



**Paraíso**  
COLÉGIO

# Acompanhando meu filho na sua jornada virtual

Ajudar as crianças a explorar a tecnologia com segurança é algo imprescindível, neste momento, em que estamos, ainda mais, imersos no mundo virtual.

Um ponto importante para começar é organizar os acordos e combinados familiares para evitar conflitos com as crianças e com os adolescentes; definir, por exemplo, tempos/horários de desplugar da Internet para realizar outras atividades que não necessitem do uso de smartphones, tabletes ou computadores. Além disso, também é importante fazer isso em conjunto, dialogando com eles sobre suas necessidades e responsabilidades. Veja algumas dicas que podem ajudar nessa conversa:



Administre o tempo diário do acesso online dos seus filhos. Dessa forma, eles podem organizar os horários para estudos e outras atividades que também são prazerosas, como estar com a família, fazer uma leitura de um bom livro, praticar exercícios físicos ou realizar uma atividade criativa.

Conceda liberdade aos seus filhos, mas os ensine a usá-la com responsabilidade. Eles poderão navegar orientados e seguros pela Internet, evitando compartilhar quaisquer conteúdos que eles possam se arrepender depois. A Internet não guarda segredo, sejam eles bons ou ruins.





Ter um celular é uma grande responsabilidade! Atualmente, as crianças já possuem os seus próprios dispositivos, o que demanda atenção e orientação dos pais sobre como o dispositivo deve ser gerenciado, assim como o conteúdo que pode ser acessado por meio dele.

Oriente seus filhos a buscar ajuda da família e a conversar com você, caso eles acessem algum conteúdo que cause medo ou desconforto.



Para ajudar os pais e/ou responsáveis, pesquisamos uma série de recursos que os ajudarão a acompanhar e estabelecer algumas regras de uso dos dispositivos por parte das crianças e dos adolescentes. As sugestões incluem restrições de conteúdo, tempo de tela e um sistema de relatório de atividades, por exemplo.

Lembre-se, sempre, a melhor ferramenta é acompanhar de pertinho o uso desses dispositivos. Como também Ter as senhas dos equipamentos, das contas em redes sociais, verificar os chats e conversas, analisar os históricos de buscas, entre outras coisas. **Isso não é invasão de privacidade, já que, legalmente falando, vocês são os responsáveis civil, jurídico e, acima de tudo, Mãe e Pai.**

## Para computadores com o sistema Windows 8-10

### Windows Security

O Windows Security, em sua estrutura atual, fornece fácil acesso e integração aos Controles Parentais da Microsoft (encontrados em "opções familiares"), o que ajuda os pais a configurar vários controles e restrições para os membros mais jovens da família.

Ajude a proteger sua família online com a Segurança do Windows

<https://support.microsoft.com/pt-br/help/4013209/windows-10-protect-your-family-online-with-windows-security>

Defina Limites de Tempo de Tela

<https://support.microsoft.com/pt-br/help/4028244/microsoft-account-set-screen-time-limits-on-your-kids-devices>

Definir limites para apps e jogos

<https://support.microsoft.com/pt-br/help/4508642/microsoft-account-set-app-limits-across-your-kids-devices>

How to configure Windows Security family settings and Microsoft Parental Controls

<https://www.windowscentral.com/how-protect-little-ones-windows-defender-and-parental-controls>

## App Microsoft Family Safety

O **Microsoft Family Safety** fornece controle total sobre as atividades do seu filho. Projetado para ajudá-lo a proteger a segurança física e digital de sua família, está disponível a partir de hoje para iOS e Android.

Aqui estão os 5 principais benefícios que minha família obteve com o aplicativo Microsoft Family Safety:

- Usar o relatório de atividade semanal como um início de conversa.
- Limitar o tempo de tela de jogos e liberar mais tempo para aprender.
- Estabelecer limites saudáveis com filtros de web e de pesquisa.
- Receber e-mails de solicitação de compras para evitar gastos surpresa.
- Saber onde está sua família quando as coisas começarem a retornar ao normal, <https://www.microsoft.com/pt-br/microsoft-365/family-safety>

## Android

### Family Link

O app Family Link permite que você estabeleça regras digitais e oriente seus filhos enquanto eles aprendem, brincam ou jogam, sejam eles crianças ou adolescentes.

[https://families.google.com/intl/pt-BR\\_ALL/familylink/](https://families.google.com/intl/pt-BR_ALL/familylink/)

Sistema: Android 5.0, 6.0 e 7.0

### Filtrar resultados de conteúdo explícito usando o SafeSearch

Se você estiver usando a Pesquisa Google no trabalho, com crianças ou para si mesmo, o SafeSearch pode ajudar a filtrar conteúdo sexualmente explícito dos seus resultados.

Como o SafeSearch funciona <https://safety.google/>

## Apple

### Usar os controles parentais no iPhone, iPad e iPod touch de seu filho

Os dispositivos da Apple foram desenvolvidos de forma a ajudar os pais a garantir o uso seguro da internet. O app de controle parental permite aos pais ficarem de olho nos hábitos digitais de seus filhos e no que eles realmente estão fazendo na web. Ele também permite que os pais definam restrições.

Como configurar <https://support.apple.com/pt-br/HT201304>

### Controle Parental Screen Time (App)

[O aplicativo de monitoramento de tempo de tela de controle parental do nosso Pact e localizador familiar pode ser acessado de qualquer dispositivo Apple da família compartilhada.https://ourpact.com/](https://ourpact.com/)

Fontes:

<http://www.istart.org.br/>  
<https://new.safernet.org.br/content/ferramentas-de-controle-parental-na-web>  
[www.microsoft.com](http://www.microsoft.com)  
<https://www.microsoft.com/pt-br/microsoft-365/family-safety>  
[www.google.com.br](http://www.google.com.br)  
[www.apple.com](http://www.apple.com)

