

Guia de Utilização do Ambiente Virtual de Aprendizagem AVA-EFAP – CURSISTA –



Escola de Formação e Aperfeiçoamento
de Professores do Estado de São Paulo

Sumário

Introdução	3
1. Apresentando o AVA-EFAP	4
1.1. Como acessar	4
1.2. Requisitos e Configurações	8
1.3. Painel.....	9
1.4. Alteração de senha	11
2. Acessando o conteúdo e navegando pelo curso.....	13
3. Atividades.....	15
3.1. Questões Objetivas/Questionário	15
3.2. Fórum/Comunidade Virtual de Aprendizagem	17
4. Recursos e ferramentas	20
4.1. Perfil	20
4.2. Notas	23
4.3. Fale conosco.....	25
4.4. Calendário.....	26
4.5. Mensagens.....	28

Introdução

Prezado(a) cursista,

O presente guia foi elaborado para apresentar o Ambiente Virtual de Aprendizagem da Escola de Formação e Aperfeiçoamento dos Professores do Estado de São Paulo “Paulo Renato Costa Souza” (AVA-EFAP) com seus recursos e ferramentas necessários para o acompanhamento do curso.

Com este documento você terá acesso às instruções e às imagens das telas, que compõem o AVA-EFAP, apresentadas de forma sintetizada e gradual.

Utilizamos como exemplo, neste guia, telas de alguns cursos oferecidos pela EFAP para que o cursista entenda que todos os recursos e ferramentas apresentados serão de uso idêntico para todos os cursos que utilizam o AVA-EFAP.

1. Apresentando o AVA-EFAP

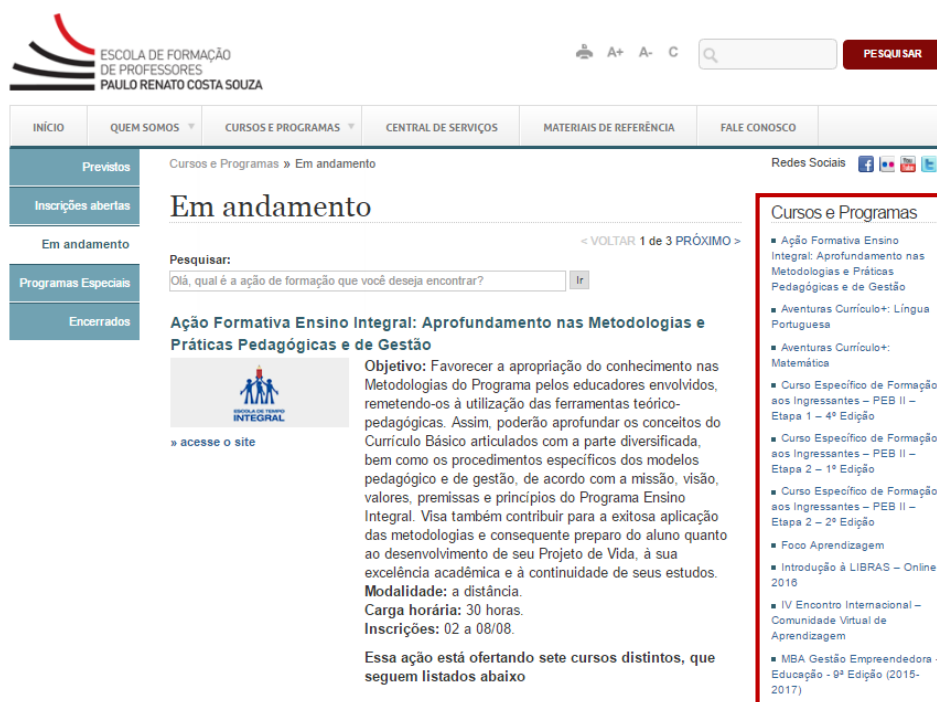
1.1. Como acessar

Para acessar o **AVA-EFAP**, siga estas orientações: Abra o navegador de *internet* (*Internet Explorer*, *Firefox* ou *Chrome*). Na barra de endereço, digite <http://www.escoladeformacao.sp.gov.br> e tecla “**Enter**”.

Por meio do *site* da Escola de Formação e Aperfeiçoamento dos Professores do Estado de São Paulo “Paulo Renato Costa Souza”, acesse o hotsite do seu curso. Para isso, clique em “**Cursos e Programas**” e escolha a opção “**Em Andamento**”:



Na lateral direita, estão listados os cursos em andamento. Clique no **nome do seu curso**:



ESCOLA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES PAULO RENATO COSTA SOUZA

INÍCIO QUEM SOMOS CURSOS E PROGRAMAS CENTRAL DE SERVIÇOS MATERIAIS DE REFERÊNCIA FALE CONOSCO

Previsos Inscritões abertas Em andamento Programas Especiais Encerrados

Cursos e Programas » Em andamento

Em andamento

< VOLTAR 1 de 3 PRÓXIMO >

Pesquisar: Olá, qual é a ação de formação que você deseja encontrar? Ir

Ação Formativa Ensino Integral: Aprofundamento nas Metodologias e Práticas Pedagógicas e de Gestão

Objetivo: Favorecer a apropriação do conhecimento nas Metodologias do Programa pelos educadores envolvidos, remetendo-os à utilização das ferramentas teórico-pedagógicas. Assim, poderão aprofundar os conceitos do Currículo Básico articulados com a parte diversificada, bem como os procedimentos específicos dos modelos pedagógico e de gestão, de acordo com a missão, visão, valores, premissas e princípios do Programa Ensino Integral. Visa também contribuir para a exitosa aplicação das metodologias e consequente preparo do aluno quanto ao desenvolvimento de seu Projeto de Vida, à sua excelência acadêmica e à continuidade de seus estudos.

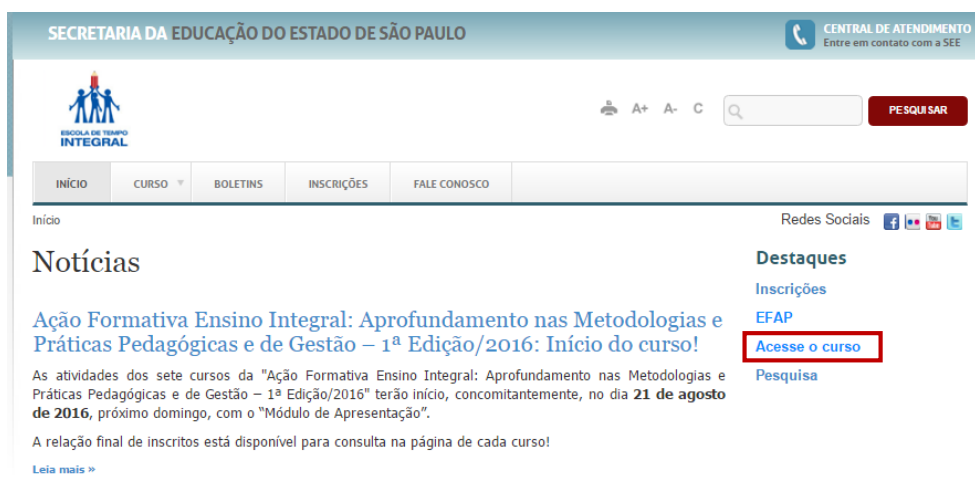
Modalidade: a distância.
Carga horária: 30 horas.
Inscrições: 02 a 08/08.

Essa ação está ofertando sete cursos distintos, que seguem listados abaixo

Cursos e Programas

- Ação Formativa Ensino Integral: Aprofundamento nas Metodologias e Práticas Pedagógicas e de Gestão
- Aventuras Currículo+: Língua Portuguesa
- Aventuras Currículo+: Matemática
- Curso Específico de Formação aos Ingressantes – PEB II – Etapa 1 – 4ª Edição
- Curso Específico de Formação aos Ingressantes – PEB II – Etapa 2 – 1ª Edição
- Curso Específico de Formação aos Ingressantes – PEB II – Etapa 2 – 2ª Edição
- Foco Aprendizagem
- Introdução à LIBRAS – Online 2016
- IV Encontro Internacional – Comunidade Virtual de Aprendizagem
- MBA Gestão Empreendedora - Educação - 9ª Edição (2015-2017)

Na listagem de *links*, clique em “**Acesse o Curso**”:



SECRETARIA DA EDUCAÇÃO DO ESTADO DE SÃO PAULO

CENTRAL DE ATENDIMENTO Entre em contato com a SEE

ESCOLA DE TEMPO INTEGRAL

INÍCIO CURSO BOLETINS INSCRIÇÕES FALE CONOSCO

Início

Notícias

Ação Formativa Ensino Integral: Aprofundamento nas Metodologias e Práticas Pedagógicas e de Gestão – 1ª Edição/2016: Início do curso!

As atividades dos sete cursos da "Ação Formativa Ensino Integral: Aprofundamento nas Metodologias e Práticas Pedagógicas e de Gestão – 1ª Edição/2016" terão início, concomitantemente, no dia **21 de agosto de 2016**, próximo domingo, com o "Módulo de Apresentação".

A relação final de inscritos está disponível para consulta na página de cada curso!

[Leia mais »](#)

Destaques

Inscrições

EFAP

Acesse o curso

Pesquisa

Ao acessar os dados do curso, clique em “**Acesse ao AVA-EFAP**”:

SECRETARIA DA EDUCAÇÃO DO ESTADO DE SÃO PAULO CENTRAL DE ATENDIMENTO
Entre em contato com a SEE

 A+ A- C 🔍 PESQUISAR

INÍCIO CURSO ▾ BOLETINS INSCRIÇÕES FALE CONOSCO

Accesse o curso

Accesse o curso

Accessar o Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA-EFAP) do curso é simples:

- No campo login, digite seu CPF, somente os 11 dígitos, sem pontos e sem hífen.
- No campo senha, digite seu RG, também sem pontos.

