



2024-2025

LISTA CANDIDATA À SESSÃO ESCOLAR_Secundário

(constituída nos termos dos artigos 14.º e 15.º do [Regimento](#))

Letra proposta pela lista (Consoante -Ex: D,F,G,...) F _____

Letra atribuída à lista (após admissão): **F**

Ordem	Nome Completo*	Ano/turma*
1º	Francisca Bastos	10º E
2º	Mafalda Mortágua	10º A
3º	Afonso Nadais	10º E
4º	Inês Teixeira	10ºE
5º	Matilde Pereira	10º E
6º	José Ferreira	10ºA
7º	Maria Brito	12ºF
8º	Diana Gomes	10ºE
9º	Rodrigo Simão	10ºE
10º	Matilde Areiro	10ºD

MEDIDA 1
Tempo Ativo Tecnológico

O “Tempo Ativo Tecnológico” (TAT) é uma proposta legislativa inovadora que visa combater a dependência das crianças, jovens e até adultos das tecnologias. Esta medida promove as pausas obrigatórias no uso das aplicações de entretenimento digital como as redes sociais e jogos online. Esta medida reconhece a relação direta entre o design viciante de plataformas e o aumento da dependência tecnológica, défices de atenção, isolamento social e problemas de saúde mental. Estudos da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da União Europeia (UE) comprovam que o tempo excessivo diante dos ecrãs causa ansiedade, insónias e menos interação social e reconhecem que a tecnologia ameaça um equilíbrio mental e físico. Os designs viciantes, as notificações e scroll infinito são intencionalmente criados para maximizar o tempo online dificultando assim o autocontrole. Tendo em vista esta problemática propomos um mecanismo regulador para reduzir o impacto negativo sem proibir por completo o acesso à tecnologia. O TAT é um mecanismo básico que consiste em implementar um sistema nas aplicações instaladas no mercado português que bloqueia o uso após 1 hora contínua nas redes sociais ou em jogos virtuais, com uma pausa obrigatória proporcional ao tempo utilizado. O bloqueio seria aplicado automaticamente por meio de atualizações de software obrigatórias para operar no mercado português. Os utilizadores ou até os encarregados de educação dos utilizadores menores de idade poderiam ajustar os períodos de uso contínuo (ex: no mínimo 30 minutos de uso contínuo ou no máximo 90 minutos de uso, após este tempo existiria o bloqueio obrigatório que seria equivalente ao tempo de utilização contínua) a pausa obrigatória não seria removível. As aplicações educacionais e profissionais estarão isentas.

A entidade reguladora para fiscalizar a conformidade das empresas tecnológicas seria por exemplo a ANACOM, em parceria com o Ministério da Economia e o governo. A aplicação desta medida passa pela colaboração com empresas tecnológicas e associações de consumidores para garantir a transparência e eficácia no processo de implementação, incentivar as startups e empresas nacionais de tecnologia a desenvolver o TAT. As plataformas globais seriam obrigadas a integrar o sistema para operar no país tal como já ocorre com regras de privacidade e proteção de dados (ex.: GDPR na União Europeia). O governo terá de lançar campanhas nacionais para informar os cidadãos sobre a importância de hábitos tecnológicos saudáveis, destacando os benefícios das pausas das novas tecnologias como medida para proteger o bem-estar, e mostrar aos portugueses que a vida real é tão ou mais aditiva do que um telemóvel.

Esta medida promove o bem-estar, pois os utilizadores mantêm o acesso total às tecnologias, mas com pausas que combatem diretamente a dependência. Esta medida também promove a realização de estatísticas para avaliar a redução do tempo médio em plataformas, o aumento da produtividade e as melhorias na saúde mental. Estamos resolutos que esta proposta pode reduzir a dependência tecnológica, melhorar a saúde mental e física, aumentar a produtividade e a interação social, educar para um uso mais saudável da tecnologia e diminuir o isolamento social.

