

BULLYING NA ESCOLA: 20 FICHAS PEDAGÓGICAS PARA COMBATE E PREVENÇÃO

FALE ALTO!
PARE COM O BULLYING



SOCIAL



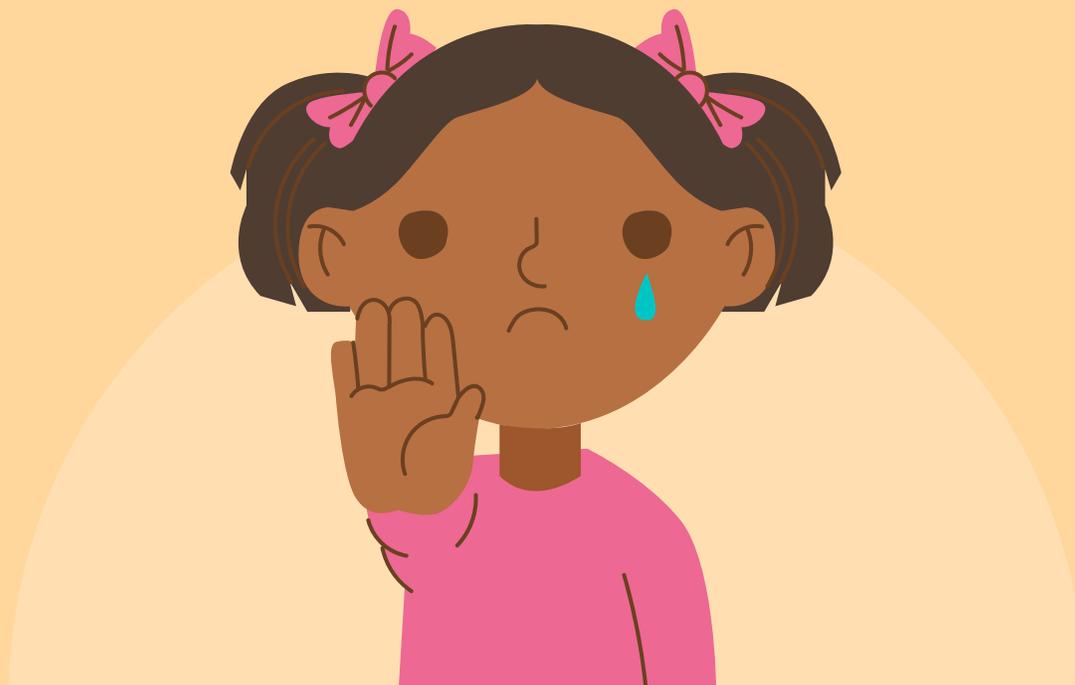
CYBER



FÍSICO



VERBAL



CANETA DO PROFESSOR
De professor para professor

BULLYING NA ESCOLA: 20 FICHAS PEDAGÓGICAS PARA COMBATE E PREVENÇÃO

Atividades práticas e reflexivas para promover o respeito e a empatia no ambiente escolar.



SUMÁRIO

| | |
|--|----|
| Introdução | 3 |
| 1. Roda de Conversa: “O Que É Bullying Para Você?” | 4 |
| 2. Jogo dos Papéis | 4 |
| 3. Linha do Tempo das Emoções | 5 |
| 4. Mural da Empatia..... | 5 |
| 5. Bilhetes do Bem..... | 6 |
| 6. Análise de Vídeos e Curtas | 6 |
| 7. Entrevista com a Vítima (Ficcional) | 7 |
| 8. Criação de Cartazes..... | 7 |
| 9. Poema ou Rap Contra o Bullying | 7 |
| 10. Campanha do Abraço..... | 8 |
| 11. Diário das Emoções | 8 |
| 12. Jogo do Respeito | 9 |
| 13. Teatro de Sombras: Histórias de Superação..... | 9 |
| 14. Cartão do Acolhimento..... | 9 |
| 15. Investigadores do Bem..... | 10 |
| 16. Crônica ou História em Quadrinhos..... | 10 |
| 17. Parede das Palavras Boas..... | 10 |
| 18. Parceria da Gentileza..... | 11 |
| 19. Debate: Bullying Virtual..... | 11 |
| 20. Caixa de Desabafos | 12 |
| Conclusão..... | 13 |



INTRODUÇÃO

O bullying é uma realidade que afeta milhares de estudantes em todo o mundo, interferindo não só no rendimento escolar, mas também no bem-estar emocional das crianças e adolescentes. Este eBook foi criado com o objetivo de oferecer aos educadores ferramentas práticas, reflexivas e criativas para combater o bullying em sala de aula. Com base em metodologias participativas e na promoção da empatia, cada ficha pedagógica aqui apresentada busca fortalecer os laços entre os alunos, incentivar o respeito mútuo e tornar a escola um lugar mais acolhedor para todos.

