

MATERIAIS NECESSÁRIOS

- Papel;
- Lápis ou caneta para registro das respostas;
- Cronômetro.

PASSO A PASSO

Inicie a aula convidando os estudantes a pensarem e registrarem suas respostas para as seguintes perguntas:

1. Qual é a sua cor favorita?
2. Qual é a sua comida preferida? (Pode ser doce ou salgada.)
3. Você já viu sua comida favorita em vídeos ou propagandas?
4. Você já ficou com vontade de experimentar uma comida ou produto porque viu em um vídeo, propaganda ou sendo mostrado por algum influenciador?
5. Anote um dos lugares que você mais gosta de ficar ou ir. (Pode ser da casa, do bairro, da cidade ou do mundo.)
6. Tem algum lugar que você gostaria muito de conhecer porque já viu em algum vídeo, filme, série ou rede social? Se sim, que lugar seria esse?
7. Você já quis mudar algo em você porque viu fotos ou vídeos de outras pessoas na internet? Como isso fez você se sentir?

Observação

Para estudantes não verbais ou com dificuldades, disponibilize o uso de tecnologia, figuras e imagens impressas ou utilize materiais disponíveis na sala. Por exemplo, peça que o estudante pegue o lápis de cor que representa sua cor favorita ou indique na imagem sua comida preferida.

Dicas de professor para professor

- Disponibilize as perguntas em uma folha impressa, tornando o preenchimento mais prático e otimizando o tempo para as rodadas de compartilhamento.
- Responda também às perguntas e compartilhe suas respostas com a turma. Isso ajuda os estudantes a perceber que a intenção é ser simples e objetivo. Faça o compartilhamento após a apresentação das perguntas e antes do preenchimento dos estudantes.

PRIMEIRA RODADA DE COMPARTEILHAMENTO

Após o registro individual, organize os estudantes em duplas para compartilharem suas respostas.

Antes de iniciar, explique claramente o tempo disponível para o compartilhamento: 2 minutos para cada estudante e 2 minutos extras para explicações iniciais. Oriente os estudantes a anotar as respostas dos colegas em suas folhas. Utilize um cronômetro para marcar o tempo de cada etapa e garantir a organização da atividade.

ADAPTAÇÃO POR FAIXA ETÁRIA

- **Para turmas do 6º e 7º ano**, pode ser necessário ampliar o tempo para 3 minutos por estudante, dependendo da dinâmica da turma.
- **Para turmas do 8º e 9º ano**, pode-se acrescentar mais uma rodada de compartilhamento: após a formação das duplas, os estudantes podem se reunir em quartetos antes da apresentação para toda a turma.

SEGUNDA RODADA DE COMPARTILHAMENTO

Convide os estudantes a formarem um semicírculo. Um representante de cada dupla será responsável por compartilhar as respostas com toda a turma. Para tornar esse momento mais dinâmico e objetivo, oriente os estudantes a usarem as anotações feitas nas etapas anteriores para que se sintam mais seguros ao falar. Defina um limite de 1 minuto por dupla ou quarteto para cada apresentação.

Inicie este momento com a frase:

“Na nossa dupla, as cores favoritas são... as comidas que mais gostamos são... e nossos lugares favoritos são...”

Durante o compartilhamento, organize as informações em uma cartolina ou no quadro, dividido em sete partes representando as perguntas do começo da aula.

