

UTL - ANAI

IA PARA TODOS

INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL NO QUOTIDIANO

2026/2027

JUSTIFICAÇÃO E ENQUADRAMENTO

A Inteligência Artificial está hoje integrada em ferramentas de comunicação, pesquisa, escrita, imagem e organização pessoal. Depois de um primeiro ano de descoberta e experimentação, esta proposta centra-se na consolidação das aprendizagens e em utilizações simples, seguras e úteis. Não exige conhecimentos técnicos nem pretende acompanhar todas as plataformas: privilegia a autonomia, o espírito crítico, a criatividade e a aplicação da IA a necessidades reais.

COMPETÊNCIAS E OBJECTIVOS A DESENVOLVER

- Utilizar ferramentas de Inteligência Artificial no computador e no telemóvel com progressiva autonomia e confiança.
- Formular instruções claras, acrescentar contexto e melhorar os resultados através do diálogo com a IA.
- Analisar criticamente as respostas, confirmar informação e reconhecer erros, conteúdos manipulados ou afirmações sem fundamento.
- Aplicar a IA à escrita, à imagem, à voz, à organização de informação e a projectos pessoais.
- Adoptar práticas responsáveis de privacidade, autoria, transparência e utilização consciente da tecnologia.

PRÉ-REQUISITOS OBRIGATÓRIOS

- Conhecimentos básicos de Windows (criar, copiar, mover e renomear pastas e ficheiros)
- Conhecimentos básicos de navegação na internet (introdução de endereço web, download de ficheiros)
- Possuir conta de email e saber utiliza-la (abrir emails recebidos, enviar emails e anexar ficheiros e download de ficheiros recebidos).

METODOLOGIA

- Demonstrações curtas, seguidas de exercícios orientados em computador ou telemóvel.
- Repetição dos procedimentos essenciais e utilização de exemplos próximos dos interesses dos alunos.
- Ritmo ajustado ao grupo, com alternativas simples quando uma ferramenta ou equipamento não funcionar.
- Projectos de participação facultativa.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Bloco 1 - Compreender e utilizar a IA no quotidiano

Revisão prática do que é a IA generativa, do que consegue fazer e dos seus limites. Escolha da ferramenta adequada, utilização no computador e no telemóvel e reconhecimento das situações em que a decisão humana continua a ser indispensável.

Bloco 2 - Conversar e trabalhar melhor com a IA

Construção de pedidos claros, com objectivo, contexto, público e formato. Aperfeiçoamento por etapas e aplicação à escrita, revisão, resumo, tradução, planeamento, explicação de assuntos e organização de ideias, sem transformar os prompts numa matéria técnica.

Bloco 3 - Pesquisa, documentos e organização da informação

Pesquisa acompanhada de confirmação das fontes, comparação de respostas e preparação de documentos para trabalhar com IA. Introdução simples ao Markdown e à conversão de ficheiros em texto leve e organizado, incluindo ferramentas como o MarkItDown, valorizando a utilidade prática e não a programação.

Bloco 4 - Imagem, memória e criatividade

Criação e transformação de imagens, restauro e colorização de fotografias, pequenas narrativas visuais e animações simples. Distinção entre documento, interpretação e conteúdo gerado, com atenção à identidade das pessoas, à memória familiar e cultural e à indicação do uso de IA.

Bloco 5 - Projectos pessoais, segurança e utilização crítica

Aplicações ligadas a viagens, histórias de família, receitas, cultura, organização pessoal e outros interesses dos alunos. Privacidade, falsificações, deepfakes, erros e alucinações serão trabalhados dentro dos exercícios, terminando com projectos simples e adaptáveis ao ritmo da turma.