MEDIDA 2
Utilização da realidade virtual (RV), realidade aumentada (RA) e outras novas tecnologias para um ensino híbrido e equilibrado.

A integração da Realidade Virtual (RV) e da Realidade Aumentada (RA) para um ensino híbrido representa uma abordagem inovadora para responder aos desafios da educação contemporânea. Estas tecnologias oferecem experiências imersivas que tornam a aprendizagem mais prática, atrativa e interativa, permitindo aos alunos explorar conteúdos complexos de forma visual e envolvente. Por outro lado, estas mesmas ferramentas tecnológicas podem ser utilizadas para educar os jovens sobre o uso equilibrado da tecnologia, promovendo atividade offline como desporto, artes ou socialização, combatendo a dependência tecnológica. Pretendemos assim potencializar a utilização das novas tecnologias para a educação e o ensino.

Esta medida divide-se em duas partes. A primeira consiste em utilizar a RA e RV para criar ambientes imersivos de aprendizagem, permitindo aos estudantes explorarem conteúdos de forma prática e interativa. Para os alunos das áreas de Ciências e Tecnologias, isto pode significar a exploração de células em 3D, simulações de reações químicas em tempo real ou a visualização de conceitos matemáticos complexos em ambientes virtuais, como gráficos e álgebra interativa. No caso dos cursos de Artes e Humanidades, as ferramentas de RV/RA podem ser usadas para visitas virtuais a museus de arte e galerias, permitindo aos alunos explorar pinturas, esculturas e artefatos históricos em detalhe sem sair da sala de aula. Para História, a recriação de batalhas históricas ou cenas literárias pode ajudar os alunos a entender de forma imersiva eventos importantes, como a Idade Média ou o Renascimento. Além disso, o ensino de literatura pode ser enriquecido com experiências em que os alunos interagem com personagens de livros clássicos em cenários virtuais. Já nas Artes, os alunos podem criar e interagir com obras digitais em ambientes imersivos, como cenários 3D ou exposições virtuais de arte. Para as áreas de Artes e Humanidades, a realidade aumentada pode ser usada para explorar cidades antigas, recriar cenários de obras teatrais ou representar épocas literárias, criando experiências interativas que aprofundam o entendimento dos conteúdos.

A segunda parte da proposta utiliza também a RA e RV em sala de aula para promover o uso equilibrado das tecnologias, incentivando a prática de outras atividades, como o desporto e atividades ao ar livre. A integração dessas ferramentas em áreas do currículo, como Educação Física, pode ser feita através de jogos em RA para melhorar a coordenação motora ou treinos de simulação de movimentos. No contexto das Línguas, os alunos poderiam assistir a representações teatrais de época, como peças clássicas de Shakespeare ou outras dramatizações históricas, proporcionando uma imersão cultural e linguística através da interação com as falas e o contexto original.

Além disso, a utilização de tecnologias imersivas pode reforçar o desenvolvimento de metodologias ativas e a aprendizagem colaborativa, permitindo que os alunos trabalhem juntos em ambientes virtuais para resolver problemas, investigar conceitos científicos ou criar projetos artísticos. A tecnologia também facilita um ensino mais inclusivo, permitindo que alunos com necessidades educativas especiais ou dificuldades de aprendizagem se beneficiem de recursos adaptados e personalizados. Os professores receberiam formação prática para integrar essas novas tecnologias em sala de aula. Também seria possível a criação de jogos educativos para a resolução de cálculos e a aprendizagem de uma nova língua, alinhando-se com as necessidades dos alunos nas áreas de Ciências, Matemática e Línguas.

O uso de smartphones, sob orientação, pode ser uma ferramenta complementar para a aprendizagem, facilitando o acesso a aplicações que promovem o desenvolvimento linguístico. Esta medida tem como objetivo reduzir a dependência tecnológica, promovendo o equilíbrio entre atividades offline e online, estimulando o interesse dos alunos por disciplinas como matemática, ciências e línguas através de jogos e simulações, e proporcionando experiências educativas que aumentam a participação e retenção de conhecimento.