Exemplo

FAVORITOS DA TURMA X

Nossas cores	Nossas comidas	Nossos lugares
Azul	Arroz	Quarto
Amarelo	Feijão	Sala
Branco	Macarrão	Praça
Cinza	Churrasco	Escola
Vermelho	Batata	Igreja
Verde	Melancia	Campo de futebol
Rosa	Bolo	
Roxo	Salgadinho	
Preto	Sorvete	
Laranja		

FAVORITOS DA TURMA X

Já vi minha comida favorita em vídeos e propagandas	Já senti vontade de experimentar algo que vi em vídeo, propaganda ou compartilhado por um influenciador digital?	Queremos conhecer estes lugares porque já vi em algum lugar falando sobre eles
Sim Não Não lembro	Sim Não Não lembro	Nomes dos lugares
Já quis mudar ou mudou algo em você porque vi fotos ou vídeos de outras pessoas na internet, televisão, revistas...		
Sim	Não	Não lembro

O objetivo deste momento é promover a socialização e favorecer o autoconhecimento e a empatia entre os estudantes. Não se busca um consenso sobre a cor mais legal, a comida mais saborosa ou o lugar mais incrível do mundo.

Neste momento poderemos observar aspectos relacionados ao "consumo midiático" dos estudantes, que serão utilizados na reflexão para ajudá-los a identificar como a mídia influencia suas escolhas e gostos pessoais.

Reforce este objetivo com os estudantes para reduzir as chances de perda de foco durante a atividade, já que é comum que busquem validação de suas opiniões e gostos nesta faixa etária.

FECHAMENTO E CONVITE PARA A REFLEXÃO

Quando todos os grupos tiverem compartilhado suas respostas, as informações da turma ficarão visíveis na cartolina. Utilize esse material para promover uma reflexão com os estudantes sobre os itens mais frequentes e, ao mesmo tempo, incentivá-los a perceber a diversidade de preferências.

PASSO A PASSO

No semicírculo, comece conduzindo uma reflexão com perguntas como:

- Entre as cores, comidas e lugares que apareceram, quantos você também gosta?
- Há algum lugar na lista que você também gostaria de conhecer?
- Antes desta aula, você já conhecia a cor, a comida e o lugar favorito do seu colega?

Em seguida, convide os estudantes a observar os dados relacionados a consumo, desejos e mudanças. Você pode fazer uma leitura geral das respostas e destacar padrões, como os níveis quantitativos de:

- Lugares que desejam conhecer;
- Propagandas, fotos e compartilhamentos nas redes sociais que despertam desejo por uma comida, produto ou objeto;
- Estudantes que já mudaram ou desejaram mudar algo por influência de uma foto, vídeo ou artista/influenciador(a).

Use essa observação para criar um espaço de reflexões coletivas mais aprofundadas, com o objetivo de identificar e analisar os impactos das tecnologias midiáticas em nossos gostos, preferências e autoimagem. Você pode conduzir esse momento por meio de perguntas como:

- Vocês já quiseram comprar algo porque viram um influenciador ou um amigo postando na internet?

Objetivo: Refletir sobre o poder da publicidade e da influência digital nas decisões de consumo.

- Vocês já deixaram de fazer algo em casa ou na escola porque estavam no celular ou assistindo a algo na televisão?
Objetivo: Entender o uso excessivo de telas e como isso pode afetar a rotina e as responsabilidades.
- Nas redes sociais, os canais e influenciadores que você gosta de assistir têm alguma semelhança com vocês? Por exemplo: a forma de se vestir, cor ou corte de cabelo, hobbies e/ou interesses em comum, jogam o mesmo jogo que vocês...
Objetivo: Saber como nos identificamos com influenciadores e como isso pode moldar nossos gostos e comportamentos.
- Vocês já compararam sua vida com o que veem nas redes sociais ou na televisão? Como isso fez vocês se sentirem?
Objetivo: Refletir sobre a comparação social e seus impactos emocionais, como a baixa autoestima e a insatisfação.

Os estudantes não precisam responder diretamente a todas essas perguntas. O mais importante é que reflitam e tenham espaço para conversar sobre esses temas sem se sentirem julgados.

Para finalizar a aula, antecipe a próxima etapa: peça que os estudantes façam uma lista com 10 itens que representem suas preferências. Eles podem incluir séries, filmes, objetos, hobbies, esportes que praticam, coisas que gostam de usar, comidas, lugares, jogos e músicas. O objetivo é que esses itens reflitam as coisas favoritas de cada estudante. É importante que esses itens sejam elementos que representem as coisas favoritas do estudante.