Atenção: apenas os inscritos terão acesso ao AVA-EFAP. O acesso se dará a partir do primeiro dia de curso, conforme disposto em cronograma (em breve).

Manutenção periódica:

Todas as quartas-feiras, das 00h às 4h59, o AVA-EFAP fica inoperante para manutenções periódicas.

Pré-requisitos de software e hardware:

- Windows XP Service Pack 2 ou posterior
- Windows Vista Service Pack 1 ou posterior
- Internet Explorer 7.0 com Service Pack 1 ou posterior
- Firefox 3, Chrome ou Safari 3, 4 ou 5
- Plug-in Adobe Flash Player Versão 9
- Mínimo de 512 MB de Memória RAM
- Resolução de tela mínima de 1024x768
- Acesso à internet por meio de uma conexão banda larga, preferencialmente 512 kbps ou superior

Destaques

[Accesse o AVA-EFAP](#)

Na página de *login*, digite seu **Usuário** e sua **Senha** e, em seguida, clique em **“Entrar”**:



ESCOLA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES PAULO RENATO COSTA SOUZA GOVERNO DO ESTADO SÃO PAULO

Esqueci minha senha

? analise.ingressantes Entrar

<p>Ingressantes – Etapa 2 – Biologia - 1a edição/2016</p> <p>Fale Conosco</p> <p>Carga horária: 240 Módulos: 10 Status: Curso em andamento</p>	<p>Ingressantes – Etapa 2 – Língua Portuguesa – 1a edição/2016</p> <p>Fale Conosco</p> <p>Carga horária: 240 Módulos: 10 Status: Curso em andamento</p>	<p>Ingressantes - Etapa 1 - 2a edição/2015</p> <p>Fale Conosco</p> <p>Carga horária: 120 Módulos: 5 Status: Curso em andamento</p>
<p>Ingressantes – Etapa 2 – História - 1a edição/2016</p> <p>Fale Conosco</p> <p>Carga horária: 240 Módulos: 10 Status: Curso em andamento</p>	<p>Ingressantes - Etapa 1 - 3a edição/2016</p> <p>Fale Conosco</p> <p>Carga horária: 120 Módulos: 5 Status: Curso em andamento</p>	<p>Ingressantes - Etapa 2 - Sociologia - 1a edição/2016</p> <p>Fale Conosco</p> <p>Carga horária: 240 Módulos: 10 Status: Curso em andamento</p>

Atenção, cursista!

- Seu **Usuário** é o número de seu **CPF** (sem ponto e sem hífen). Caso o seu CPF tenha zero(s) à esquerda, informe-o(s).
- Sua **Senha** inicial é o número de seu **RG** (também sem ponto e sem hífen). Caso o seu RG tenha dígito, tente o acesso com e sem este. Se o dígito for uma letra, tente com maiúscula e minúscula.

Em caso de necessidade de reenvio de senha, clique em **“Esqueci minha senha”**, localizado no campo de *login*. Veja as instruções:

X

Esqueci minha senha

Prezado usuário,
A senha utilizada para acessar o AVA/EFAP não é – obrigatoriamente – a mesma do acesso às demais ferramentas da REDE DO SABER e a alteração de uma não implica na alteração da outra.
Para solicitar a alteração de sua senha no AVA/EFAP, indique, nos campos abaixo, o seu usuário (CPF) e e-mail cadastrado no AVA/EFAP. No e-mail, você receberá o link para alterar a sua senha.
Caso verifique que o e-mail cadastrado não é o seu e-mail atual, abra um chamado no FALE CONOSCO, solicitando a alteração.

*Usuário:

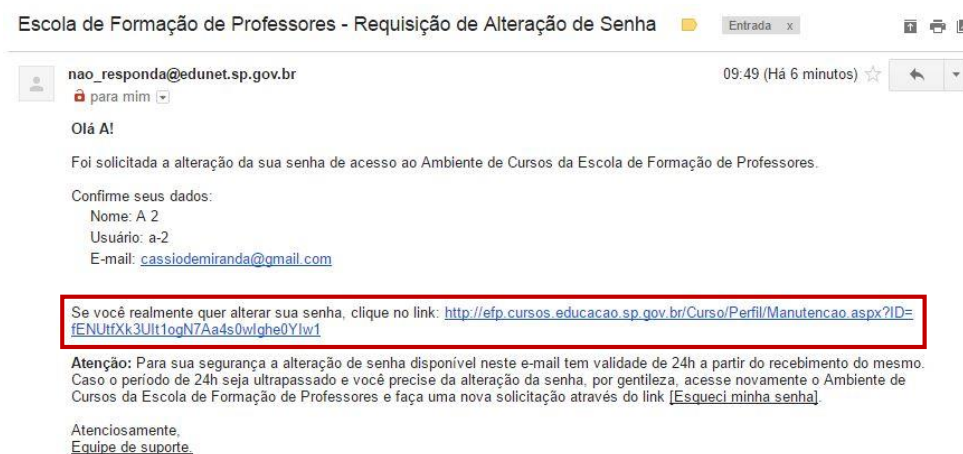
*E-mail:

Instruções para recuperar sua senha:

- Digite em **“Usuário”** o seu **CPF** (sem ponto e sem hífen) e clique em **“Enviar Solicitação”**.

IMPORTANTE: Aproveite e verifique se o seu endereço de e-mail está correto. Caso esteja errado, abra um chamado no **“Fale Conosco”** solicitando a sua correção.

- Verifique seu e-mail e acesse o *link* informado nele.



- Ao acessar o *link*, informe sua **“Nova senha”**, confirme-a clicando em **“Confirmar”**.

BEM VINDO(A) A!

Atenção:

Confirme as informações abaixo.

Caso algum dado não seja compatível com o seu cadastro, entre em contato com a equipe de Suporte.

Nome:

A 2

Usuário:

a-2

Digite sua nova senha

Confirme sua nova senha

CONFIRMAR

VOLTAR

1.2. Requisitos e Configurações

Antes de iniciar a navegação no AVA-EFAP, é importante verificar se o computador que você utilizará para acessá-lo tem os seguintes requisitos:

	Mínimo	Recomendado
Software Usuário	Internet Explorer 9 ou Firefox 34 ou Chrome 34.	Internet Explorer 11 ou Firefox 46 ou Chrome 50.
	– Plugin Adobe Flash Player Versão 20 ou posterior. - Plugin Adobe Acrobat Reader atualizado. – Para cursos acessíveis: leitor de tela NVDA para 2016.1.	
Hardware Usuário	512 MB de Memória RAM	1 GB+ de Memória RAM
	Resolução de tela mínima de 1024x768.	
Rede de Usuário	Acesso à <i>Internet</i> preferencialmente através de uma conexão banda larga.	
	512 kbps	1 mbps+

Os navegadores (*Internet Explorer, Firefox* ou *Chrome*) mencionados acima são gratuitos e podem ser encontrados para *download* por meio de pesquisa simples nos *sites* de busca. O *plug-in* do *Adobe Flash Player* também é gratuito e está disponível para *download* no *site* do fabricante (<https://get.adobe.com/br/flashplayer>).

Atenção, cursista!

- Algumas funções fundamentais do AVA-EFAP são exibidas em janelas pop-up (telas que aparecem sobre a tela principal que você está acessando). Portanto, é necessário desativar o bloqueador de pop-up para a utilização plena do ambiente. Para desativá-lo, faça uma pesquisa simples nos *sites* de busca tendo como referência o seu navegador.

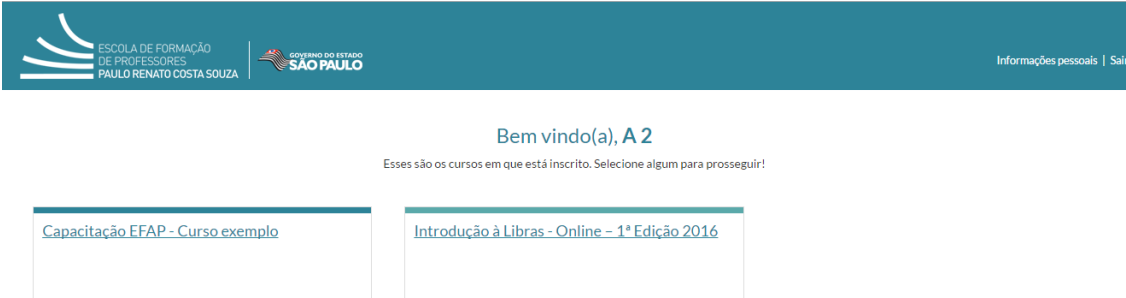
IMPORTANTE

Como otimizar sua navegação na *Internet*

Para um bom desempenho na navegação em páginas da *Internet*, e também no nosso AVA-EFAP, sugerimos uma limpeza frequentemente em seu navegador. Para isso, faça uma pesquisa nos *sites* de busca utilizando, por exemplo, o termo “Como limpar o CACHE do *Chrome*”, e verifique como proceder.

