



PLANIFICAÇÃO ANUAL / PROGRAMA CURRICULAR

ANO LETIVO 2024 / 2025

Competência Digital

PROGRAMA DESPISTE E ORIENTAÇÃO VOCACIONAL – NÍVEL B1

Pesquisar e armazenar conteúdos digitais

DESIGNAÇÃO DA UC: Pesquisar e armazenar conteúdos digitais

Conhecimentos, Aptidões e Atitudes

REALIZAÇÕES	CONHECIMENTOS	APTIDÕES	ATITUDES
<ul style="list-style-type: none"> ▪ R1- Identificar as necessidades de informação. ▪ R2- Pesquisar informação. ▪ R3- Distinguir fontes de informação. ▪ R4- Armazenar a informação recolhida. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ambientes digitais. ▪ Motor de busca. ▪ Fontes de informação. ▪ Ficheiro informático. ▪ Transferência de ficheiros (<i>download</i>). 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aceder a um dispositivo tecnológico (ex.: computador, <i>tablet</i>, <i>smartphone</i>) com acesso à internet. ▪ Pesquisar com orientação num ambiente digital. ▪ Identificar a fiabilidade das fontes. ▪ Identificar o conteúdo principal da informação. ▪ Guardar um ficheiro. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Proatividade. ▪ Responsabilidade. ▪ Empenho. ▪ Organização. ▪ Resiliência. ▪ Sentido crítico.

Critérios de desempenho

- Identificando motores de busca de informação.
- Realizando uma pesquisa orientada num ambiente digital.

- Utilizando ferramentas adequadas ao armazenamento de dados em ambientes digitais.

Contexto (de uso da Competência)

- Aceder a um portal de emprego e procurar ofertas na sua área profissional.
- Recolher informação fidedigna sobre um tema identificando as fontes.
- Armazenar numa pasta, ficheiros relacionados entre si (ex.: declaração de IRS, despesas de saúde, habitação).

Recursos

- Dispositivo tecnológico com acesso à internet.
- Portal de emprego.
- Sítio web.
- Livros (impressos, e-books e audiolivros).

Comunicar através de tecnologias digitais

DESIGNAÇÃO DA UC: Comunicar através de tecnologias digitais

Conhecimentos, Aptidões e Atitudes

REALIZAÇÕES	CONHECIMENTOS	APTIDÕES	ATITUDES
<p>R1- Interagir através de tecnologias digitais.</p> <p>R2- Utilizar um serviço digital público e/ou privado.</p> <p>R3- Identificar normas de conduta em ambientes digitais</p> <p>R4- Identificar uma identidade digital.</p> <p>R5- Identificar algumas formas de proteger os dados pessoais publicados online.</p>	<p>Tecnologias digitais.</p> <p>Meios de comunicação digital.</p> <p>Serviços <i>online</i>.</p> <p>Transferência de ficheiros (<i>download</i>).</p> <p>Conta em serviços em linha (ex.: <i>email</i>, redes sociais, portais).</p> <p>Autoria da informação digital.</p> <p>Identidade digital.</p> <p>Código de conduta em ambiente digital.</p> <p>Formas de assédio virtual (<i>Cyberbullying</i>).</p>	<p>Identificar meios de comunicação digital para determinada tarefa.</p> <p>Realizar interações simples através de tecnologias digitais.</p> <p>Utilizar ferramentas e tecnologias digitais.</p> <p>Aceder a serviços digitais públicos e privados.</p> <p>Identificar a autoria da informação digital.</p> <p>Aplicar normas básicas de conduta adequadas à utilização de ambientes digitais.</p> <p>Identificar formas de proteção da reputação <i>online</i>.</p>	<p>Proatividade.</p> <p>Responsabilidade.</p> <p>Respeito pelas regras e normas definidas.</p> <p>Empatia.</p> <p>Resiliência.</p> <p>Trabalho em equipa.</p> <p>Assertividade.</p> <p>Sentido crítico.</p>

Critérios de desempenho

- Identificando e utilizando, com apoio, um serviço digital público e/ou privado promotor da participação ativa na sociedade.

- Identificando e utilizando tecnologias digitais para interagir com outros.
- Identificando práticas de referenciação e de atribuição de autoria.
- Identificando normas adequadas de comportamento ao utilizar tecnologias digitais e ao comunicar em ambientes digitais.
- Identificando uma identidade digital e algumas formas de proteger a reputação *online*.

Contexto (de uso da Competência)

- Utilizar, com apoio, um portal de serviço público (ex.: Finanças, Segurança Social).
- Preencher um formulário *online*, com apoio.
- Criar, com apoio, um endereço de *email*.
- Enviar um *email* ou SMS através de dispositivos eletrónicos.
- Reconhecer normas de conduta a seguir em ambientes digitais para interagir com outros (ex.: utilizar uma linguagem agradável, evitando erros ortográficos e comentários preconceituosos e/ou agressivos).
- Definir o perfil numa plataforma ou rede social sem publicar dados pessoais (morada, n.º telemóvel, outros).