Para aplicar esta medida, propomos firmar parcerias com empresas de RV/RA (ex.: Meta, Unity ou startups locais) para desenvolver software e conteúdos educacionais. Além disso, o governo disponibilizaria óculos de realidade virtual ou alternativas mais acessíveis, como smartphones ou tablets. Por fim, esta medida não só aumenta o interesse e o desempenho escolar, como também educa para o uso consciente da tecnologia, promove a inclusão e igualdade, proporcionando recursos de qualidade a escolas desfavorecidas, melhora a retenção de conhecimento e estimula o pensamento crítico, como já demonstrado em estudos recentes. Esta providência mostra-se transversal e inovadora.

MEDIDA 3
Biblioteca Digital Nacional e Selo Educativo Fidedigno Português

Ao longo dos anos os estudantes portugueses confrontam-se com uma dura realidade, quando fazem as suas pesquisas para os trabalhos escolares, procuram recursos como resumos, PowerPoints, livros, artigos, etc. Têm dificuldade em encontrar ou não sabem no que acreditar. Esta medida propõe a criação pela comissão e o ministério da educação de uma Biblioteca Digital Nacional, um espaço virtual que reúne e organiza conteúdos como livros, artigos, resumos, exercícios para exame e outros materiais, categorizados por disciplinas e anos escolares. Também poderia haver a possibilidade dos alunos publicarem os seus resumos, e outro tipo de recursos que considerem relevantes. Desta forma é promovida a entreatajuda, a comunicação entre jovens de todo o país e a facilidade em encontrar o material necessário com a certeza de que é um site controlado e regulado pelo governo português e o ministério da educação.

Complementarmente e para combater a desinformação, sugerimos o desenvolvimento de um Selo Educativo Fidedigno Português, para certificar conteúdos digitais como educativos e confiáveis. Além de artigos online, este selo poderia ser também atribuído a jogos, vídeos e a outro tipo de conteúdos para que não só os jovens soubessem que estão a aceder a algo certificado como educativo e fidedigno como também os pais sabe-lo-ão. Assim será mais fácil para os pais aconselharem os seus filhos acerca do que é verdade e também terão recursos para saber que os seus educandos estão a consultar algo realmente educativo.

Para desenvolver o espaço virtual propomos a colaboração com universidades de modo a envolver estudantes de tecnologia e empresas da área para desenvolver a plataforma digital. É necessária a recolha, digitalização e catalogação de materiais pedagógicos em colaboração com editoras e instituições culturais.

Para a criação do selo sugerimos além do envolvimento da comissão e do ministério da educação, organizar um grupo de pessoas da área da educação liderados pelo ministério, com o objetivo de certificar artigos, jogos, vídeos e outros recursos digitais. Utilizar também o sistema de blockchain para garantir a autenticidade e rastreabilidade dos conteúdos certificados.

É necessário divulgar amplamente a Biblioteca Digital e o Selo, sensibilizando alunos, professores e pais sobre a importância de consumir conteúdos fidedignos e garantir a monitorização e o acompanhamento contínuo pelo Ministério da Educação para garantir que os materiais estejam atualizados e alinhados com os currículos escolares. A Biblioteca Digital e o Selo Educativo combatem a problemática da desinformação, fornecendo um ambiente confiável para a pesquisa e estudo, democratizando o acesso ao conhecimento e promovendo a literacia digital.

Esta medida pretende melhorar o desempenho escolar, promover a inclusão digital, fomentar a literacia digital e a produção nacional, fortalecer o ensino da língua Portuguesa e apoiar alunos, pais e educadores, além de preservar o património cultural português através da digitalização e valorização de autores e produtores nacionais, incentivando a inovação. O objetivo principal é garantir o acesso universal a conteúdos educativos e culturais de qualidade, promovendo uma transformação digital sustentável e inclusiva na educação. Estamos convictos de que assim é possível combinar a preservação cultural com transformação digital, criando um ambiente único de aprendizagem e confiança digital.