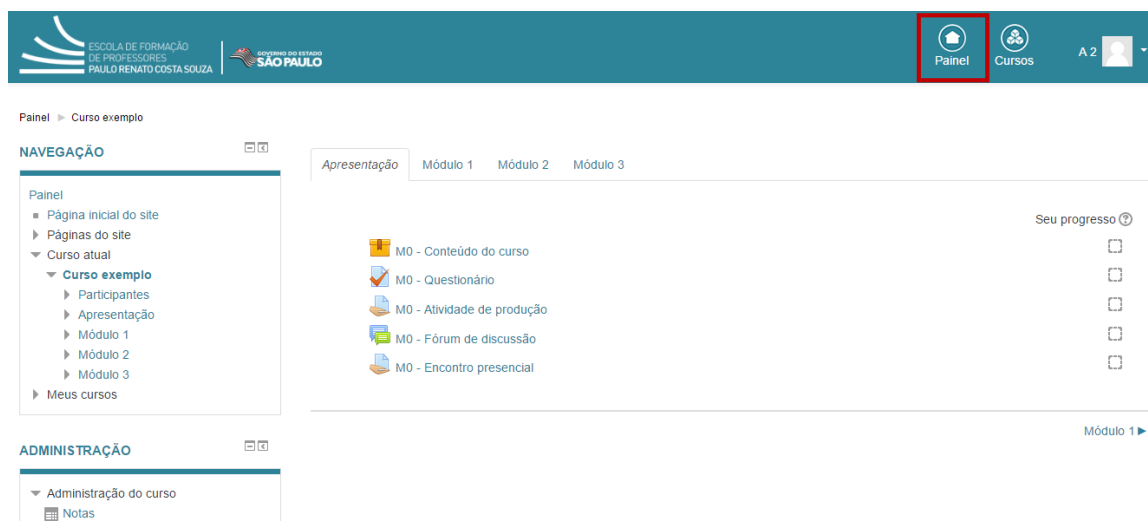
1.3. Painel

Ao efetuar o *login*, caso você estiver matriculado em mais de um curso, visualizará uma página intermediária para escolha do curso:

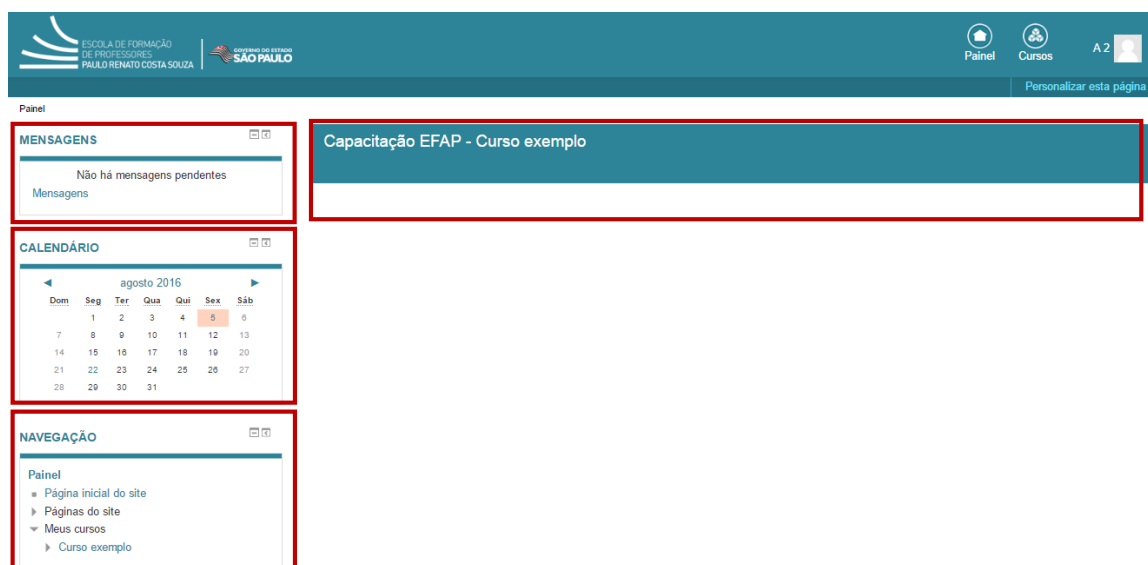


The screenshot shows a teal header bar with the logo of the Escola de Formação de Professores Paulo Renato Costa Souza and the logo of the Government of São Paulo. On the right side of the header, there is a link for "Informações pessoais | Sair". Below the header, the text "Bem vindo(a), A 2" is displayed, followed by the instruction "Esses são os cursos em que está inscrito. Selecione algum para prosseguir!". Two course options are presented in white boxes with teal borders: "Capacitação EFAP - Curso exemplo" and "Introdução à Libras - Online - 1ª Edição 2016".

Ao escolher o curso, você encontrará a tela de acesso a este:



Dentre as opções desta tela, temos o menu **“Painel”**. Esta opção é muito importante para a navegação do cursista, pois aí encontramos as principais ferramentas usadas no AVA. Ao clicar nela, você será encaminhado para a seguinte tela, e encontrará: **“Visão geral dos cursos”**, **“Mensagens”**, **“Calendário”** e **“Navegação”**:



No centro do **Painel**, estarão listados todos os **Cursos** em que você está matriculado, bem como as notificações (caso haja) referentes a cada curso (atividades pendentes, novas mensagens nos fóruns, dentre outras).

O bloco **“Mensagens”** exibe as mensagens enviadas ao cursista. Caso houver uma nova mensagem, assim que o cursista acessar ao painel, haverá esta indicação neste campo.

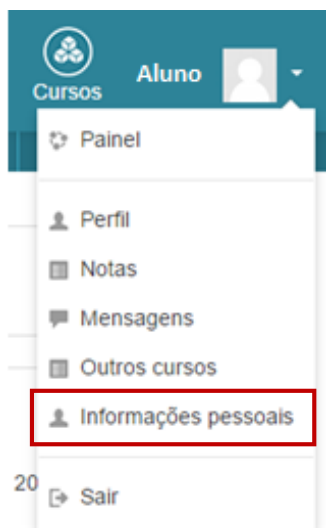
O “**Calendário**” é uma ferramenta que permite a criação de eventos. Caso houver um evento, ele ficará visível no painel.

O menu “**Navegação**” é destinado à navegação no AVA. Por meio dele, é possível navegar pelos cursos, voltar à página inicial, entre outras opções.

Conheceremos estes recursos ao longo deste manual!

1.4. Alteração de senha

Para realizar alteração de senha no **AVA-EFAP**, é necessário acessar ao menu lateral, localizado no canto esquerdo da tela, clicando em seu **Nome** e clicar em “**Informações pessoais**”:



Ao clicar nesta opção, você visualizará a seguinte tela:

BEM VINDO(A) A!

Atenção:

Confirme as informações abaixo.

Caso algum dado não seja compatível com o seu cadastro, entre em contato com a equipe de Suporte.

Nome:

Aluno

Usuário:

Aluno

VOLTAR

Digite sua nova senha

Confirme sua nova senha

CONFIRMAR

VOLTAR

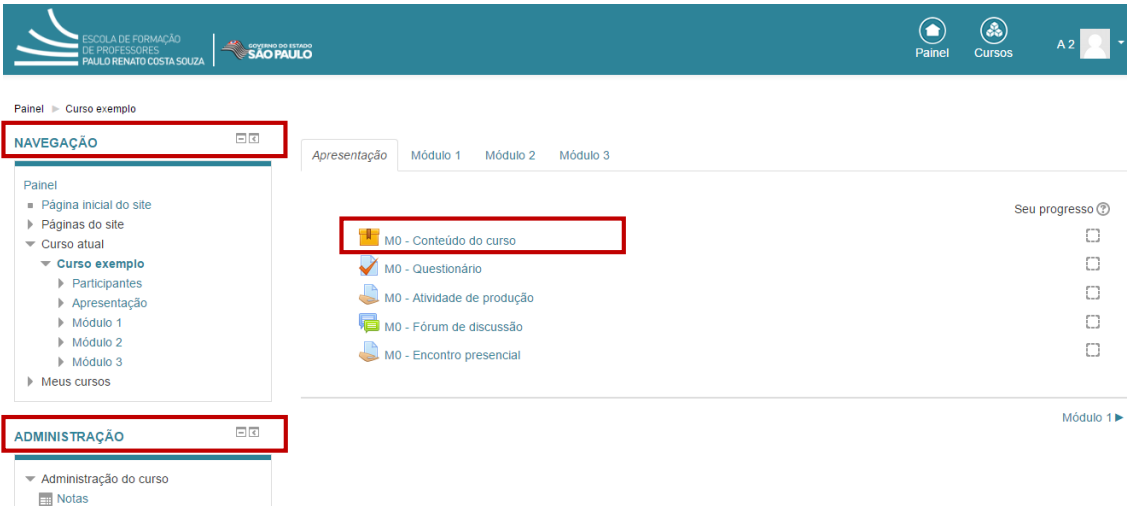
É necessário informar a nova senha em **“Digite sua nova senha”** e, depois, realizar a confirmação em **“Confirme sua nova senha”**. Ao final, é fundamental clicar em **“Confirmar”**.

2. Acessando o conteúdo e navegando pelo curso

Como acabamos de ver, após a indicação de *login*, caso o usuário estiver matriculado em mais de um curso, aparecerão as opções de cursos para escolha. Ao clicar em um deles, você encontrará a tela de acesso ao curso. No painel, também é possível acessá-lo, clicando em seu título.

Após a escolha, você encontrará a tela abaixo. A estrutura do curso está dividida em abas. Cada uma delas contém um módulo, em que encontramos o conteúdo dos cursos e as suas atividades.

