



ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE POVOAÇÃO

**PLANO ESCOLAR DE PREVENÇÃO E COMBATE AO BULLYING E
CYBERBULLYING**

2025-2026





Índice

1. Enquadramento e Introdução	3
2. Implementação do Plano.....	3
2.1 Constituição da Equipa	3
2.2 Identificação /análise de Situações	4
2.3 Formação	6
3. Objetivos Pedagógicos das Ações	6
3.1 Alunos	6
3.2 Pais, EE e PND	7
3.3 Pessoal Docente	7
4. Combate e intervenção	7
5. Avaliação	8
Anexo I	9
FICHA DE LEVANTAMENTO/ IDENTIFICAÇÃO DE CASOS DE VIOLÊNCIA /BULLYING/ CIBERBULLYING	9
Anexo II	10
DOCUMENTO PARA REGISTO DE MEDIDAS, AÇÕES E ATIVIDADES	10



1. Enquadramento e Introdução

A Escola Básica e Secundária de Povoação tem vindo a assumir-se como um espaço privilegiado de prevenção e combate a todas as formas de violência. A equipa de plano Escolar de Prevenção e Combate ao Bullying e Cyberbullying foi e continua a centrar-se numa abordagem estratégica de sensibilização e de prevenção sistémica, apostando em mecanismos de intervenção em meio escolar, dando uma maior consistência, coerência e visibilidade ao trabalho que tem vindo a desenvolver-se ao longo dos últimos anos neste âmbito.

Tendo por base o website de apoio ao plano, <https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/>, o Referencial de Educação para a Saúde e a Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania, o Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória, as Aprendizagens Essenciais, bem como outros projetos/Atividades: Projeto Segura Net e Operações PES, tem sido desenvolvido pela comunidade educativa da escola todo um trabalho que fomenta e reforça a ação preventiva e o combate à violência com o Serviço de Psicologia e Orientação (SPO) e outras atividades inscritas no PAA, que se consubstanciam nas parcerias externas, designadamente e entre outras com a APAV – Associação de Apoio à Vítima; Centro de Saúde, a CPCJ e outra que pontualmente seja necessária.

2. Implementação do Plano

2.1 Constituição da Equipa

Na constituição da equipa para o presente ano letivo pretendemos congregar elementos fundamentais, de áreas transversais e de diferentes setores, de modo a permitir uma abordagem plural, alargada e abrangente no combate à violência escolar.

Identificação dos elementos da equipa	
Coordenadora da Equipa	Graça Cardoso Ferreira
Elemento do CP	Teresa Sanches
Coordenadora do EECE	Lurdes Costa
Coordenadora da ESE	Telma Bernardes



Secretaria Regional da Educação, Cultura e Desporto
Direção Regional da Educação e Administração Educativa
Escola Básica e Secundária da Povoação

SPO - Psicóloga	Maria João Roque
Representante PND	Paula Teixeira
Representante Pais/EE	Paulo Mota
Representante Alunos	Laura Rita, 12.ªA
Outros ...PSP	Agente Vera Janeiro
CMP – Gab. Ação Social	Marlene Amaral

2.2 Identificação /análise de Situações

Para a identificação/análise de situações, a Equipa promoverá o levantamento de dados e o respetivo registo no documento criado para o efeito, a “Ficha de levantamento/identificação de casos de violência/bullying/ciberbullying” o qual foi já retificado conforme orientação da DRE. (Anexo I) Os intervenientes nesta Identificação /análise de Situações serão os seguintes: Equipa do Plano; Professores Titulares de Turma/Diretores de Turma; Coordenadores de Estabelecimento e Encarregados de Educação.

2.3 Ações de Prevenção

Partindo do pressuposto de que a prevenção é fundamental neste processo, são interventores diretos na promoção de um ambiente sem violência, os alunos, os Professores Titulares de Turma/Diretores de Turma, que trabalham no âmbito das suas obrigações os valores dos documentos fundamentais da escola e o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, num horário destinado para o efeito, na mediação de Direção de Turma e noutros contextos. Para além dos Diretores de Turma, a equipa conta ainda com um conjunto de ações/parcerias que concorrem para os objetivos deste plano, a saber:

- ✓ Projeto de Promoção e Educação para a Saúde (PES): De acordo com o Referencial de Educação para a Saúde, a Promoção e Educação para a Saúde em meio escolar é um processo contínuo que visa o desenvolvimento de competências das crianças e dos jovens, permitindo-lhes confrontarem-se seguramente consigo próprios, construir um projeto de vida e serem capazes de fazer escolhas individuais, conscientes e responsáveis. A promoção da educação para a saúde na escola tem, também, como missão criar ambientes facilitadores dessas escolhas e estimular o espírito crítico para o