Observação

Caso essa proposta seja realizada em uma aula sequencial, reserve 5 minutos para que os estudantes construam suas listas pessoais.

DESENVOLVIMENTO (50 MINUTOS)

PREPARAÇÃO DA AULA

Com base na lista de materiais sugeridos e na disponibilidade em sua escola, defina a estrutura das peças do quebra-cabeça. Algumas opções incluem: papelão, cartolina ou papel kraft.

O formato padrão pode ser tamanho A4, com espaços de conexão desenhados usando um copo ou tampa plástica. Caso deseje oferecer peças prontas, imprima alguns dos modelos sugeridos neste [documento](#). Separe os materiais em um local acessível, como um canto da sala ou a mesa do professor.

Dicas de professor para professor

- 1.** Utilize pequenas caixas de papelão para facilitar o acesso e organize os materiais em categorias:
 - Itens para decoração: lápis, giz, papéis coloridos
 - Itens de estrutura: palitos, barbantes, cartolina
 - Itens de ferramentas: tesouras, régua, borrachas, apontadores
- 2.** A criação será individual, mas os estudantes podem trabalhar em grupos de 2 a 4 integrantes.
- 3.** Crie também sua própria peça de quebra-cabeça para compartilhar com a turma.

EXERCITANDO A IMAGINAÇÃO

A atividade propõe um exercício de criatividade e reflexão. Estudantes criam peças de quebra-cabeça que representam suas preferências, promovendo a autoexpressão e o compartilhamento de ideias. Também convida para discussão sobre identidade, segurança digital e a influência das redes sociais, enquanto valorizam a diversidade e o processo de crescimento pessoal.

Relembre a atividade anterior e incentive os estudantes a refletirem sobre a criação de suas listas de preferências com perguntas como:

- Como foi criar sua lista de 10 preferências?
- O que foi mais fácil e o que foi mais difícil?
- Alguém organizou a lista em categorias?

Mostre exemplos de peças de quebra-cabeça personalizadas para inspirá-los. Convide os estudantes a observar a diversidade tanto dos materiais quanto das formas de expressão na criação.

Exemplo

Ideias para inspirar a turma:



MOMENTO DE CRIAÇÃO

Convide os estudantes a criarem suas peças com materiais diversos. Eles podem desenhar, escrever palavras-chave ou criar elementos tridimensionais. Reforce que o foco é o processo criativo e que não é necessário incluir todos os itens das listas.

Para ajudá-los a escolher os itens que serão representados no quebra-cabeça, pergunte: "Se você só pudesse escolher de 2 a 6 desses itens, quais você não abre mão porque são os seus favoritos?"

COMPARTILHAMENTO E REFLEXÃO

Organize um espaço para a exposição das peças, possibilite um momento de contemplação dos estudantes com a exposição.

Celebre com a turma o resultado final e valorize todas as criações, reafirmando aos estudantes que ali está representada apenas uma pequena parte de quem eles são. Assim como estamos em constante crescimento e transformação, nossa peça do quebra-cabeça também nunca estará 100% pronta ou uniforme.

Após a contemplação das peças do quebra-cabeça, promova uma roda de conversa com perguntas como:

- Olhando para o nosso quebra-cabeça, o que podemos descobrir sobre nossos colegas?
- Como foi escolher apenas alguns itens para representar você no quebra-cabeça?
- Você encontrou gostos em comum com outros colegas? Como podemos melhorar o convívio em sala de aula a partir dessa informação?
- Se pudéssemos refazer essa atividade no final do ano, o que você faria diferente? Será que seus gostos e interesses mudariam?