Esperamos que este material contribua para o desenvolvimento de uma cultura de paz e solidariedade em sua escola. Boa leitura e boa prática!



1. RODA DE CONVERSA: “O QUE É BULLYING PARA VOCÊ?”

Organize os alunos em círculo. Explique que todos terão a chance de expressar o que entendem por bullying. Incentive o respeito à fala do outro e registre as palavras-chave no quadro. Exemplo: um aluno pode dizer que bullying é 'brincadeira que machuca', outro pode relatar algo que viu. Ao final, promova uma síntese coletiva.

Aplicação:

- Forme um círculo com todos os alunos.
- Explique que a proposta é compartilhar pensamentos e vivências sobre bullying.
- Use um objeto (ex: uma bola) como “microfone” para indicar a vez de quem fala.
- Registre no quadro as palavras-chave que surgirem: medo, vergonha, exclusão, etc.

Exemplo:

Um aluno pode dizer: “Acho que bullying é quando todo mundo ri de alguém por ser diferente.”

Dica: Valorize todas as falas e ao final promova uma síntese com os pontos mais recorrentes.

2. JOGO DOS PAPÉIS

Entregue cartões com papéis como: vítima, agressor, espectador, amigo da vítima, professor. Apresente uma situação hipotética (ex: zombar da roupa de alguém) e deixe que encenem. Após a dramatização, converse sobre os sentimentos e percepções de cada papel. Exemplo: 'Como se sentiu sendo vítima? E sendo espectador?'

Aplicação:

- Prepare cartões com diferentes papéis: vítima, agressor, espectador, professor, amigo.



- Leia uma situação hipotética: “João é chamado de apelidos por causa do seu peso.”
- Os alunos encenam a situação e depois refletem sobre como se sentiram.

Exemplo:

A aluna que interpretou a vítima pode dizer: “Me senti triste e com vergonha de todos.”

Dica: Estimule a empatia e promova soluções ao final.

3. LINHA DO TEMPO DAS EMOÇÕES

Peça que os alunos desenhem uma linha do tempo com eventos da vida escolar que os fizeram sentir incluídos ou excluídos. Exemplos: 'No passeio escolar me senti feliz', 'Na hora do recreio, me senti sozinho'. Promova a partilha e empatia entre os colegas.

Aplicação:

- Cada aluno desenha uma linha com pontos marcando momentos escolares em que se sentiu acolhido ou excluído.
- Podem desenhar ou escrever.
- Compartilhe as experiências voluntariamente.

Exemplo:

“Fiquei feliz quando me escolheram para o time.”

“Me senti excluído quando ninguém quis fazer dupla comigo.”

4. MURAL DA EMPATIA

Forneça revistas, cartolina e materiais de colagem. Os alunos criarão um mural com mensagens como 'Trate o outro como você gostaria de ser tratado' ou imagens de acolhimento e amizade. Exponha o mural em local visível na escola.

Aplicação:

- Forneça materiais (revistas, cartolinas, canetas).
- Os alunos criam colagens com mensagens e imagens de empatia.

CANETA DO PROFESSOR



- O mural é fixado no corredor ou na entrada da escola.

Exemplo de frase:

“Gentileza gera gentileza!”

5. BILHETES DO BEM

Cada aluno escreve bilhetes positivos para colegas e os coloca numa 'caixa do bem'. No final da semana, os bilhetes são lidos ou entregues. Exemplo: 'Você me fez rir hoje, obrigado!', 'Gosto do jeito que você me escuta'.

Aplicação:

- Cada aluno escreve bilhetes positivos e coloca em uma caixa.
- No final da semana, os bilhetes são entregues anonimamente ou lidos em voz alta.

