






Competências digitais - Grelha de auto-avaliação

	Utilizador básico	Utilizador independente	Utilizador avançado
 Processamento de informação	<p>Sei pesquisar informação online utilizando um motor de busca.</p> <p>Sei que nem toda a informação online é fiável.</p> <p>Sei guardar e arquivar ficheiros ou conteúdos (ex. texto, imagens, música, vídeos, páginas web) e recuperá-los uma vez guardados e arquivados.</p>	<p>Sei utilizar diferentes motores de busca para pesquisar informação. Quando pesquiso sei utilizar alguns filtros (ex. pesquisar apenas imagens, vídeos, mapas).</p> <p>Comparo diferentes fontes para avaliar a fiabilidade da informação que encontro.</p> <p>Organizo a informação metodicamente através de ficheiros e pastas de forma a encontrá-los mais facilmente. Faço cópias de segurança da informação ou dos ficheiros que guardei.</p>	<p>Sei utilizar estratégias de pesquisa avançadas (ex. utilizando operadores de pesquisa) para encontrar informação fiável na internet. Sei utilizar feeds da web (ex. RSS) para poder ser atualizado sobre conteúdos em que estou interessado.</p> <p>Sei avaliar a legitimidade e fiabilidade da informação pela aplicação de uma série de critérios. Tenho conhecimento sobre os novos progressos nas áreas da pesquisa, armazenamento e acesso de informação.</p> <p>Sei guardar a informação encontrada na internet em diferentes formatos. Sei utilizar os serviços de armazenamento de informação em nuvem.</p>
 Comunicação	<p>Sei comunicar com os outros por telemóvel, Voz sobre IP (ex. Skype), correio eletrónico ou chat – utilizando funções básicas (ex. mensagem de voz, SMS, enviar e receber correio eletrónico, texto).</p> <p>Sei partilhar ficheiros e conteúdos utilizando ferramentas básicas.</p> <p>Sei que posso utilizar tecnologias digitais para interagir com serviços (serviços públicos, bancos, hospitais).</p> <p>Tenho conhecimento de sites de redes sociais e de ferramentas de colaboração online.</p> <p>Sei que deverão ser respeitadas determinadas regras de comunicação, quando utilizo ferramentas digitais (ex. em comentários, ao partilhar informação pessoal).</p>	<p>Sei utilizar as funções avançadas de várias ferramentas de comunicação (ex. utilizar Voz sobre IP e partilha ficheiros).</p> <p>Sei utilizar ferramentas de colaboração e intervir em, por ex., documentos/ficheiros partilhados criados por outrém.</p> <p>Sei utilizar algumas funções de serviços online (ex. serviços públicos, bancários, comerciais).</p> <p>Transmito ou partilho conhecimento online com outras pessoas (ex. através de ferramentas de redes sociais ou em comunidades online).</p> <p>Tenho conhecimento e sei aplicar as regras de comunicação online ("Netiqueta").</p>	<p>Utilizo ativamente uma grande variedade de ferramentas de comunicação (correio eletrónico, chat, SMS, mensagem instantânea, blogues, microblogues, redes sociais) para comunicar online.</p> <p>Sei criar e gerir conteúdos com ferramentas de colaboração (ex. calendários eletrónicos, sistemas de gestão de projetos, revisão online, folhas de cálculo online).</p> <p>Participo ativamente em espaços virtuais e utilizo vários serviços online (ex. serviços públicos, bancários, comerciais).</p> <p>Sei utilizar funções avançadas de ferramentas de comunicação (ex. vídeo conferência, partilha de dados, partilha de aplicações).</p>
 Criação de conteúdos	<p>Sei produzir conteúdo digital simples (ex. texto, tabelas, imagens, ficheiros de som) com ferramentas digitais em, pelo menos, um tipo de formato.</p> <p>Sei fazer modificações de base em conteúdos produzidos por outros.</p> <p>Sei que o conteúdo pode ser protegido por direitos de autor.</p> <p>Sei aplicar e modificar funções e configurações de base de software e aplicações que utilizo (ex. alteração de configurações padrão).</p>	<p>Sei produzir conteúdo digital sofisticado em diferentes formatos (ex. texto, tabelas, imagens, ficheiros de som). Sei utilizar ferramentas ou editores para criar uma página web ou um blogue usando modelos (p.ex. WordPress).</p> <p>Sei aplicar formatação de base (ex. inserir notas de rodapé, gráficos, tabelas) em conteúdos que criei ou criados por outrém.</p> <p>Sei como fazer referência e reutilizar conteúdos protegidos por direitos de autor.