Secretaria Regional da Educação, Cultura e Desporto
Direção Regional da Educação e Administração Educativa
Escola Básica e Secundária da Povoação

exercício de uma cidadania ativa. A PES tem um papel fulcral no desenvolvimento de cidadãos e sociedades saudáveis, sustentáveis e felizes, razão pela qual contribui para as metas e objetivos definidos pela Organização Mundial de Saúde para a Saúde e Bem-Estar na Europa – Saúde 2020, para a Estratégia da EU2020, no que respeita ao crescimento sustentável e à educação inclusiva e para Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável, das Organização das Nações Unidas. A Escola, enquanto organização empenhada em desenvolver a aquisição de competências pessoais, cognitivas e socio emocionais é o espaço por excelência onde, individualmente e em grupo, as crianças e jovens aprendem a gerir eficazmente a sua saúde e a agir sobre fatores que a influenciam. Uma Escola Promotora da Saúde gera condições para a participação dos jovens e estimula a colaboração de parceiros locais, nomeadamente da Saúde e da Autarquia, entre outros, em articulação com o plano da escola. O Referencial de Educação para a Saúde, que resulta de uma parceria entre a Direção-Geral da Educação e a Direção-Geral de Saúde, identifica cinco temas globais a tratar no âmbito da PES dos quais se destaca a Saúde Mental e Prevenção da Violência.

- ✓ Projeto SeguraNet: Podem-se referir algumas das ameaças existentes na Internet, como o Cyberbullying, Discurso de Ódio, Grooming, roubo de identidade ou burlas online. Por essa razão, é considerada de grande importância que se certifique em meio escolar algumas estratégias para a minimização das consequências negativas em referência, cujo objetivo é garantir que todos os estudantes do ensino básico e secundário utilizam a Internet de forma responsável, crítica e saudável.
- ✓ PSP – Escola Segura: A Direção Nacional da PSP definiu e propõe desenvolver uma estratégia de continuidade orientada para a temática securitária direcionada para as escolas, no âmbito da “Escola Segura – Ano Escolar 2024/2025”. A sua calendarização tem como objetivos otimizar a gestão dos recursos humanos e materiais disponíveis, bem como fomentar a divulgação e publicitação do trabalho planeado no âmbito do Programa Escola Segura, propondo junto das escolas os temas e datas estipulados para ações programadas, de forma a facilitar o seu agendamento.

Para além do conjunto de ações acima expressas que contribuem, por um lado, para a prevenção, combate e intervenção face aos fenómenos de violência e, por outro lado, para a promoção da inclusão e da não discriminação em meio escolar, constam também no plano anual de atividades da escola, outras atividades que se consubstanciam na mesma temática.



2.3 Formação

A formação tem um papel fundamental na capacitação dos elementos da Comunidade Educativa para este fenómeno. Importa por isso preparar da melhor forma todos os elementos da Comunidade para que este plano possa ter sucesso. A consciencialização para o problema, a sua identificação e os mecanismos de atuação deverão ser do conhecimento do maior número de intervenientes, de modo a minimizar a sua existência e as consequências de eventuais atos praticados.

O Plano contempla ações dirigidas aos diferentes elementos da Comunidade Educativa numa lógica de continuidade e intencionalidade. Assim far-se-á o cruzamento entre as ações da PSP, com a equipa da ESE e de EECE por ano e ciclo.

3. Objetivos Pedagógicos das Ações

3.1 Alunos

- Promover a aprendizagem de conteúdos relativos à temática da segurança na internet;
- Promover o espírito crítico e reflexivo e a utilização consciente desta ferramenta diária;
- Adquirir competências básicas/médias sobre a temática, orientando para a utilização adequada e segura da internet;
- Lutar contra os conteúdos perigosos ilegais online;
- Garantir um ambiente online mais seguro;
- Criar uma base de conhecimentos sobre a segurança online;
- Adquirir competências sobre as várias temáticas, apreender conceitos basilares como, cidadania e vandalismo;
- Refletir de forma crítica sobre os conflitos que envolvem práticas relacionadas com o bullying no dia-a-dia escolar;
- Identificar os problemas relacionados com o consumo de álcool e outras substâncias psicotrópicas ou psicoativas;
- Refletir de forma crítica sobre os conflitos que envolvem práticas relacionadas com o bullying no dia a dia escolar;



Secretaria Regional da Educação, Cultura e Desporto
Direção Regional da Educação e Administração Educativa
Escola Básica e Secundária da Povoação

- Contribuir para o combate à prática de bullying e cyberbullying nas relações interpessoais.