Exemplo de bilhete:

“Adorei quando você me ajudou a entender a lição. Obrigado!”

6. ANÁLISE DE VÍDEOS E CURTAS

Apresente um curta sobre bullying (como 'Por Quê? – Ministério Público' ou 'Bullying na Escola – Plenarinho'). Após a exibição, promova perguntas: O que aconteceu? Quem sofreu? Quem poderia ajudar? Use a conversa para reforçar atitudes positivas.

Aplicação:

- Escolha um vídeo curto sobre bullying.
- Após a exibição, faça perguntas como: “Quem sofreu?”, “O que poderia ter sido feito diferente?”

Exemplo de vídeo:

[Curta "Por Quê?" – Canal Plenarinho no YouTube]

Dica: Estimule a escuta ativa e anote as percepções no quadro.



7. ENTREVISTA COM A VÍTIMA (FICCIONAL)

Um aluno (ou o professor) interpreta uma vítima fictícia de bullying. Os colegas fazem perguntas como: 'Como você se sentiu?', 'O que queria que tivessem feito por você?'. Depois, reflitam em grupo sobre a situação encenada.

Aplicação:

- Um aluno ou o professor encena uma vítima fictícia.
- Os outros fazem perguntas, como em uma entrevista.

Exemplo de pergunta:

“O que você gostaria que seus amigos tivessem feito por você?”

8. CRIAÇÃO DE CARTAZES

Divida os alunos em grupos. Cada grupo cria um cartaz com frases de impacto e imagens. Exemplos: 'Bullying Não é Brincadeira!', 'Respeito é Tudo!'. Os cartazes são apresentados e expostos na escola.

Aplicação:

- Divida a turma em grupos.
- Cada grupo cria um cartaz com mensagens e desenhos contra o bullying.
- Exposição na escola.

Exemplo de frase:

“Na minha escola, o respeito é lei!”

9. POEMA OU RAP CONTRA O BULLYING

Incentive a criação de poemas ou raps sobre o tema. Os alunos podem escrever sobre sentimentos, soluções e chamadas à paz. Exemplo de trecho: 'Na escola todo dia, respeito tem que ter, bullying não é legal, vamos aprender a conviver'.

Aplicação:

- Incentive a expressão por meio da escrita criativa.



- Alunos podem se apresentar em grupo ou individualmente.

Exemplo de verso:

“Na sala ou no pátio, vamos respeitar. Bullying não é jogo, pode machucar.”

10. CAMPANHA DO ABRAÇO

Durante um dia, proponha que os alunos façam gestos de carinho: abraçar, elogiar, ajudar, ouvir. Entregue um cartão para que anotem cada atitude positiva. Exemplo: 'Hoje dei um abraço em João que estava triste'.

Aplicação:

- Entregue cartões para que os alunos anotem atitudes gentis feitas no dia.
- Exemplo de ações: dar um abraço, fazer um elogio, ajudar alguém.

Exemplo:

“Hoje ajudei Ana a recolher os lápis dela.”

11. DIÁRIO DAS EMOÇÕES

Durante uma semana, os alunos registram como se sentiram em relação aos colegas e às situações sociais. Ao final, compartilham voluntariamente. Ajuda na autorreflexão e no entendimento de como suas ações afetam o outro.

Aplicação:

- Durante uma semana, os alunos anotam diariamente como se sentiram na escola.
- No final, compartilham (quem quiser) e discutem em grupo.

Exemplo:

“Hoje fiquei feliz quando o Lucas me chamou para brincar.”



12. JOGO DO RESPEITO

Em grupos, os alunos recebem situações-problema para resolver em equipe, como 'Um colega é deixado de fora da brincadeira'. Devem pensar em soluções positivas. Compartilhe as melhores ideias com a turma.

Aplicação:

- Grupos recebem uma situação-problema e discutem possíveis soluções positivas.

Exemplo de situação:

“Seu amigo está sendo ignorado pelo grupo. O que você pode fazer?”

13. TEATRO DE SOMBRAS: HISTÓRIAS DE SUPERAÇÃO

Os alunos criam roteiros curtos com finais positivos onde o bullying é superado. Com lanternas e recortes de papel, encenam a história em teatro de sombras. Exemplo: um menino que sofria por ser tímido ganha apoio dos amigos.