</p> <p>Tenho conhecimentos básicos de uma linguagem de programação.</p>	<p>Sei criar ou modificar conteúdo multimédia sofisticado em diferentes formatos, utilizando várias plataformas, ferramentas e ambientes digitais. Sei criar um website utilizando uma linguagem de programação.</p> <p>Sei utilizar funções de formação avançadas de diferentes ferramentas (ex. impressão em série, fusão de documentos de diferentes formatos, utilização de fórmulas e macros avançadas).</p> <p>Sei como aplicar licenças e direitos de reprodução.</p> <p>Sei utilizar várias linguagens de programação. Sei como projetar, criar e modificar bases de dados com uma ferramenta informática.</p>
 Segurança	<p>Sei como aplicar medidas de base para proteger o meu equipamento (ex. utilizar antivírus e palavras-passe). Sei que nem toda a informação online é fiável.</p> <p>Estou ciente de que as minhas credenciais (nome de utilizador e palavra-passe) credenciais (username and password) podem ser roubadas.</p> <p>Sei que não devo divulgar informação pessoal online. Estou ciente que a utilização excessiva de tecnologia informática pode afetar a minha saúde.</p> <p>Eu tomo medidas simples para economizar energia.</p>	<p>Instalei programas para proteger o(s) equipamento(s) que utilizo para aceder à internet (ex. antivírus, firewall). Executo e atualizo estes programas regularmente.</p> <p>Tenho diferentes palavras-passe para aceder a equipamentos, dispositivos e serviços digitais e altero-as regularmente.</p> <p>Sei identificar websites e mensagens de correio eletrónico que podem ser usados para defraudar. Sei identificar mensagens phishing.</p> <p>Sei configurar a minha identidade digital online e acompanhar o meu rasto digital.</p> <p>Estou ciente dos riscos para a saúde que a utilização de tecnologia informática pode acarretar. (ex. ergonomia, risco de dependência). Compreendo o impacto, positivo e negativo, da tecnologia sobre o meio ambiente.</p>	<p>Verifico, regularmente, as configurações de segurança e dos sistemas dos meus equipamentos e/ou das aplicações que utilizo.</p> <p>Sei como proceder se o meu computador for infetado por um vírus.</p> <p>Sei como configurar ou modificar as definições dos sistemas de firewall e de segurança dos meus equipamentos informáticos.</p> <p>Sei como cifrar correios eletrónicos e ficheiros.</p> <p>Sei filtrar mensagens de spam.</p> <p>Sei como utilizar moderadamente a tecnologia de informação e comunicação, de modo a evitar problemas de saúde (físicos e psicológicos).</p> <p>Estou claramente informado sobre o impacto das tecnologias informáticas na vida quotidiana, no consumo online e no meio ambiente.</p>
 Resolução de problemas	<p>Sei como encontrar ajuda e assistência quando surgem problemas técnicos ou ao utilizar um novo equipamento, programa ou aplicação.</p> <p>Sei como resolver problemas habituais (ex. encerrar um programa, reiniciar o computador, reinstalar/atualizar um programa, verificar a ligação à internet). Sei que as ferramentas informáticas podem ajudar-me a resolver problemas, mas estou ciente, igualmente, que têm os seus limites.</p> <p>Sempre que me deparo com um problema tecnológico ou não tecnológico, utilizo as ferramentas informáticas para resolvê-lo.</p> <p>Estou ciente que tenho de atualizar as minhas competências informáticas regularmente.</p>	<p>Sei como resolver a maioria dos problemas mais frequentes relacionados com a utilização de tecnologias informáticas.</p> <p>Sei utilizar tecnologias informáticas para resolver problemas não técnicos.</p> <p>Sei selecionar uma ferramenta informática que se adequa às minhas necessidades e avaliar a sua eficácia.</p> <p>Sei resolver problemas tecnológicos pesquisando as definições e opções de programas ou ferramentas.</p> <p>Atualizo regularmente as minhas competências informáticas. Sei quais são os meus limites e tento corrigi-los.</p>	<p>Sei resolver quase todos os problemas que surgem quando utilizo tecnologias informáticas.</p> <p>Sei escolher a ferramenta, equipamento, aplicação, software ou serviço adequados para resolver problemas não técnicos.</p> <p>Estou informado sobre os progressos tecnológicos. Compreendo como é que as novas ferramentas funcionam.</p> <p>Atualizo frequentemente as minhas competências informáticas.</p>