Recursos

- Dispositivo tecnológico com acesso à internet.
- *Email*.
- Portais de serviço público e privado.
- Normas de conduta em ambientes digitais.

- Livros (impressos, e-books e audiolivros).

Criar conteúdos digitais simples

DESIGNAÇÃO DA UC: Criar conteúdos digitais simples

Conhecimentos, Aptidões e Atitudes

REALIZAÇÕES	CONHECIMENTOS	APTIDÕES	ATITUDES
R1- Criar documentos de texto e/ou de cálculo. R2- Integrar informação e conteúdo digital considerando os direitos de autor.	Conteúdos digitais (processador de texto, folha de cálculo). Aplicações e programas digitais. Regras de direitos de autor.	Utilizar programas e aplicações que possibilitem a criação de conteúdos digitais simples. Identificar regras simples de direitos de autor e licenças que se aplicam a dados, informação e conteúdo digital.	Proatividade. Responsabilidade. Respeito pelas regras e normas definidas. Organização. Empenho. Resiliência. Sentido crítico. Criatividade.

Critérios de desempenho

- Utilizando um programa/aplicação para criar um ficheiro de texto e/ou uma folha de cálculo.
- Reconhecendo conteúdo digital (informação, dados, programas) protegido por direitos de autor.

Contexto (de uso da Competência)

- Elaborar uma lista de compras utilizando o processador de texto ou a folha de cálculo.
- Capturar em vídeo ou fotografia um evento da vida quotidiana através do recurso a um dispositivo móvel.
- Redigir uma carta utilizando o processador de texto.
- Utilizar fotografias de terceiros em publicações ou ficheiros criados, com autorização e identificação da fonte.

Recursos

- Dispositivo tecnológico com acesso à internet.
- Processador de texto e folha de cálculo.
- Programas/aplicações de captura de imagem/vídeo.
- Direitos de autor.
- Livros (impressos, e-books e audiolivros).

Identificar riscos e ameaças em ambientes digitais

DESIGNAÇÃO DA UC: Identificar riscos e ameaças em ambientes digitais

Conhecimentos, Aptidões e Atitudes

REALIZAÇÕES	CONHECIMENTOS	APTIDÕES	ATITUDES
<p>R1- Identificar formas de proteger dispositivos e conteúdo digital.</p> <p>R2- Identificar formas para proteger os dados pessoais e a privacidade em ambientes digitais.</p> <p>R3- Reconhecer o impacto da utilização das tecnologias digitais sobre a saúde e o meio ambiente.</p>	<p>Riscos e ameaças em ambientes digitais.</p> <p>Medidas simples de segurança e proteção digital.</p> <p>Medidas de proteção da informação pessoal e da privacidade.</p> <p>Riscos para a saúde decorrentes da utilização de dispositivos digitais.</p> <p>Impactos da utilização de dispositivos tecnológicos.</p>	<p>Identificar medidas simples de segurança e proteção em ambientes digitais.</p> <p>Identificar riscos e ameaças da utilização de tecnologias digitais para a saúde e bem-estar.</p> <p>Reconhecer medidas que reduzam o impacto decorrente da utilização de dispositivos tecnológicos no meio ambiente.</p>	<p>Proatividade.</p> <p>Responsabilidade.</p> <p>Respeito pelas regras e normas definidas.</p> <p>Empenho.</p> <p>Resiliência.</p> <p>Sentido crítico.</p> <p>Assertividade.</p>

Critérios de desempenho

- Reconhecendo medidas simples de segurança e proteção dos dispositivos e conteúdo digital.

- Reconhecendo formas de proteger os dados pessoais e a privacidade.
- Identificando medidas básicas de proteção da saúde e do meio ambiente ao utilizar os dispositivos digitais.

Contexto (de uso da Competência)

- Recusar pedidos de acesso duvidosos, mesmo quando enviados por *email* de um endereço conhecido ou familiar.
- Proteger a privacidade pessoal e de terceiros nas redes sociais.
- Reconhecer ameaças *online* (comerciais, morais, sexuais e de agressividade), como discursos de ódio ou *bullying*.
- Identificar os riscos para a saúde decorrentes da utilização prolongada de dispositivos digitais móveis, nomeadamente para a visão ou postura.

Recursos

- Dispositivo tecnológico com acesso à internet.
- *Email*.
- Redes sociais.
- Políticas de privacidade.
- Livros (impressos, *e-books* e audiolivros).