Forma

Descrição gerada automaticamente

Desenvolver competências digitais através das redes sociais e digitais

fICHA do aluno

Índice

[Como podem as redes digitais e sociais ser utilizadas para desenvolver competências digitais 3](#_heading=h.gjdgxs)

[**Estudo de caso: An Cosan: Getting People Online** 4](#_heading=h.tyjcwt)

[Atividade de Aprendizagem 6](#_heading=h.3dy6vkm)

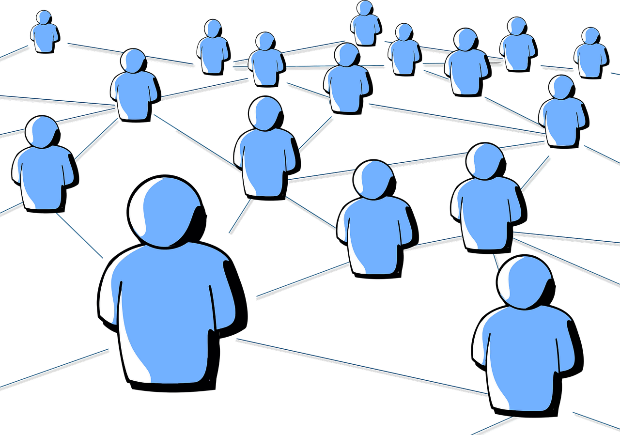
[Materiais Adicionais de Leitura ou Estudo 9](#_heading=h.1t3h5sf)

# Como podem as redes digitais e sociais ser utilizadas para desenvolver competências digitais

No mundo interligado de hoje, as competências digitais tornaram-se importantes para o crescimento pessoal e profissional. À medida que o uso de meios digitais e redes sociais continua a crescer, a capacidade de navegar e saber como usar essas plataformas tornou-se essencial.

As competências digitais permitem que as pessoas comuniquem, se conectem e colaborem de novas formas. Os meios digitais e as plataformas de redes sociais oferecem uma vasta gama de canais para trocar ideias, partilhar experiências e interagir com os seus pares. 

Os meios digitais e as redes sociais revolucionaram a forma como a informação é partilhada, proporcionando aos utilizadores acesso a um conjunto de conhecimentos e recursos. As competências digitais permitem aos utilizadores navegar através da enorme quantidade de informação online, avaliar criticamente as fontes e aceder a uma vasta gama de pontos de vista. A aquisição destas competências permite aos utilizadores manterem-se informados, alargarem os seus horizontes e explorarem recursos educativos que respondem aos seus interesses e aspirações profissionais.

As competências em matéria de meios de comunicação digitais e redes sociais tornaram-se cada vez mais essenciais para o desenvolvimento pessoal e profissional dos candidatos a emprego, em particular. Pessoas com um forte domínio dessas competências podem mostrar as suas habilidades, talentos e conquistas por meio de portfólios online, plataformas de networking profissional e sites pessoais. Eles também podem envolver-se em aprendizagem contínua, aceder cursos online, webinars e tutoriais que atendem aos seus interesses e objetivos de carreira, acelerando o crescimento e oportunidades futuras.

Criar uma presença online positiva é crucial, especialmente quando se procura emprego. Garante que causa uma impressão favorável, uma vez que a sua pegada digital pode ser a primeira coisa que um empregador examina. A sua pegada digital engloba os vestígios que deixa ao interagir online. Isso engloba todas as informações disponíveis na internet sobre si, incluindo detalhes pessoais e perfis na rede social de plataformas como Facebook, Twitter, TikTok ou LinkedIn.

Também inclui as fotos que publica ou outras pessoas publicaram online e qualquer coisa que disse online, por exemplo, contribuições em fóruns de discussão ou blogs, ou artigos. Cada vez que adicionamos algo sobre nós mesmos à internet, tornamos nossa pegada digital ainda maior. Sabe-se que os potenciais empregadores procuram online mais informações sobre as pessoas que estão a entrevistar para um emprego.

A sua pegada digital também mostra as habilidades, experiência profissional e interesses. Muitas das informações na web são públicas, e nunca sabe quem se pode deparar consigo online. É importante lembrar que o que fica online potencialmente permanece online. Por isso, é importante pensar no que quer e está feliz para apresentar ao mundo. Uma boa regra a seguir é: "Se não diria isso na cara de alguém, então não diga online!" Um bom primeiro passo para verificar a sua pegada digital pode ser avaliar as suas contas existentes e desativar quaisquer perfis online que não esteja a utilizar.

