



# **ROTEIROS DE CONDUÇÃO DE ATIVIDADES EM ESCOLAS**

sobre direitos humanos no contexto digital

Módulo 2 | Parte B  
**Cuidados digitais  
para a segurança  
individual  
e coletiva**

**iris**

INSTITUTO  
DE REFERÊNCIA  
EM INTERNET  
E SOCIEDADE

## Autoria

Luisa Melo Meslouhi

Wilson Guilherme Dias Pereira

## Revisão

Paloma Rocillo

Fernanda dos Santos Rodrigues Silva

Karina Pereira dos Santos

Januária Cristina Alves

## Capa

Felipe Duarte

## Como referenciar em ABNT:

MELO, Luisa; PEREIRA, Wilson Guilherme Dias. **Roteiro de Condução de atividades em escolas sobre direitos humanos no contexto digital**: módulo 02, parte B, Cuidados digitais para a segurança individual e coletiva. Belo Horizonte: Instituto de Referência em Internet e Sociedade, 2025. Disponível em: <https://bit.ly/49ZnnVc>. Acesso em: dd mmm aaaa.

## Módulo 02

**Tema:** Cuidados digitais para a segurança individual e coletiva

**Objetivo geral:** Construir, junto aos estudantes, habilidades para identificar práticas seguras no uso da internet, compreendendo os riscos e as medidas de proteção digital, e estimular a adoção de comportamentos responsáveis online, desenvolvendo estratégias de proteção.

**Objetivo específico:**

- Desenvolver habilidades para a construção de senhas fortes, refletir sobre formas de guardar senhas e relacionar tais conhecimentos à manutenção da segurança e da privacidade.

**Metodologia:** O encontro será expositivo e prático, com o objetivo de envolver as pessoas estudantes ativamente. Serão utilizadas dinâmicas de experimentação e conversação para garantir que o conteúdo seja assimilado de forma interativa e aplicada ao cotidiano das pessoas estudantes. A participação será incentivada ao longo de todo o encontro, com foco em suas próprias experiências digitais e nos desafios que enfrentam.

**Tempo total:** 1h30

### OBJETIVO E COMPETÊNCIAS BNCC DO MÓDULO

**OBJETIVO:** Promover a reflexão e a participação das pessoas estudantes sobre o tema de segurança digital, identificando seus conhecimentos prévios, experiências e possíveis lacunas, para criar um ambiente de aprendizado mais conectado com suas realidades e que estimule a adoção de práticas seguras no ambiente virtual, sobretudo no que diz respeito à criação e proteção de senhas.

**COMPETÊNCIAS BNCC:**

- (EM13LGG105) Analisar e experimentar diversos processos de remediação de produções multissemióticas, multimídia e transmídia, como forma de fomentar diferentes modos de participação e intervenção social.
- (EM13LGG304) Mapear e criar, por meio de práticas de linguagem, possibilidades de atuação social, política, artística e cultural para enfrentar desafios contemporâneos, discutindo seus princípios e objetivos de maneira crítica, criativa, solidária e ética.
- (EM13LGG701) Explorar tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC), compreendendo seus princípios e funcionalidades, e mobilizá-las de modo ético, responsável e adequado a práticas de linguagem em diferentes contextos.
- (EM13LGG702) Avaliar o impacto das tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC) na formação do sujeito e em suas práticas sociais, para fazer

uso crítico dessa mídia em práticas de seleção, compreensão e produção de discursos em ambiente digital.

### **BLOCO 1: DEU BÃO, TO AQUI! (20 MINUTOS<sup>1</sup>)**

**Objetivo:** Iniciar as atividades aproximando as pessoas participantes do tema de segurança digital. Nesse momento, o intuito é promover a interação entre as pessoas da turma e estimular a noção de coletividade. Introduzindo o módulo de cuidados digitais, é interessante que, ao final, as pessoas participantes compreendam que o cuidado é uma prática coletiva e que todos estão conectados.

**Material:** Caixinha de som.

**Ação:**

- i.** Dê as boas vindas à turma e diga o tema do módulo deste dia.
- ii.** Se for o primeiro dia, apresente-se e promova uma apresentação pelas pessoas participantes. Em seguida, elabore e fixe os combinados junto ao grupo. **(20min)**

**Caso não seja o primeiro dia, pule para a terceira ação.**

**iii.** Coloque uma música para tocar e inicie o jogo do **“Nó humano”**. Peça que as pessoas alunas façam uma roda, dando as mãos. Instrua as pessoas a memorizarem quem está do seu lado esquerdo e quem está do direito. **(1min)**

**iv.** Depois, oriente que desfaçam a roda e andem pela sala, espalhando-se pelo ambiente. Avise às pessoas alunas que, quando a música parar, todos devem ficar imóveis no lugar. Em determinado momento, pause a música. As pessoas deverão dar as mãos às mesmas pessoas de quando estavam em roda (a mão esquerda a quem estava à sua esquerda, e a mão direita a quem estava à sua direita). Para isso, elas podem dar alguns passos para se aproximar, mas não voltar a formar uma roda. **(5min)**

**v.** Depois que todos estiverem conectados, proponha o desafio: a turma deverá desfazer o nó criado sem soltar as mãos, apenas passando por cima ou por baixo dos braços uns dos outros. Você pode ver uma demonstração da brincadeira [neste vídeo](#).

