



---

### Decreto-Lei n.º 95/2025, 14 de agosto

Estabelece as regras para a utilização de telemóveis e outros dispositivos eletrónicos com acesso à internet por alunos dos 1.º e 2.º Ciclos do Ensino Básico em Portugal.

---

**NO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS FRANCISCO DE ARRUDA, a determinação legal é extensível a todos os alunos de todos os níveis de ensino, pela necessidade de adotar regras uniformes de comportamento e convivência.**

---

Não impede os alunos de contactar os seus encarregados de educação ou familiares, nem de serem contactados por estes, através dos meios disponibilizados pela escola.

## *Contacts*

Calçada da Tapada, 152 | 1300-160 Lisboa  
213 616 480  
geral@aefarruda.pt

## *Restrição do Uso de Telemóvel*

O INCUMPRIMENTO DA REGRA  
É OBJETO DE  
MEDIDA DISCIPLINAR  
AO ABRIGO DA  
LEI N.º 51/2012, 5 DE SETEMBRO



**1.º, 2.º, 3.º CICLOS DO ENSINO BÁSICO**



# Vantagens Pedagógicas

## Acesso imediato à informação

De forma orientada, permitem o acesso rápido a recursos digitais, bases de dados, plataformas educativas, dicionários, calculadoras e conteúdos multimédia que enriquecem a aprendizagem.

## Desenvolvimento de competências digitais

A integração de tecnologias móveis contribui para a literacia digital, considerada atualmente uma competência essencial. O manuseamento responsável de dispositivos eletrónicos prepara os alunos para a exigência tecnológica da sociedade contemporânea.

## Apoio à Aprendizagem Diferenciada

Aplicações educativas, ferramentas de organização pessoal ou plataformas de ensino adaptativo ajudam a promover ritmos e estilos de aprendizagem individuais, ajustando conteúdos às necessidades específicas de cada aluno.

## Promoção da Autonomia e Responsabilidade

Quando usados em tarefas pedagógicas orientadas, os telemóveis podem fomentar a autonomia, incentivando os alunos a gerir recursos, tempo e informação de forma mais eficaz.

## Facilitação da Comunicação Educativa

Os dispositivos podem ser utilizados para aceder a plataformas de comunicação escola-aluno-professor, partilha de materiais ou submissão de trabalhos, agilizando processos administrativos e pedagógicos.



## Consequências da Utilização Indevida dos Telemóveis

### DISTRAÇÃO E QUEBRA DO FOCO NAS AULAS

O uso indevido de telemóveis durante as aulas representa uma das principais causas de desatenção, interrompendo o processo de ensino e prejudicando o clima de trabalho.

### AUMENTO DA PROBABILIDADE DE PLÁGIO E FRAUDE ACADÉMICA

O acesso facilitado a conteúdos externos pode levar a situações de desonestidade intelectual, como cópia indevida, consulta de respostas ou violação das regras de avaliação.

### PERTURBAÇÃO DO AMBIENTE ESCOLAR

Sons, notificações e uso inadequado em sala ou corredores podem causar ruído, interferir com as dinâmicas de grupo e comprometer a disciplina e a socialização.

### RISCOS DE CYBERBULLYING OU EXPOSIÇÃO INADEQUADA DE DADOS

O uso irresponsável pode dar origem a situações de conflito, partilha indevida de imagens, gravações não autorizadas ou violações da privacidade de colegas e profissionais.

### AUMENTOS DOS RISCOS CLÍNICOS E PSICOLÓGICOS:

- prejudica a concentração, provoca fadiga mental e interfere com processos de memória e aprendizagem;
- cria padrões de dependência, ansiedade, irritabilidade e dificuldade em estabelecer limites saudáveis;
- prejudica a qualidade do sono, afetando o rendimento académico, a saúde mental e o equilíbrio emocional;
- provoca dores posturais (pescoço e coluna), fadiga ocular e sedentarismo, prejudicando o bem-estar global dos alunos.