Na atual era digital, as competências digitais são competências vitais que todos devem ter. Quase tudo está online, incluindo bancos, compras, contas de serviços públicos, etc Portanto, é importante que seja capaz de navegar no mundo online com confiança.

# 

# 

**O que a sua *Pegada Digital* diz sobre si?**

# 

# 



**Que áreas das suas competências digitais precisam de ser melhoradas?**

# **Estudo de caso: An Cosán: Getting People Online**



*An Cosán* é um programa que visa capacitar indivíduos e comunidades através da educação, desenvolvimento de liderança e empreendimento social. A organização está enraizada na crença de que a educação tem o poder de transformar vidas e criar mudanças sociais positivas. Proporcionam uma série de programas e iniciativas educativas dirigidas a comunidades marginalizadas e desfavorecidas.

Os cursos são projetados para serem acessíveis, flexíveis e responsivos às necessidades dos alunos. An Cosán utiliza uma abordagem de aprendizagem mista, combinando plataformas de aprendizagem online com ensino presencial e apoio. An Cosán teve um impacto transformador na vida de indivíduos e comunidades na Irlanda. Através das suas iniciativas educativas e do seu compromisso com a justiça social, continuam a fazer uma diferença positiva, capacitando os indivíduos e permitindo-lhes alcançar o seu pleno potencial.

Um dos seus programas ***chama-se Get Yourself Online*** e visa combater a literacia digital. *Get Yourself Online* destina-se a equipar organizações comunitárias e educadores comunitários para ministrar formação em competências digitais a adultos para aumentar a sua confiança e capacidade na utilização de competências digitais.

Apesar do aumento da utilização da tecnologia, quase 1 em cada 2 adultos na Irlanda carece de competências digitais básicas. As Competências Digitais Básicas são necessárias para coisas como: 

* Compras e operações bancárias online;
* Realização de cursos online;
* Conectar-se online com amigos e familiares;
* Encontrar emprego;
* Estar seguro online

An Cosán acredita que ter competências digitais básicas é fundamental para apoiar a aprendizagem ao longo da vida, a cidadania ativa, a empregabilidade e a inclusão. Através da sua rede de 226 parceiros, a sua *campanha Get Yourself Online* chega a milhares de alunos adultos em todo o país, com eventos a decorrer para aumentar a sensibilização e ajudar os adultos a ficarem online com confiança e segurança.

1. Como é que a An Cosán tenta melhorar as competências digitais dos alunos dos seus cursos?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Acha que a An Cosán levou em consideração as necessidades dos alunos com baixa alfabetização digital ao projetar os seus cursos? Que outros aspetos poderiam abranger?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Que medidas ou estratégias específicas a An Cosán emprega para melhorar as habilidades digitais dos alunos matriculados nos cursos?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Na sua opinião, acredita que a An Cosán abordou adequadamente as necessidades dos alunos com competências limitadas de literacia digital na conceção dos seus cursos? Que áreas ou aspetos adicionais poderiam incorporar para continuar a apoiar estes alunos

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Como pensa que pode melhorar as suas competências digitais utilizando as redes digitais e sociais?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# Atividade de Aprendizagem