Favoreça a reflexão sobre os compartilhamentos "na vida real" e nos ambientes mediados pela tecnologia (como redes sociais e fontes midiáticas), com perguntas como:

- Pensando na sua lista, quais itens você escolheu para colocar na sua peça? Foi fácil ou difícil escolher apenas alguns itens?
- Alguém colocou algo que representa uma coisa que não gosta na sua própria criação?
- Quando alguém olhar para a sua peça do quebra-cabeça, o que ela poderia afirmar sobre você? Será que esta afirmação/percepção representaria verdadeiramente quem você é, com os seus gostos e preferências?
- Observem as informações que vocês compartilharam direta ou indiretamente nos itens e na forma como escolheram se representar. Há algo que possa trazer riscos à sua segurança ou gerar superexposição pessoal?

Observações

Utilize as perguntas propostas para promover reflexões mais profundas sobre os seguintes temas:

1. Tomada de decisão sobre o que compartilhar no mundo virtual e real:

Explique a importância de refletir antes de comentar, compartilhar ou publicar algo. Incentive os estudantes a analisarem as consequências de suas ações online e como elas podem afetar a si mesmos e aos outros. Você pode trazer aos estudantes pesquisas, reportagens e gráficos sobre os impactos da tecnologias na saúde mental e socialização e assim favorecer a habilidade **EF07MA37** - Interpretar e analisar dados apresentados em gráficos de setores divulgados pela mídia e compreender quando é possível ou conveniente sua utilização.

2. A parcialidade das postagens no mundo digital:

Discuta como, no ambiente virtual, as pessoas compartilham apenas uma pequena parte de suas vidas. Destaque que, muitas vezes, as informações recebidas são superficiais e incompletas. Para o 9º ano, aprofunde a reflexão sobre a velocidade de propagação de informações e desinformações nas redes, contribuindo no desenvolvimento da habilidade: **EF07CI11** - Analisar historicamente o uso da tecnologia, incluindo a digital, nas diferentes dimensões da vida humana, considerando indicadores ambientais e de qualidade de vida.

3. Saúde emocional, cyberbullying e autoimagem (virtual x real):

Utilize essa questão para abordar o impacto das redes sociais na autoestima dos estudantes. Conduza uma conversa sobre cyberbullying, a influência de comentários e opiniões no ambiente virtual e a diferença entre a autoimagem real e a projetada online. Essa abordagem é especialmente indicada para os 7º e 8º anos. Este item é uma boa oportunidade para favorecer as habilidades **EF89EF08** - Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.) e **EF89LP01** - Analisar os interesses que movem o campo jornalístico, os efeitos das novas tecnologias no campo e as condições que fazem da informação uma mercadoria, de forma a poder desenvolver uma atitude crítica frente aos textos jornalísticos.

4. Riscos do compartilhamento de informações e o funcionamento dos algoritmos:

Leve os estudantes a refletirem sobre os riscos envolvidos ao compartilhar dados pessoais ou informações, tanto nas redes sociais quanto no mundo real. Use essa questão como ponto de partida para explicar como os algoritmos direcionam conteúdos com base nos interesses e interações dos usuários. Para o 9º ano, aprofunde a discussão sobre a sensação de que "a maioria das pessoas pensa parecido com você" nas redes, abordando como os algoritmos influenciam preferências musicais, estilo, consumo e até o tipo de notícia que chega até eles. É uma boa oportunidade para trazer mais informações sobre o contexto histórico do desenvolvimento da tecnologia e assim favorecer a habilidade **EF07CI11**.

ADAPTAÇÃO AO CONTEXTO ESCOLAR

Observe a turma e o contexto escolar para definir quais perguntas e temas são mais relevantes no momento. Sempre que possível, relate a atividade com os conteúdos da matriz curricular da escola ou da região, tornando o aprendizado mais significativo e integrado ao planejamento pedagógico.

Dê oportunidade para os estudantes compartilharem suas opiniões:

- Reforce a ideia de que, apesar das diferenças, a turma é rica em diversidade e que cada um pode aprender e descobrir novos interesses e habilidades.
- Lembre aos estudantes que a peça do quebra-cabeça não os representa completamente. Ela mostra apenas uma pequena parte das coisas que eles gostam hoje, e essas preferências podem mudar com o tempo. O mais importante é que eles tenham consciência do que realmente gostam, por si mesmos, e não para se encaixar em um grupo ou lugar.