3.2 Pais, EE e PND

Os destinatários deverão:

- Adquirir competências avançadas sobre a temática, estabelecendo estratégias para o trabalho de sensibilização e combate às práticas agressivas e repetitivas que possam causar angústia e sofrimento;
- Refletir de forma crítica sobre os conflitos que envolvem práticas relacionadas com o bullying e cyberbullying no dia a dia escolar;
- Contribuir para o combate à prática de bullying e cyberbullying nas relações interpessoais.

3.3 Pessoal Docente

Os Docentes deverão:

- Adquirir competências avançadas sobre a temática, estabelecendo estratégias para o trabalho de sensibilização e combate às práticas agressivas e repetitivas em contexto escolar;
- Refletir de forma crítica sobre os conflitos que envolvem práticas relacionadas com o bullying e cyberbullying no dia a dia escolar e poder viabilizar práticas de prevenção;
- Contribuir para o combate à prática de bullying e cyberbullying nas relações interpessoais no contexto escolar.

4. Combate e Intervenção

O combate e intervenção serão iniciados com o levantamento e identificação de eventuais casos de violência, Bullying e Cyberbullying, os quais ajudaram em que áreas serão necessárias uma maior e mais rápida intervenção para gerir os conflitos. Os intervenientes nesta fase serão, principalmente, o Conselho Executivo, os Diretores de Turma e o Pessoal Não Docente por possuírem condições de proximidade junto da população discente e, portanto, um conhecimento bastante sustentado do comportamento e relacionamento social dos alunos. Podem também os Alunos e os Pais e Encarregados de Educação, via Diretor de Turma, indicar casos dos quais tenham conhecimento. Em situação de deteção de algum caso de violência será



Secretaria Regional da Educação, Cultura e Desporto
Direção Regional da Educação e Administração Educativa
Escola Básica e Secundária da Povoação

preenchido um documento de registo de dados do mesmo (Anexo I) que, seguidamente, será enviado para o Conselho Executivo, o qual dará o encaminhamento adequado. Caso se confirmem casos de Violência, Bullying e Cyberbullying, o CE, em colaboração com o SPO, diligenciará o contacto com os Diretores de Turma, os Pais e Encarregados de Educação dos alunos envolvidos em situações de Violência, Bullying e Cyberbullying, de forma a expor-lhes a situação, recolher junto destes, toda a informação útil relacionada com a problemática e solicitar-lhes o início da intervenção a nível escolar. Esta intervenção na escola deve envolver toda a comunidade escolar, diretores de turma, pessoal não docente, SPO, alunos, Saúde Escolar, pais e encarregados de educação, de forma a resolver as situações de Violência, Bullying e Cyberbullying. Os Diretores de Turma informarão os Pais e Encarregados de Educação dos resultados obtidos da sua intervenção.

5. Avaliação

A avaliação do Plano deve ser realizada através de ações de monitorização, pela Equipa do Plano, ao longo do ano, em reuniões de trabalho e, no final do ano, deve dar lugar a um relatório a apresentar ao Conselho Pedagógico.

Elaborado em reunião da Equipa Escolar de Prevenção e Combate ao Bullying e Cyberbullying
em 16 de outubro 2025

Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico em



Secretaria Regional da Educação, Cultura e Desporto
Direção Regional da Educação e Administração Educativa
Escola Básica e Secundária da Povoação

Anexo I

– FICHA DE LEVANTAMENTO/IDENTIFICAÇÃO DE CASOS DE
VIOLÊNCIA/BULLYING/CIBERBULLYING

ANO/TURMA	N.º DO PROCESSO	NOME DO ALUNO	IDADE	SEXO	PAPEL (assinalar com uma X)		DESCRIÇÃO SUMÁRIA DA SITUAÇÃO	MEDIDAS IMPLEMENTADAS
					AGRESSOR	AGREDIDO		



Secretaria Regional da Educação, Cultura e Desporto
Direção Regional da Educação e Administração Educativa
Escola Básica e Secundária da Povoação

Anexo II

– Medidas /Ações / Atividades

<u>MEDIDA</u>	<u>PUBLICO-ALVO</u>	<u>N.º DE PESSOAS</u> <u>ABRANGIDAS</u>	<u>ENTIDADES</u> <u>PARCERIAS</u> <u>ENVOLVIDAS</u>	<u>AVALIAÇÃO / OBSERVAÇÕES</u>