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tema Transversal** | Desenvolver competências digitais através das redes digitais e sociais | | |
| **Título da Atividade** | Rastrear a sua pegada digital | | |
| **Tipo de recurso** | Atividade de Aprendizagem | | |
| **Fotografia** |  | | |
| **Duração da Atividade**  **(em minutos)** | 60 Minutos | **Resultados de Aprendizagem** | * Conhecimento do papel das redes digitais e sociais no mundo de hoje |
| **Objetivo da atividade** | O objetivo desta atividade é rastrear a pegada digital para ver quais informações estão disponíveis sobre si online. Também lhe permitirá tomar medidas para melhorar a sua pegada digital. | | |
| **Materiais Necessários para a Atividade** | * Computador ou smartphone com acesso à internet | | |
| **Instruções passo a passo** | A sua pegada digital inclui todos os locais onde está atualmente ativo online. Também inclui o que pode ter sido colocado online no passado, seja por si ou por outras pessoas sobre si. O objetivo desta atividade é traçar a sua pegada digital.  **Passo 1: pesquise o seu nome no Google** Abra um navegador da Web e vá para o mecanismo de pesquisa do Google. Escreva o seu nome completo na barra de pesquisa e pressione enter. Analise os resultados da pesquisa e tome nota de quaisquer descobertas. Refaça a pesquisa com o seu nome e morada ou qualquer outra informação de identificação.  **Passo 2: Reflita sobre as suas descobertas** Analise os resultados da pesquisa e identifique diferentes aspetos da sua pegada digital, tais como:   * Menções de outras pessoas com o mesmo nome que você. * Publicações da sua atividade em redes sociais como Facebook, TikTok, etc. * Informações mais antigas sobre si mesmo que já se tinha esquecido que existiram. * Informações escritas sobre si por outras pessoas. * Fotos suas que o marcaram e desconhecia.   **Passo 3: Avalie a sua presença online** Considere o impacto das informações e imagens encontradas durante a sua pesquisa. Reflita se algo o surpreendeu ou se há aspetos com os quais está insatisfeito.  **Passo 4**: **Assuma o controlo da sua pegada digital** Determine o objetivo e o público da sua presença online, especialmente se estiver à procura de emprego.   * Decida quem quer ter acesso às suas publicações e limite as suas configurações de privacidade em plataformas como as redes sociais como Twitter, Facebook, Instagram, TikTok, etc. * Remova fotos que não o retratam da melhor forma e peça a outras pessoas que removam fotos pouco lisonjeiras nas quais foi marcado. * Exclua todas as publicações que não deseja mais que as pessoas vejam, seguindo as orientações fornecidas nas áreas de privacidade e configurações das respetivas plataformas. * Pense sempre antes de publicar, considerando o potencial impacto na sua vida pessoal e profissional.   **Passo 5: Molde a sua pegada digital conscientemente** Reflita sobre quem está moldando a pegada digital no momento, seja você ou os seus amigos.  **Passo 6: Gerir as suas definições de privacidade e presença online** Familiarize-se com as configurações de privacidade dos sites e plataformas que usa. Saiba como gerir o que os outros podem ver sobre si nessas plataformas. Considere configurar um alerta do Google para receber notificações por e-mail sempre que seu nome for mencionado online.  **Passo 7:** Reveja a sua pegada digital regularmente para se certificar de que nada de novo foi adicionado | | |

# Materiais Adicionais de Leitura ou Estudo

Parabéns, chegou a este ponto e completou as suas atividades de autorreflexão relacionadas com o « *Desenvolvimento de competências digitais através das redes digitais e sociais».* O que vem a seguir? Se gostaria de saber mais sobre os tópicos que abordou até agora nesta lição, preparamos os seguintes materiais de leitura adicionais para si. Esta seção apresenta alguns links para materiais e vídeos extras que encontramos online que acreditamos que o irão ajudar a dar o próximo passo no desenvolvimento dos seus conhecimentos.

|  |  |
| --- | --- |
| **Título do recurso:** | Agência Nacional de Alfabetização de Adultos: Caderno de Assuntos Digitais |
| **Endereços dos tópicos:** | Literacia Digital |
| **Introdução ao recurso:** | A NALA criou o guia Digital Matters para adultos que querem melhorar a sua literacia, numeracia e competências digitais. Reúne informações sobre questões digitais, como o uso de computadores e telefones. |
| **O que obterá com a utilização deste recurso?** | Ao ler este livro e ao participar nas atividades nele previstas, obterá informações valiosas sobre a ligação entre as competências digitais e as redes digitais e sociais e aprenderá a fazer coisas práticas, como pesquisar na Internet e transferir aplicações para os seus telemóveis. Ele também tem informações sobre podcasts, pois eles são uma ótima maneira de aprender, especialmente se aprender através da audição. |
| **Link para o recurso:** | <https://www.nala.ie/wp-content/uploads/2021/07/NALA-Digital-Matters-Workbook-final-web.pdf> |

|  |  |
| --- | --- |
| **Título do recurso:** | Degraus Digitais |
| **Endereços dos tópicos:** | Literacia Digital |
| **Introdução ao recurso:** | Esta é uma ferramenta online da An Cosan para avaliar suas habilidades digitais, para que saiba em quais áreas pode precisar de ajuda. É simples de usar, mas precisará de acesso à internet para usá-la. |
| **O que obterá com a utilização deste recurso?** | Será guiado através de uma avaliação as habilidades digitais para ver o que sabe e quais áreas pode precisar de aprimorar. Esta é uma ferramenta útil para ver quais as competências digitais que já possui e com que poderá necessitar de ajuda. |
| **Link para o recurso:** | <https://www.digitalsteppingstones.ie/> |

Calendário

Descrição gerada automaticamente