AVALIAÇÃO E COMPARTILHAMENTO

COM O OLHAR NO ESTUDANTE

O processo avaliativo deve considerar a interação dos estudantes, suas reflexões e a execução de cada etapa. Observe se o estudante:

- Organiza suas ideias e preferências em listas ou categorias.
- Identifica semelhanças e diferenças entre as criações.
- Demonstra facilidade ou dificuldade em participar e colaborar nos momentos coletivos.
- Demonstra preferência por determinados estilos de expressão (escrita, desenho, modelagem em 2D e/ou 3D).

COM O OLHAR PARA AS AULAS FUTURAS

Reflita sobre os elementos observados e considere:

- Como favorecer momentos de construção coletiva nas próximas aulas?
- Quais elementos em comum entre as criações podem ser conectados aos conteúdos curriculares?
- Que aspectos, questionamentos ou temáticas abordados nesta proposta podem ser explorados em outras aulas e disciplinas?

SUGESTÕES PARA A FAMÍLIA

As famílias podem contribuir reforçando o diálogo sobre gostos e histórias pessoais. Durante a semana de execução da proposta, comunique os responsáveis sobre a atividade e sugira que façam uma das seguintes ações:

- **Missão – Álbum de fotos da família:**

Pais podem compartilhar fotos e memórias de lugares favoritos, estilos de cabelo ou roupas que marcaram épocas. Também, podem compartilhar os gostos musicais e a influência das suas bandas, cantores ou grupos favoritos tinha ou ainda tem no seu estilo de vestir, dançar ou agir.

- **Missão – É hora da refeição:**

Durante as refeições, conversem sobre comidas favoritas, experiências culinárias e tarefas domésticas que gostam ou não gostam de realizar. É possível ainda conversar sobre as comidas que não gostavam na infância e hoje gostam, e também sobre comidas e alimentos que desejam um dia provar por ter visto ou ouvido falar.

- **Missão – Entrevista em casa:**

Os estudantes podem entrevistar familiares sobre suas histórias e preferências, desenvolvendo habilidades de pesquisa e comunicação. Para as turmas de 8º e 9º anos, é possível construir com os estudantes os formulários de perguntas para a entrevista e, posteriormente, explorar aspectos quantitativos e qualitativos dessa experiência.

Importante

Lembre às famílias que essas interações fortalecem laços afetivos e ampliam a compreensão sobre diversidade, identidade e responsabilidades, seja em ambientes virtuais ou no mundo real.

Para ir além

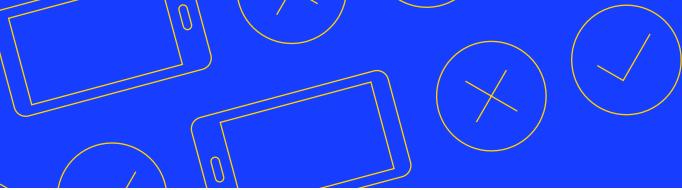
Essa proposta pode ser expandida para explorar temas como estatística, coleta e apresentação de dados. Para te inspirar, confira os seguintes recursos:

- **Infográfico:** [Todos podem aprender matemática](#) – uma ferramenta visual para engajar os estudantes no aprendizado de conceitos matemáticos.
- **Relato:** [Professor transforma aula de matemática em 'filial do IBGE'](#): Um exemplo prático de como trabalhar estatística de forma criativa e envolvente em sala de aula.