Após o tempo de 12 minutos, avise que o tempo de tentativas para desfazer o nó acabou. **(12min)**

**vi.** Observe se os grupos conseguiram cumprir o desafio. Para quem não conseguiu, pergunte quais foram as dificuldades encontradas e o que poderiam ter feito diferente. Para quem conseguiu, pergunte quais estratégias utilizaram. Por fim, relacione a dinâmica ao tema de segurança digital. Explique que a insegurança afeta toda a comunidade. Para isso, dê o exemplo de golpes online em que o golpista utiliza a foto ou a conta de uma pessoa para enganar e pedir dinheiro aos contatos dela. Quando uma pessoa é afetada, outras podem ser também, já que estamos todos conectados, como no nó humano. Por isso, o cuidado é uma prática coletiva. O que os adolescentes aprenderem neste dia pode e deve ser colocado em prática e divulgado para outras pessoas. **(2min)**

---

<sup>1</sup> Caso esse seja o primeiro encontro, você precisará readequar o tempo para fazer os combinados.

## BLOCO 2: PLUGANDO... (20 MINUTOS)

**Objetivo:** O objetivo deste momento é compreender o que as pessoas alunas entendem por segurança e cuidado.

**Material:** Folhas A4 (1 por pessoa) e materiais para desenho.

**Ação:**

- i. Distribua uma folha em branco para cada pessoa e materiais de desenho.
- ii. Explique que cada pessoa deverá fazer um desenho, uma poesia ou uma frase de impacto que consiga responder “o que é segurança ou cuidado para você?”. **(6min)**
- iii. Ao final, construam, no meio da sala, um mapa com os desenhos (caso a sala não esteja em formato de roda, você poderá, com autorização da escola, usar uma fita crepe e colar os desenhos no quadro ou na parede). Aproxime desenhos que representem a mesma coisa ou que tenham sentidos semelhantes, conectando as percepções que as pessoas da turma têm de segurança. A cada vez que um desenho for colocado no “mapa”, convide a pessoa ilustradora a explicar seu desenho. **(14min)**

## BLOCO 3: DECIFRANDO, A GENTE ENTENDE (32 MINUTOS)

**Objetivo:** Compartilhar informações sobre segurança digital.

**Material:** Apresentação de slides, folha de papel (1 por pessoa) e materiais para escrita.

**Ação:**

### i. Senhas fortes e seguras (23min):

1. Explique sobre a importância das senhas. Faça o paralelo das chaves de casa com as chaves das redes sociais, bancos e contas digitais em geral. Lembre à turma que assim como a gente não sai dando as chaves da nossa casa para qualquer pessoa, também não devemos fornecer nossas senhas. É importante mantê-las em um local seguro.

2. Inicie a dinâmica: “É fazendo que se aprende”.

Cada participante deve anotar em um papel os seguintes elementos:

- O tipo de animal que menos gosta;
- O número que menos gosta;
- dois caracteres especiais (@, #, !, etc.);
- Uma palavra que só ela usaria (como o nome de uma comida, apelido, etc.);

Depois dessa etapa, cada pessoa deve juntar os elementos e criar sua própria senha, exemplo:

**Cobra + 3 + ? #+ Tamara = C03br?#Tam?ra**

Ao final, apresente o [Infográfico desenvolvido pela Escola de Ativismo](#) para que as pessoas participantes possam testar a segurança de suas senhas.

### ii. Formas de guardar senhas (8min):

Pergunte às pessoas alunas se elas usam a mesma senha em todas as suas contas. Pergunte, também, como elas costumam se lembrar de suas senhas e se elas as registram em algum lugar. Depois, convide-as a questionar a segurança de cada local onde guardam senhas. Converse com elas sobre algumas possibilidades:



- a. **Papel solto** - **perigoso**. Porque é fácil de perder ou de outras pessoas terem acesso.
- b. **Caderninho** - **perigoso**. Porque qualquer pessoa que encontre seu caderno poderá ter acesso a todas as suas senhas.
- c. **Bloco de notas ou grupo de conversa no celular** - **perigoso**. Em caso de roubos, furtos ou até mesmo uso não autorizado do celular, outra pessoa poderá ter acesso às suas senhas.
- d. **Memória do navegador** - **segurança média**. Essa é aquela modalidade em que o próprio site cria e grava sua senha. Ela pode ser perigosa se sua senha principal, a que acessa o site ou o computador/celular for fraca, e também é um risco se pensarmos que empresas estão por trás dessas plataformas guardando nossas senhas.
- e. **Aplicativos guardadores de senha** - **segurança média**. Nessa modalidade, você guarda suas senhas em um aplicativo específico, baixado no seu dispositivo. Ela pode ser perigosa se sua senha principal, a que acessa o app, for fraca. Novamente, há um risco se pensarmos que empresas estão por trás dessas plataformas guardando nossas senhas.

### **E onde guardar as senhas, então?**

Depois dessa conversa, as pessoas estudantes podem estar se perguntando: “então, onde devo guardar minhas senhas?”.

A prática de cuidado digital não diz o que você deve fazer, mas sim, quais as possibilidades mais seguras e as menos seguras. É com base na sua própria autonomia que se faz as escolhas. Assim, indique às pessoas estudantes que escolham, dentre as opções acima, qual a que faz mais sentido para sua realidade.

### **BLOCO 4: GAME OVER! (18 MINUTOS)**

**Objetivo:** Revisar as informações discutidas neste dia.

**Material:** Uma bola e uma caixinha de som.

**Ação:**

- i. Peça que a turma se organize em roda. Coloque uma música para tocar e inicie o jogo da “Batata quente”. **(1min)**
- ii. Explique que quando você parar a música, a pessoa que estiver com a bola em mãos deve falar uma coisa que ela aprendeu no dia de hoje ou uma dúvida com a qual ela permaneceu. Caso ela diga uma dúvida, ajude-a a entender o tema em questão. Quando a música voltar a tocar, a bola deverá voltar a circular entre a turma. **(16min)**
- iii. Ao final, parabeneze a participação de todas as pessoas, agradeça pela dinâmica e pelo dia, e se despeça da turma. **(1min)**