Aplicação:

- Alunos criam uma história com final positivo.
- Usam lanternas e figuras de papel para encenar o teatro de sombras.

Exemplo:

A história de uma aluna que sofria bullying, até que uma amiga começa a defendê-la.

14. CARTÃO DO ACOLHIMENTO

Os alunos criam cartões de boas-vindas que poderiam ser entregues a novos alunos ou a colegas que se sentem sozinhos. Escrevem frases como 'Você é importante!' ou 'Estamos felizes com sua presença'.

Aplicação:

- Criação de cartões com mensagens de boas-vindas e afeto.
- Entrega simbólica para colegas ou guardam para novos alunos.



Exemplo de mensagem:

“Conte comigo para o que precisar. Você é bem-vindo(a)!”

15. INVESTIGADORES DO BEM

Os alunos são desafiados a observar boas ações na escola e registrá-las anonimamente. No final da semana, as ações são lidas para toda a turma. Exemplo: 'Vi Maria ajudando Pedro com a tarefa'.

Aplicação:

- Durante a semana, alunos observam boas ações e anotam em anonimato.
- As ações são lidas ao final como forma de valorização.

Exemplo:

“Vi a Sofia dividindo o lanche com o Bruno.”

16. CRÔNICA OU HISTÓRIA EM QUADRINHOS

Os alunos criam histórias curtas ou HQs com personagens que enfrentam e vencem o bullying com ajuda. Incentive criatividade e mensagens inspiradoras. Exemplo: uma HQ onde o agressor pede desculpas e muda sua atitude.

Aplicação:

- Os alunos criam histórias ou HQs abordando o bullying e sua superação.

Exemplo de tema:

Um personagem novo na escola é rejeitado, mas um colega o ajuda a se integrar.

17. PAREDE DAS PALAVRAS BOAS

No mural da sala, crie um espaço para colar palavras gentis ao longo do mês. Exemplo: 'amizade', 'respeito', 'solidariedade'. Ao final, conversem sobre como essas palavras influenciam o ambiente escolar.

Aplicação:

- No mural da sala, os alunos colam palavras ou frases positivas ao longo do mês.

Exemplo de palavras:

“Gratidão, respeito, partilha, generosidade.”

18. PARCERIA DA GENTILEZA

Forme duplas secretas. Durante a semana, cada aluno deve fazer ações positivas para sua dupla sem revelar quem é. No fim, cada um tenta descobrir seu parceiro. Estimula o cuidado e a observação do outro.

Aplicação:

- Cada aluno recebe secretamente o nome de um colega.
- Durante a semana, deve realizar gestos positivos para esse colega.

Exemplo:

“Ajudei meu colega secreto a carregar o material.”

19. DEBATE: BULLYING VIRTUAL

Proponha um debate sobre cyberbullying. Divida os alunos em grupos: 'o que é', 'como prevenir', 'como denunciar'. Use exemplos reais e incentive o pensamento crítico e a argumentação respeitosa.

Aplicação:

- Propor um debate estruturado com temas: o que é, como evitar, como denunciar.
- Os alunos devem se preparar antes com argumentos.

Exemplo:

Um grupo apresenta formas de proteger senhas e evitar exposição nas redes sociais.



20. CAIXA DE DESABAFOS

Instale uma caixa onde os alunos possam, anonimamente, relatar situações de bullying ou sentimentos. O conteúdo pode ser lido e trabalhado com a turma (preservando sigilo). Serve como canal de escuta e acolhimento.

Aplicação:

- Uma caixa é disponibilizada na sala para desabafos anônimos.
- A leitura dos recados deve preservar a identidade dos autores.

Exemplo de uso:

“Hoje senti que ninguém quis conversar comigo, fiquei triste.”



CONCLUSÃO

Ao aplicar essas fichas pedagógicas, cada educador dá um passo importante na construção de um ambiente escolar mais justo, respeitoso e inclusivo. O combate ao bullying exige ação contínua, diálogo aberto e escuta ativa. Não basta punir: é necessário educar, sensibilizar e transformar. Que este eBook seja um aliado nesse caminho de transformação. E lembre-se: toda mudança começa com uma atitude. Seja você o exemplo de respeito e empatia em sua comunidade escolar.