Sugestão de Cursos para Aprofundamento:

Para ampliar seus conhecimentos e aprimorar suas práticas pedagógicas, considere os seguintes cursos do AVAMEC:

- [Acolhimento e Bem-Estar na Sala de Aula](#)
- [Eu, você e a Nossa Cidadania! Trilha do professor.](#)



Conteúdo de referência

LIVROS

- FOCHI, PAULO. **O Brincar Heurístico na Creche**. São Paulo: Diálogos Embalados, 2023.
- KÁLLÓ, Éva; BALOG, Györgyi. **As Origens do Brincar Livre**. São Paulo: Omisciência, 2023.
- LANIER, Jaron. **10 argumentos para você deletar agora suas redes sociais**. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2018.
- HAIDT, Jonathan. **A geração ansiosa: como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais**. São Paulo: Companhia das Letras, 2024.
- RESNICK, M. **Jardim de infância para a vida toda**: por uma aprendizagem criativa, mão na massa e relevante para todos. Porto Alegre: Penso, 2020.

ARTIGOS ONLINE

- EL PAÍS. **Como as emoções nas redes sociais nos manipulam e polarizam**. *El País Brasil*, 22 ago. 2019. Disponível em: https://brasil.elpais.com/brasil/2019/08/22/tecnologia/1566480798_855818.html. Acesso em: 19 fev. 2025.
- EDUCAMÍDIA. **Quando a internet faz mal**. Educamídia, [s.d.]. Disponível em: <https://educamidia.org.br/quando-a-internet-faz-mal/>. Acesso em: 19 fev. 2025.
- JORNAL DA USP. **Gratificação rápida é um dos fatores que podem explicar a dependência das redes sociais**. Jornal da USP, 11 abr. 2022. Disponível em: <https://jornal.usp.br/radio-usp/gratificacao-rapida-e-um-dos-fatores-que-podem-explicar-a-dependencia-das-redes-sociais/>. Acesso em: 19 fev. 2025.

- NISKIER, Sheila Rejane et al. **Adolescent screen use**: problematic internet use and the impact of gender. *Psychiatry Investigation*, v. 21, n. 1, p. 18–27, 2024. DOI: <https://doi.org/10.30773/pi.2023.0178>
- **Pesquisa sobre o uso da Internet por crianças e adolescentes no Brasil**: TIC Kids Online Brasil 2023. Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR. -- 1. ed. -- São Paulo: Comitê Gestor da Internet no Brasil, 2024. Disponível em: [TIC Kids Online Brasil 2023](#).
- UFMG. **Sem limite de idade**: uso excessivo de telas piora saúde mental de diferentes gerações. Universidade Federal de Minas Gerais, s.d. Disponível em: <https://ufmg.br/comunicacao/noticias/sem-limite-de-idade-uso-excessivo-de-telas-piora-saude-mental-de-diferentes-geracoes>
- VERWIJS, Christiaan. **Envolve todos simultaneamente na geração de perguntas, ideias e sugestões com 1-2-4-ALL**, 2018. Disponível em: [Medium](#)