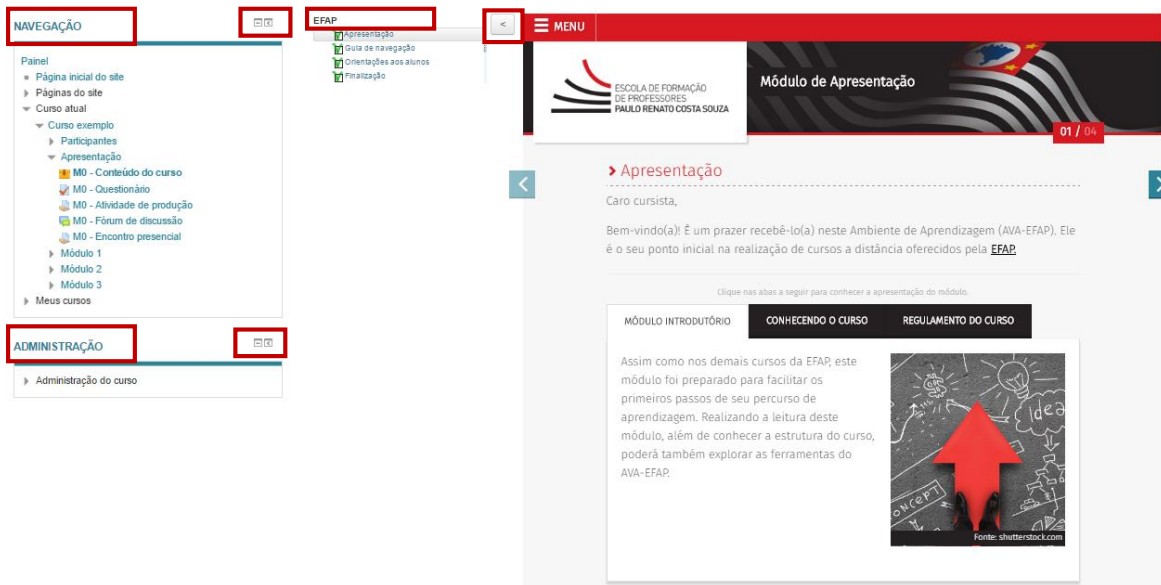
O **conteúdo** estará localizado no topo do módulo. Ao clicar nele, acessamos ao conteúdo do curso:



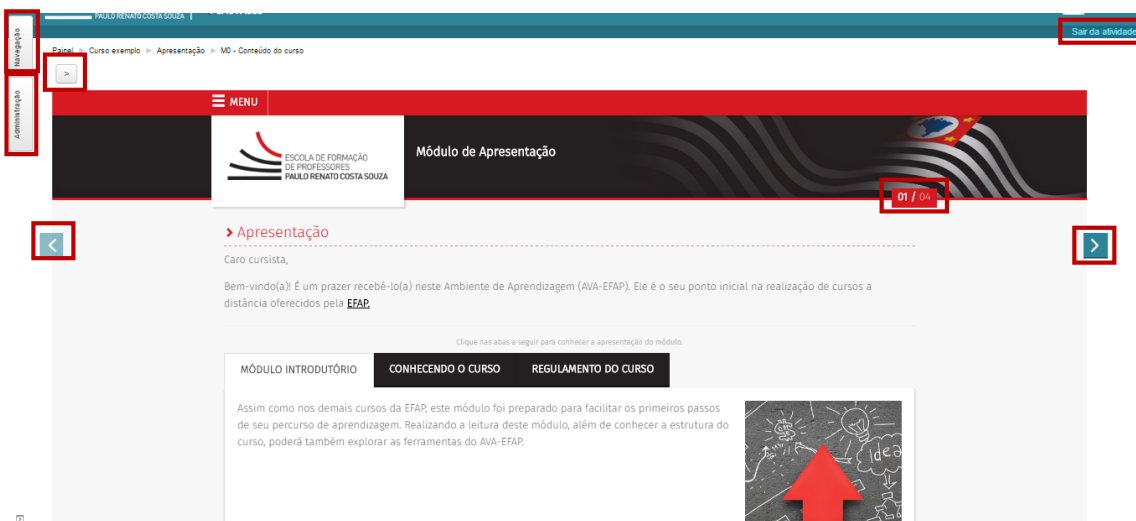
The screenshot displays the user interface of the virtual learning environment. At the top, there is a header with the school's logo and name, and navigation icons for 'Painel' and 'Cursos'. Below the header, the main content area is divided into several sections:

- NAVEGAÇÃO** (Navigation): A sidebar menu on the left containing options like 'Página inicial do site', 'Páginas do site', and 'Curso atual'. Under 'Curso atual', it lists 'Curso exemplo' with sub-items for 'Participantes', 'Apresentação', 'Módulo 1', 'Módulo 2', and 'Módulo 3', along with 'Meus cursos'.
- ADMINISTRAÇÃO** (Administration): A sidebar menu at the bottom left with options for 'Administração do curso' and 'Notas'.
- Course Content Area:** The main part of the screen shows a breadcrumb trail: 'Apresentação > Módulo 1 > Módulo 2 > Módulo 3'. Below this, a list of course activities is shown:
 - M0 - Conteúdo do curso (highlighted with a red box)
 - M0 - Questionário
 - M0 - Atividade de produção
 - M0 - Fórum de discussão
 - M0 - Encontro presencial
 To the right of these items is a 'Seu progresso' (Your progress) column with checkboxes.

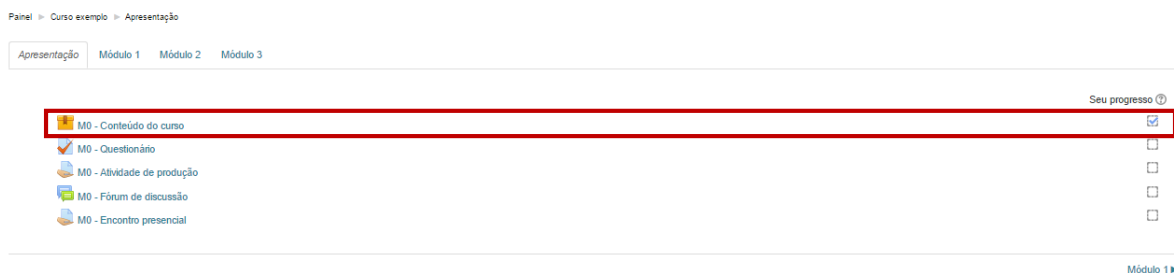
Nessa tela, vemos o conteúdo e também os menus de **“Navegação”**, **“Administração”** e **“EFAP”**.



É possível ocultá-los ao clicar no ícone de seta ao lado do nome do menu, conforme indicado na imagem. Então, o conteúdo do curso expande por toda a tela, e os menus são minimizados na lateral facilitando, assim, a visualização:



Na tela, temos o conteúdo com as **setas laterais** para navegação, nas quais podemos avançar ou retornar em suas telas. Acima, ao lado direito, temos a marcação da **localização do conteúdo** que está sendo visualizado (no exemplo, vemos que esta é a tela 01 do total de 04). Na barra, temos o recurso **“Sair da atividade”** que, após ser clicado, retorna para a tela em que temos as abas para acesso aos conteúdos:



Painel > Curso exemplo > Apresentação

Apresentação Módulo 1 Módulo 2 Módulo 3

Seu progresso ⓘ

- M0 - Conteúdo do curso
- M0 - Questionário
- M0 - Atividade de produção
- M0 - Fórum de discussão
- M0 - Encontro presencial

Módulo 1 ▶

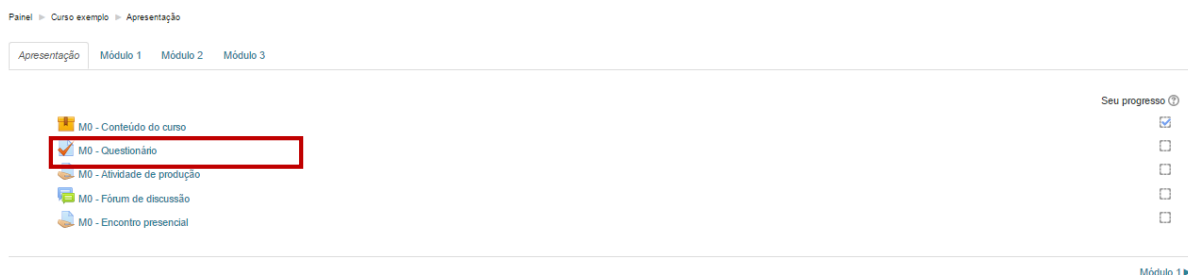
Ao retornar na tela de acesso ao curso, observamos que há um **símbolo de check** para os conteúdos. Ele sinaliza que o conteúdo já foi acessado (não necessariamente concluído).

3. Atividades

Nos cursos, além do conteúdo, encontramos também as suas atividades. No **AVA-EFAP**, temos a atividade **Questionário** e **Fórum**. Conheceremos cada uma delas a seguir.

3.1. Questões Objetivas/Questionário

O recurso **“Questões Objetivas/Questionário”** é uma atividade na qual os alunos responderão diversos tipos de perguntas (múltipla escolha, verdadeiro ou falso, dentre outras). Quando configurado, possibilita a **correção automática**. Para acessá-lo, clique na atividade nomeada como **Nome do módulo – Questionário** ou, ao final do módulo, clicando em **“Questões Objetiva”**.



Painel > Curso exemplo > Apresentação

Apresentação Módulo 1 Módulo 2 Módulo 3

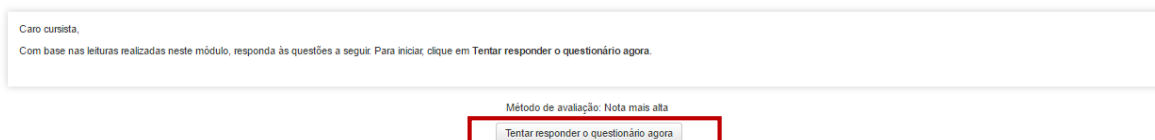
Seu progresso ⓘ

- M0 - Conteúdo do curso
- M0 - Questionário
- M0 - Atividade de produção
- M0 - Fórum de discussão
- M0 - Encontro presencial

Módulo 1 ▶

Após clicar na atividade, a próxima tela exibirá sua descrição e o botão **“Tentar responder ao questionário agora”**.

M0 - Questionário



Caro cursista,

Com base nas leituras realizadas neste módulo, responda às questões a seguir. Para iniciar, clique em Tentar responder o questionário agora.

Método de avaliação: Nota mais alta

Tentar responder o questionário agora

Clique no **botão** e a pergunta será exibida:

Note que as perguntas são exibidas por páginas e, logo ao lado, é possível visualizar a questão. Após finalizar a resposta de cada uma, clique em **“Next page”** ou **“Próxima página”** e repita essa ação até que todas as questões estejam devidamente respondidas.

Na última página, clique em **“Finalizar tentativas”** para registrar a realização da atividade no Moodle:

Feito isso, a próxima página exibirá o status de cada questão. É possível retornar à tentativa, caso queira alterar alguma resposta, ou clicar em **“Enviar tudo e terminar”** para que o questionário seja enviado para correção.

Pergunta	Status
1	Resposta salva
2	Resposta salva
3	Resposta salva
4	Resposta salva

Assim que enviá-lo, você visualizará a tela com as respostas selecionadas e, em alguns cursos, a correção das questões:

NAVEGAÇÃO DO QUESTIONÁRIO



Mostrar uma página por vez
Terminar revisão

Iniciado em	segunda-feira, 22 ago 2016, 14:49
Estado	Finalizada
Concluída em	quarta-feira, 31 ago 2016, 14:21
Tempo empregado	8 dias 23 horas
Notas	2,0/40,0
Avaliar	0,5 de um máximo de 10,0(5%)

Questão 1
Incorreto
Atingiu 0,0 de 10,0
▼ Marcar questão

Como surge um tumor?

Escolha uma:

- a. Um tumor surge quando há um desequilíbrio na concentração de hormônios no sangue. **X A resposta está errada. Tumores, em geral, não são causados por desequilíbrios na quantidade de hormônios.**
- b. Um tumor surge quando um dano ao DNA não é reparado por sistemas existentes em todas as células, gerando mutação.
- c. Um tumor surge quando a pressão arterial está acima dos limites normais.
- d. Um tumor surge quando ocorre a infecção pelo agente infeccioso HIV.

Questão 2
Incorreto
Atingiu 0,0 de 10,0
▼ Marcar questão

A contaminação por alguns tipos de vírus e bactérias podem causar a alteração da estrutura do DNA, sendo, portanto, um fator de risco para o câncer.

Escolha uma opção:

- Verdadeiro
- Falso **X**

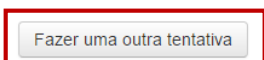
A afirmação é verdadeira, ou seja, alguns tipos de vírus e bactérias têm a capacidade de causar alterações na estrutura do DNA do homem, representando um fator de risco para o câncer.

Após a leitura da revisão, clique em **“Terminar a revisão”**. Em alguns cursos, após esse passo, você contará com o recurso **“Fazer uma outra tentativa”**, que somente estará disponível durante o prazo de realização da atividade, conforme o cronograma do curso:

Resumo das suas tentativas anteriores

Tentativa	Estado	Notas / 40,0	Nota / 10,0	Revisão
1	Finalizada Enviada(s) quarta-feira, 31 ago 2016, 14:21	2,0	0,5	Revisão

Nota mais alta: 0,5 / 10,0.



Atenção, cursista!

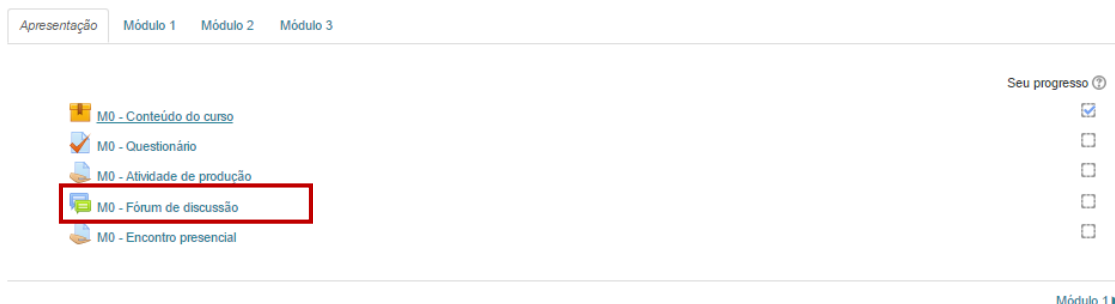
- No *Moodle*, não é possível salvar a atividade para retomá-la posteriormente. Se a tentativa de envio do questionário for interrompida por qualquer motivo, ela será contabilizada!
- Realize o questionário somente quando se sentir seguro(a) para realizar essa atividade!

3.2. Fórum/Comunidade Virtual de Aprendizagem

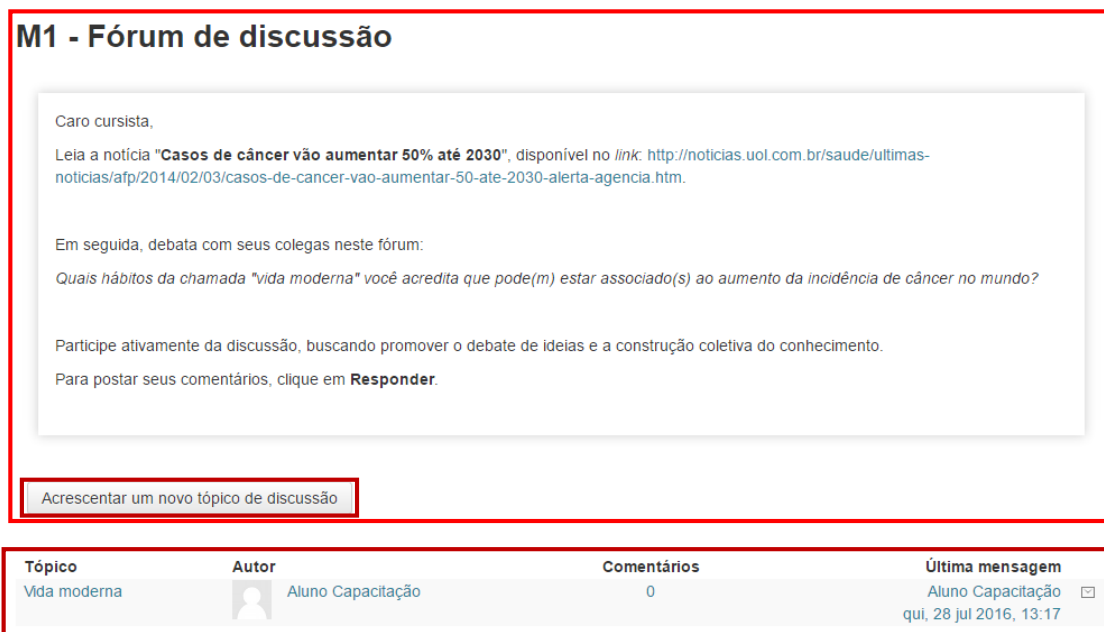
O recurso **Fórum/Comunidade Virtual de Aprendizagem**, disponível apenas em alguns cursos, permite postar mensagens e comentar as demais mensagens dos participantes, promovendo uma discussão sobre determinado assunto.

Vale lembrar que o “Fórum” aparece nos cursos com mediação de tutores. Já, a “Comunidade Virtual de Aprendizagem” se dá nos cursos sem mediação, ou seja, sem tutor.

Para acessar um fórum, nos cursos em que essa atividade está disponível, clique sobre seu **título**:

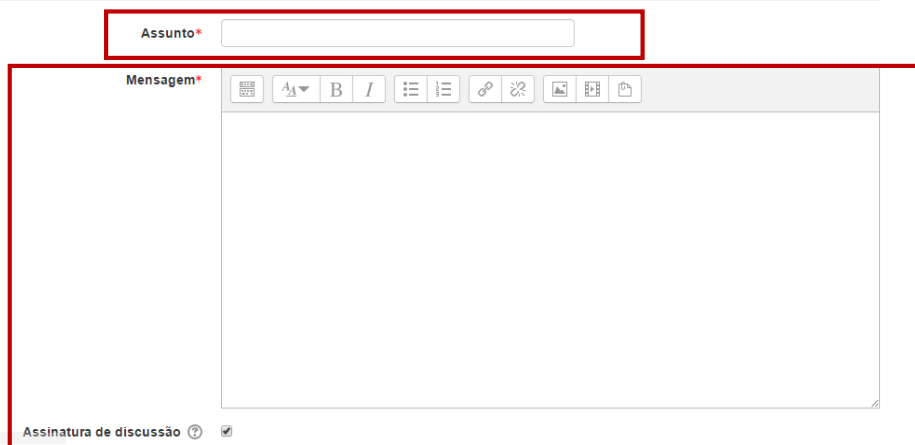


Ao clicar no título do fórum, encontramos a **Descrição do fórum**, e em alguns cursos a possibilidade de **“Acrescentar um novo tópico de Discussão”**, que permite que novos tópicos sejam adicionados. Também existe a possibilidade de responder comentários nos tópicos já iniciados:




Para acrescentar um tópico de discussão ao fórum, é necessário clicar em **“Acrescentar um novo tópico de discussão”**, nos cursos em que essa função estiver habilitada. Então, será aberta a seguinte janela:

↳ Novo tópico de discussão

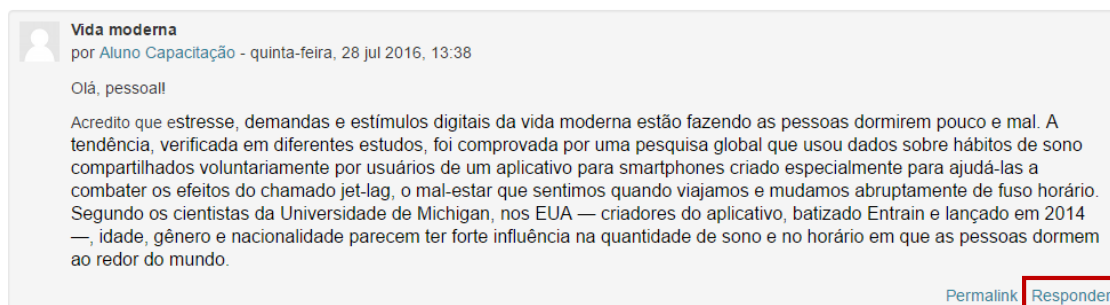


Nela, insira o **“Assunto”** (que posteriormente aparecerá como título do tópico) e a mensagem (que é o texto que deseja inserir nesse tópico). Em seguida, clique em **“Enviar mensagem ao fórum”**.

Para participar do fórum, inserindo postagens em referência ao tópico do fórum ou respondendo a postagens dos colegas de cursos, clique no **nome do tópico do fórum** em que deseja participar.

Tópico	Autor	Comentários	Última mensagem
Vida moderna	 Aluno Capacitação	0	Aluno Capacitação qui, 28 jul 2016, 13:17

Então, você será encaminhado para a seguinte tela:



Vida moderna
por Aluno Capacitação - quinta-feira, 28 jul 2016, 13:38

Olá, pessoal!

Acredito que estresse, demandas e estímulos digitais da vida moderna estão fazendo as pessoas dormirem pouco e mal. A tendência, verificada em diferentes estudos, foi comprovada por uma pesquisa global que usou dados sobre hábitos de sono compartilhados voluntariamente por usuários de um aplicativo para smartphones criado especialmente para ajudá-las a combater os efeitos do chamado jet-lag, o mal-estar que sentimos quando viajamos e mudamos abruptamente de fuso horário. Segundo os cientistas da Universidade de Michigan, nos EUA — criadores do aplicativo, batizado Entrain e lançado em 2014 —, idade, gênero e nacionalidade parecem ter forte influência na quantidade de sono e no horário em que as pessoas dormem ao redor do mundo.


[Permalink](#) [Responder](#)

Você pode responder a postagem do tópico ou as postagens dos participantes. Para isso, basta clicar em **“Responder”** na postagem em que desejar:

▼ A sua resposta

Assunto* Re: Vida moderna

Mensagem*

Assinatura de discussão 

Nessa tela, escreva o texto de sua postagem em **“Mensagem”**. Depois, clique em **“Enviar mensagem ao fórum”**. Então, ela será postada neste fórum:

Vida moderna
por [Aluno Capacitação](#) - quinta-feira, 28 jul 2016, 13:38

Olá, pessoal!

Acredito que estresse, demandas e estímulos digitais da vida moderna estão fazendo as pessoas dormirem pouco e mal. A tendência, verificada em diferentes estudos, foi comprovada por uma pesquisa global que usou dados sobre hábitos de sono compartilhados voluntariamente por usuários de um aplicativo para smartphones criado especialmente para ajudá-las a combater os efeitos do chamado jet-lag, o mal-estar que sentimos quando viajamos e mudamos abruptamente de fuso horário. Segundo os cientistas da Universidade de Michigan, nos EUA — criadores do aplicativo, batizado Entrain e lançado em 2014 —, idade, gênero e nacionalidade parecem ter forte influência na quantidade de sono e no horário em que as pessoas dormem ao redor do mundo.

[Permalink](#) | [Responder](#)

Re: Vida moderna
por [Aluno Moodle](#) - quinta-feira, 28 jul 2016, 14:16

Boa reflexão!

[Permalink](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Excluir](#) | [Responder](#)

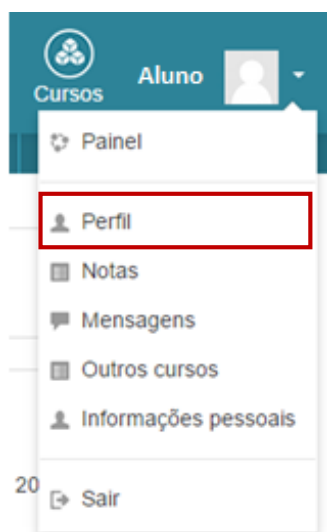
É possível **“Editar”** (este botão aparecerá somente por 30 minutos após a postagem; depois desse tempo não é mais possível alterar a postagem) ou **“Excluir”** a postagem realizada.

4. Recursos e ferramentas

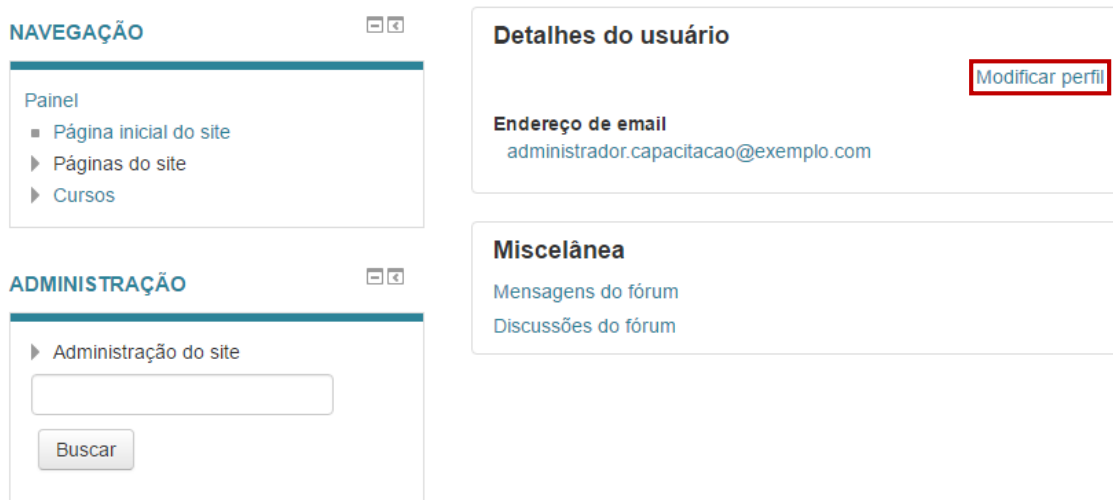
4.1. Perfil

No **AVA-EFAP**, temos as ferramentas **Mensagens**, **Perfil**, **Calendário** e **Notas**. Conheceremos cada uma delas a seguir!

Temos o recurso **Perfil**, no qual encontram-se os dados do cursista. Para visualizar as informações contidas em seu perfil, clique sobre seu **Nome**, localizado no canto superior direito da tela (na barra superior do AVA). Em seguida, clique no item **“Perfil”**:



Então, você poderá visualizá-lo. Para atualizar as informações contidas nesta tela, clique em **“Modificar perfil”**:



Você será direcionado para a tela de edição do perfil. Nela, é possível editar dados que estão divididos nas seguintes categorias: **“Geral”**, **“Imagem do usuário”**, **“Nomes adicionais”**, **“Interesses”** e **“Opcional”**. Os campos que contêm um asterisco (*) são de preenchimento obrigatório:

Nome*

Sobrenome*

Endereço de email*

Mostrar endereço de email

Cidade/Município

Selecione um país

Zona de fuso horário

Descrição ?

Rich text editor toolbar with icons for text color, bold, italic, bulleted list, numbered list, link, unlink, image, video, and insert link.

Embora não seja obrigatório, você pode fornecer uma breve **“Descrição”** para seu perfil. As informações fornecidas nesse campo ficarão visíveis para os demais usuários do AVA que visitarem seu perfil.

Para adicionar ou modificar uma foto em seu perfil, clique sobre o item **“Imagem do usuário”** para expandi-lo. Então, teremos duas opções: **“Adicionar um arquivo”** ou **“Arrastar e soltar”** (em destaque na imagem):

▼ Imagem do usuário

Imagem atual Nenhum

Nova imagem ? Tamanho máximo para novos arquivos: ilimitado, máximo de anexos: 1

Arquivos



Você pode arrastar e soltar arquivos aqui para adicioná-los.

Descrição da imagem

► Nomes adicionais

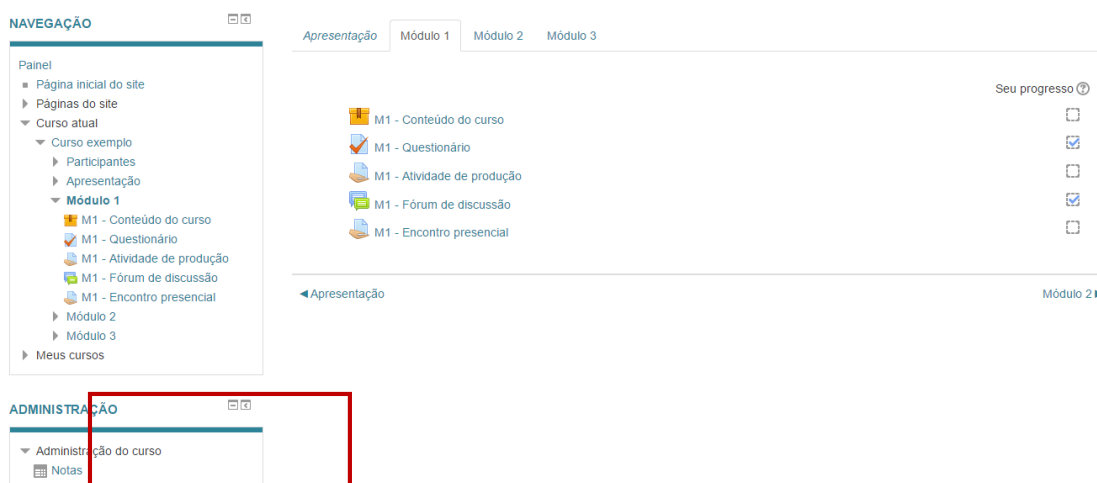
► Opcional

Salve as alterações realizadas em seu perfil clicando no botão **“Atualizar perfil”**.

As categorias **“Nomes adicionais”**, **“Interesses”** e **“Opcional”** não possuem itens de preenchimento obrigatório. Caso queira editá-los, basta expandir esses campos e realizar o preenchimento, assim como exemplificado nas outras categorias.

4.2. Notas

As notas podem ser visualizadas através do menu **Administração**, localizado logo abaixo do menu **Navegação**.



The screenshot shows the 'NAVEGAÇÃO' (Navigation) menu on the left and the 'ADMINISTRAÇÃO' (Administration) menu below it. The 'Administração do curso' (Course Administration) sub-menu is highlighted with a red box, and the 'Notas' (Notes) option is visible within it. The main content area shows a progress bar for 'Módulo 1' with various activities and their completion status.

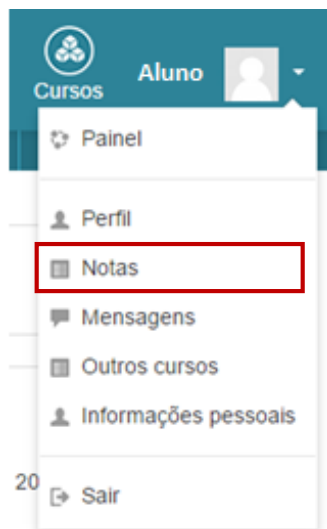
A próxima tela exibirá as notas de todas as atividades avaliativas do curso e a frequência:

Relatório do usuário

Relatório do usuário - Aluno Capacitação

Item de nota	Nota
Ensino Integral: Introdução ao Modelo Pedagógico e ao Modelo de Gestão – 1ª Edição/2016	
Atividades	
Módulo 1 – Questões Objetivas	90
Módulo 2 – Questões Objetivas	100
Módulo 3 – Questões Objetivas	100
Atividades total Média das notas. Incluir notas vazias.	S (97 %)
Frequência	
Frequência	100
Total do curso	97

Outra possibilidade para visualizar as notas é por meio do **menu**, localizado na barra superior do AVA. Para isso, clique em seu **Nome** e selecione a opção **“Notas”**:



Feito isso, será exibida uma lista de cursos em que você está inscrito:

Cursos que estou cursando

Nome do curso	Nota
Capacitação EFAP - Curso exemplo	37.5

Clique no **nome do curso** e uma lista com as notas das atividades avaliativas e a frequência será exibida, semelhante ao procedimento anterior:

Item de nota	Nota
<ul style="list-style-type: none"> Enino Integral: Introdução ao Modelo Pedagógico e ao Modelo de Gestão – 1ª Edição/2016 <ul style="list-style-type: none"> Atividades <ul style="list-style-type: none"> Módulo 1 – Questões Objetivas: 90 Módulo 2 – Questões Objetivas: 100 Módulo 3 – Questões Objetivas: 100 Atividades total: Média das notas. Incluir notas vazias. S (97 %) Frequência <ul style="list-style-type: none"> Frequência: 100 	
Σ Total do curso	97

4.3. Fale conosco

Em caso de dúvidas, você deve recorrer ao “Fale Conosco”. O acesso a esta ferramenta pode ser feito na página de *login* de nosso AVA (conforme imagem a seguir):



The screenshot shows the AVA login page with a teal header. The header contains the school logo, the text 'ESCOLA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES PAULO RENATO COSTA SOUZA', the 'GOVERNO DO ESTADO SÃO PAULO' logo, a help icon, a search bar with 'analise.ingressantes', a password field with 'Esqueci minha senha' and a masked password '.....', and an 'Entrar' button. Below the header are six course cards. Each card has a 'Fale Conosco' button highlighted with a red box. The cards are:

- Ingressantes - Etapa 2 - Biologia - 1a edição/2016: Carga horária 240, Módulos 10, Status: Curso em andamento.
- Ingressantes - Etapa 2 - Língua Portuguesa - 1a edição/2016: Carga horária 240, Módulos 10, Status: Curso em andamento.
- Ingressantes - Etapa 1 - 2a edição/2015: Carga horária 120, Módulos 5, Status: Curso em andamento.
- Ingressantes - Etapa 2 - História - 1a edição/2016: Carga horária 240, Módulos 10, Status: Curso em andamento.
- Ingressantes - Etapa 1 - 3a edição/2016: Carga horária 120, Módulos 5, Status: Curso em andamento.
- Ingressantes - Etapa 2 - Sociologia - 1a edição/2016: Carga horária 240, Módulos 10, Status: Curso em andamento.

Ao clicar na opção “Fale conosco”, você encontrará a seguinte tela para inclusão de chamados:



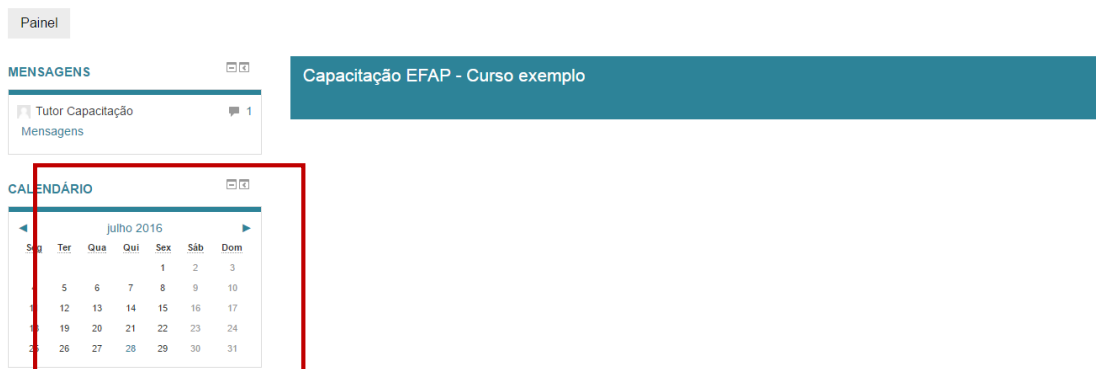
The screenshot shows the 'FALE CONOSCO' login form. The title 'FALE CONOSCO' is at the top. Below it is a header bar. The main content area has the text 'Informe seu Login e senha para a inclusão do chamado.' followed by two input fields: 'Usuário:' and 'Senha:'. There is an 'Entrar' button next to the password field. At the bottom, there is a link: 'Esqueceu sua senha? Clique aqui' and a note: 'Caso não tenha cadastro clique aqui para se cadastrar.'

Atenção, cursista!

- **ANTES DA ABERTURA DE UM CHAMADO**, consulte sempre as informações em nossos documentos (Regulamento, manuais, dúvidas frequentes, entre outros) publicados na página específica do seu curso (*hotsite*) no site da Escola de Formação (www.escoladeformacao.sp.gov.br), e no conteúdo do curso. A resposta dada a sua dúvida pode estar publicada em uma dessas fontes.
- A senha utilizada para acessar o “Fale Conosco” não é necessariamente a mesma de acesso a outras ferramentas (inscrições, Gestão de Pesquisa e AVA-EFAP). A alteração em um dos sistemas, não modifica o outro automaticamente.

4.4. Calendário

O **Calendário** do curso é exibido no **Painel** do *Moodle*, logo após realizar o *login*. Essa ferramenta permite a criação de eventos relacionados e serve, até mesmo, para organização pessoal:



Para adicionar um evento, clique sobre o mês e em **“Novo evento”**, conforme demonstra a imagem a seguir:



O evento poderá ser configurado de acordo com a preferência do usuário:

▼ Geral

Tipo de evento* Usuário ▼

Nome do evento* Finalizar módulo 1

Descrição

📄
🔍
B
I
☰
☰
🔗
🔗
🖼️
📅
📄

Data* 28 ▼ julho ▼ 2016 ▼ 16 ▼ 10 ▼ 📅

Informações como **“Nome do evento”**, **“Descrição”**, **“Data”**, **“Duração”** e **“Recorrência do evento”** também podem ser configurados. Após preencher essas informações, clique em **“Salvar mudanças”**. Feito isso, a próxima tela exibirá a lista dos eventos cadastrados:

Calendário

Visão do dia para: Todos os cursos ▼ Novo evento

◀ Quarta-feira **quinta-feira, 28 julho 2016** Sexta-feira ▶

👤 Finalizar módulo 1 16:10 ⚙️ ✕

Exportar calendário

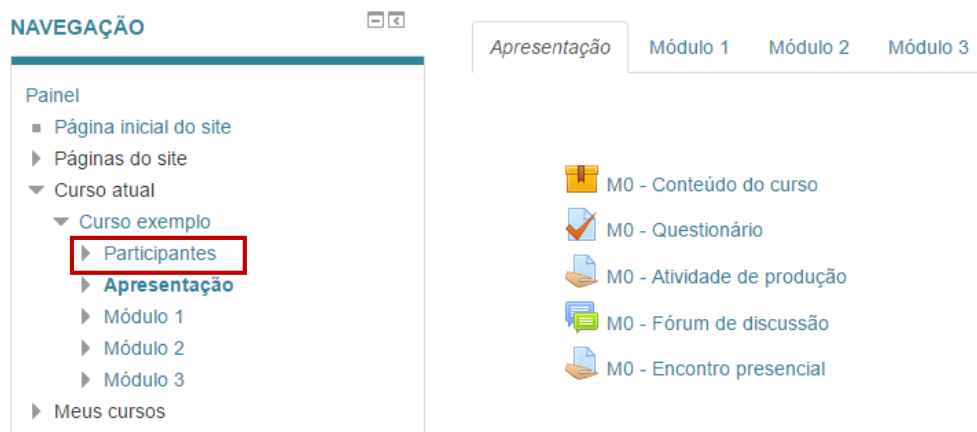
Gerenciar assinaturas

Os eventos cadastrados no calendário não ficam visíveis a todos os usuários, somente para o usuário que realizou esse cadastro.

O *Moodle* possibilita exportar o calendário em formato .ICS, o qual poderá ser utilizado em *e-mails* e outros gerenciadores de calendários. Para isso, basta clicar em **“Exportar calendário”** e inserir o período desejado. Em **“Gerenciar assinaturas”** é possível importar um calendário em formato .ICS.

4.5. Mensagens

No **AVA-EFAP**, é possível enviar mensagens para os outros participantes. Para isso, após acessar o curso, clique em **“Participantes”**, presente no menu **“Navegação”**, localizado na lateral esquerda da tela:



Então, será exibida uma lista com todos os alunos do curso. Para ter acesso ao perfil de cada um deles, basta clicar sobre o nome de um participante:

Todos os participantes: 7

Nome: Todos A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

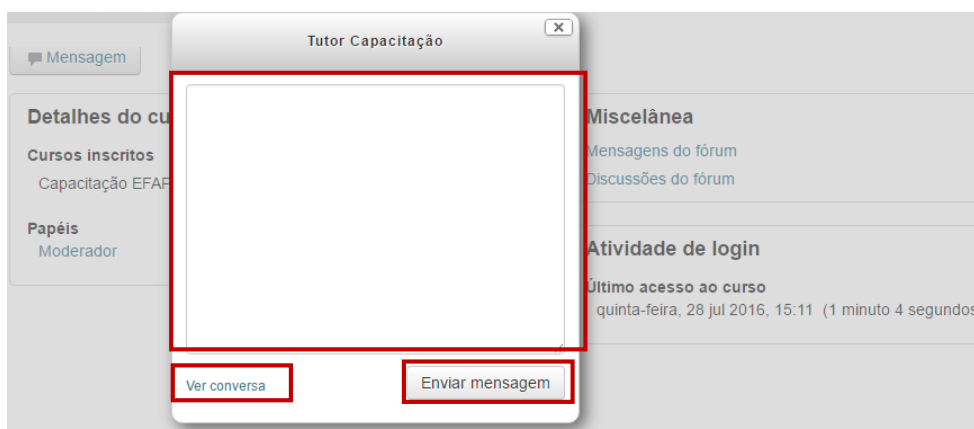
Sobrenome: Todos A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

Foto do usuário	Nome / Sobrenome	Cidade/Município	País	Último acesso ao curso
	Aluno Capacitação			1 segundo
	Tutor Capacitação			1 minuto 7 segundos
	Aluno Moodle			22 minutos 7 segundos
	EFAP Aluno			1 dia 3 horas
	Aluno 2 Capacitacao			1 dia 20 horas
	Professor Capacitação			Nunca
	Gerente Capacitação			Nunca

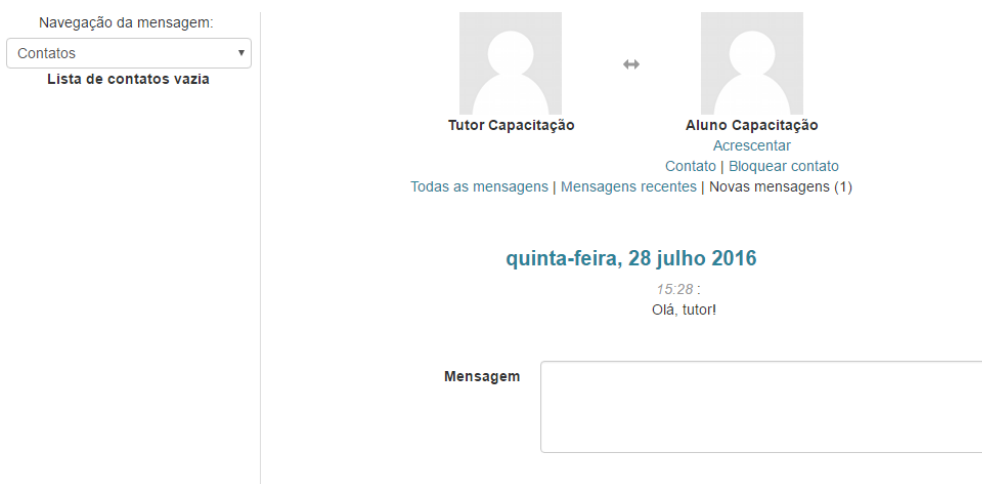
Em seguida, você terá acesso aos detalhes do perfil do participante selecionado, com possibilidade de enviar mensagens a ele:



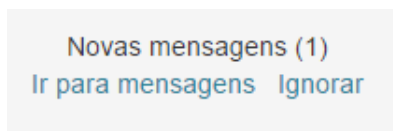
Para enviar uma mensagem, clique no botão **“Mensagem”** (destacado na imagem anterior). Ao clicar neste, abrirá a seguinte janela:



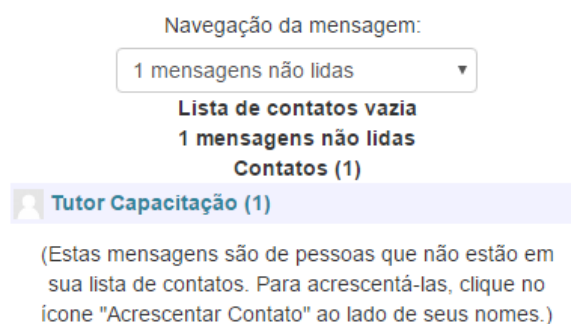
Nela, temos o campo destinado para escrever a mensagem, o **botão “Enviar Mensagem”** (que deve ser acionado após escrever sua mensagem) e o botão **“Ver conversa”**, que dá acesso ao histórico de mensagens com esse usuário:



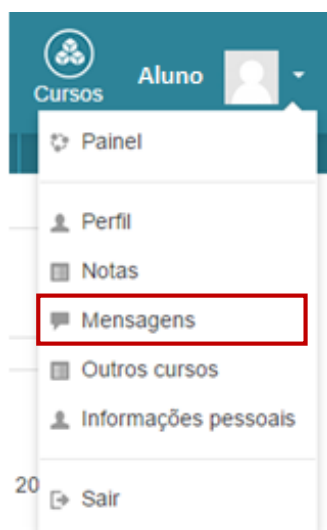
Quando há mensagens que ainda não foram visualizadas, ao realizar o *login* no AVA, aparecerá um alerta no canto inferior direito da tela, indicando que há **“Novas mensagens”**:



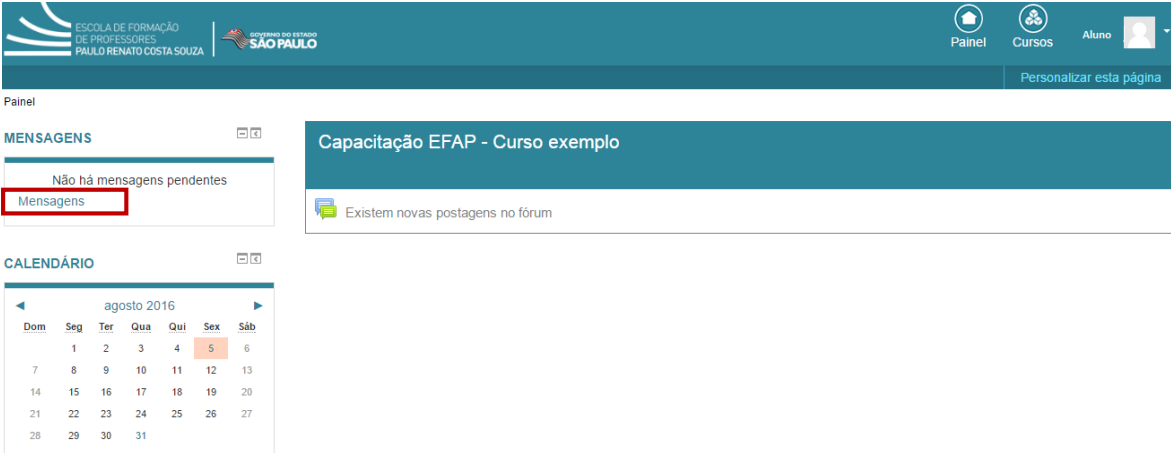
Ao clicar em **“Ir para mensagens”**, aparecerão as novas mensagens:



Elas também podem ser acessadas pelo menu, que é acionado ao clicar em seu **Nome**, localizado no canto superior direito da tela (na barra superior do AVA). Ao clicar na opção **“Mensagens”**:



Também é possível acessar as **“Mensagens”** por meio no **“Painel”**. Ao clicar em **“Painel”**, encontramos a seguinte tela:



The screenshot shows the user interface of the virtual learning environment. At the top, there is a navigation bar with the school's logo and name on the left, and icons for 'Painel', 'Cursos', and 'Aluno' on the right. Below the navigation bar, the main content area is divided into several sections. On the left, there is a 'Painel' section with a 'MENSAGENS' sub-section. The 'MENSAGENS' section contains the text 'Não há mensagens pendentes' and a link labeled 'Mensagens', which is highlighted with a red rectangular box. Below this is a 'CALENDÁRIO' section showing a calendar for August 2016. On the right side of the main content area, there is a section titled 'Capacitação EFAP - Curso exemplo' with a notification that says 'Existem novas postagens no fórum'.

Ao clicar em “Mensagens” é possível visualizá-las.

Atenção, cursista!

- **Nos cursos autoinstrucionais não existe a figura do Tutor;** por isso, dúvidas relacionadas ao curso não devem ser enviadas pela ferramenta “Mensagem” e sim encaminhadas pelo “Fale Conosco”.