DOCUMENTÁRIO

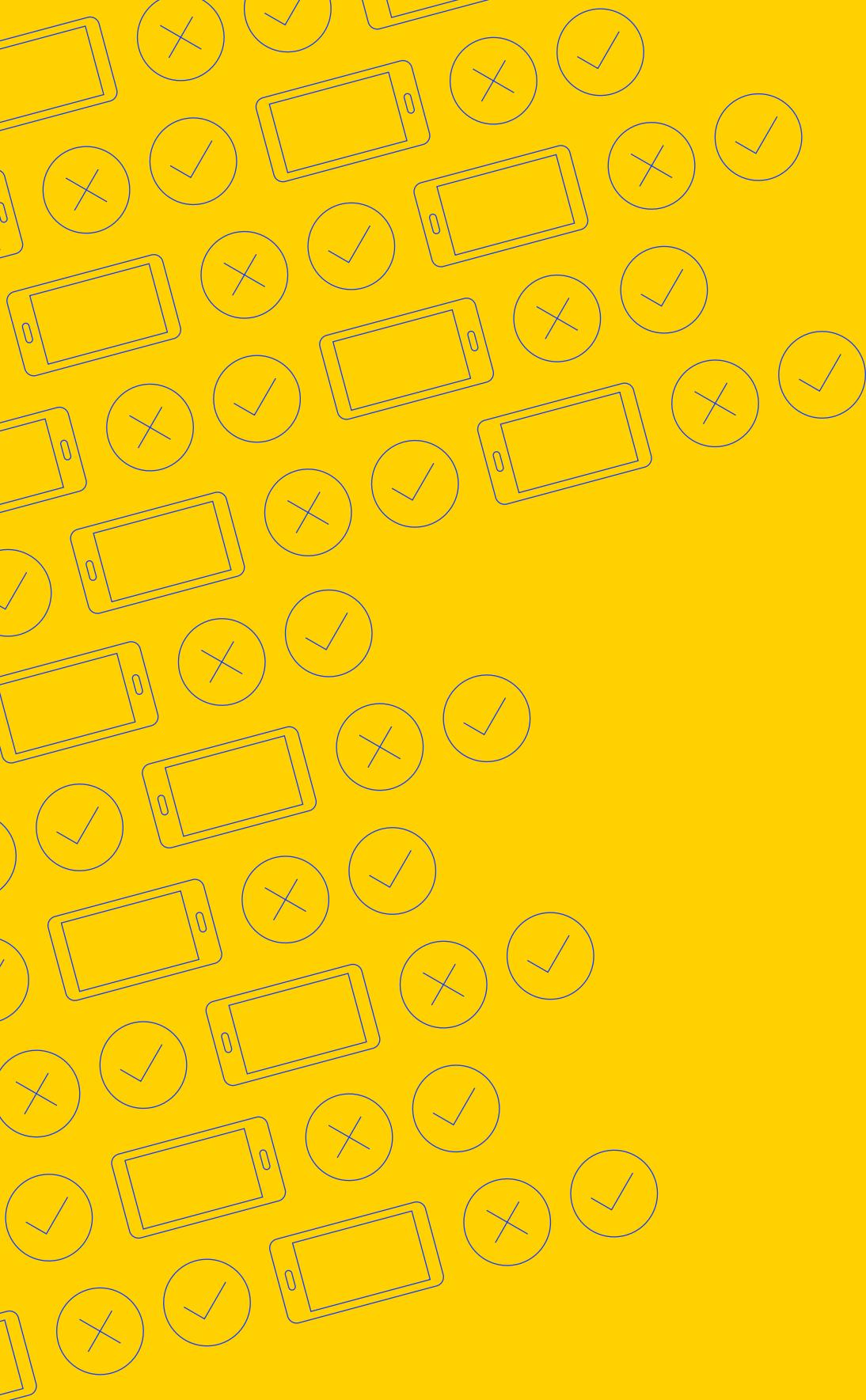
- TV JUSTIÇA. **O mundo desconhecido do algoritmo** [vídeo]. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=60AyXlctPPo>. Acesso em: 26 fev. 2025.
- **O DILEMA das redes**. Direção: Jeff Orlowski. Produção: Larissa Rhodes. Califórnia: Netflix, 2020. 1 vídeo (94 min).

VÍDEOS

- PORVIR. **Celular em sala de aula: a partir da proibição, quais são os desafios?** YouTube, 2023. Disponível em: <https://www.youtube.com/live/zbJZsweTW5I>. Acesso em: 19 fev. 2025.
- WARDLE, Claire. **How you can help transform the internet into a place of trust** (Como você pode ajudar a transformar a internet em um lugar de confiança). *TED Talks*, 2019. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=3iD4HwJ-67Q>. Acesso em: 19 fev. 2025.

PODCAST

- O ASSUNTO. **Escola sem celular:** crise de abstinência e adaptação. G1, 2025. Disponível em: https://open.spotify.com/episode/3DLljGqrHo5qjKu6NK2jTX?si=38ee1GY5ROGV_bO9Jcyr9g. Acesso em: 19 fev. 2025.



MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO