



Centro de Ensino à Distância

TUTORIAL DO MOODLE

MAPUTO, MARÇO 2020

Índice

<i>Nota Introdutória</i>	3
1. O que é a plataforma Moodle?	4
2. Potencialidades da Plataforma Moodle	4
2.1 Ferramentas de comunicação	4
2.2 Ferramentas de Interação.....	4
2.3 Ferramentas de Avaliação	4
3. Passos para usar a plataforma Moodle	4
3.1 Como aceder à plataforma e às disciplinas.....	4
4. Como configurar o ambiente virtual	7
4.1 Como disponibilizar conteúdos plataforma.....	9
4.2 Como configurar a sala de Chat	12
4.3 Como configurar o fórum de debate	13
4.4 Como configurar o Teste.....	16
4.5 Como sair da plataforma	33



Nota Introdutória

Caro docente,

Bem-vindo ao tutorial de utilização do Moodle.

O Centro de Ensino à Distância da Universidade Eduardo Mondlane elaborou o presente tutorial com o objectivo de apresentar-lhe instruções que o vão ajudar uso desta ferramenta tecnológica no processo de ensino e aprendizagem. A plataforma Moodle possui funcionalidades que permitem realizar as seguintes tarefas: disponibilizar materiais de estudo (word, pdf, vídeos, ppt, e outros formatos) aos estudantes; disponibilizar agenda com programação das tarefas que os estudantes podem e/ou devem fazer diária ou semanalmente; disponibilizar trabalhos para os estudantes realizarem e submeterem com prazos estabelecidos; realizar avaliações online; realizar sessões síncronas (debates online em tempo real) e assíncronas (debates online em tempo diferido), para a comunicação e interacção entre docentes e estudantes, assim como estudantes entre eles, criar espaços para apresentação de dúvidas, entre outras.

O presente tutorial não esgota todas as funcionalidades da plataforma Moodle uma vez que esta ferramenta tecnológica tem inúmeras, contudo, apresenta os passos para utilização daquelas que se julgam essenciais para o processo de ensino e aprendizagem.

Bom trabalho

1. O que é a plataforma Moodle?

Moodle significa Modular Object-Oriented Dynamic Learning Environment. É um software de código aberto que constitui um sistema de gestão de aprendizagem (LMS -Learning Management System) e é utilizado como ferramenta de apoio ao processo de ensino e à aprendizagem.

2. Potencialidades da Plataforma Moodle

A plataforma possui funcionalidades que permitem a comunicação, interação, a disponibilização de conteúdos e de avaliações.

2.1 Ferramentas de comunicação

A plataforma Moodle possibilita a disponibilização de informações como avisos, anúncios, convocatórias (espaço destinado à divulgação de informação de carácter importante para os usuários da plataforma), agenda da disciplina (instrumento que orienta o estudante na aprendizagem dando informações sobre matérias e temas a serem tratados semanalmente, assim como as datas para realização de trabalhos, testes entre outros).

2.2 Ferramentas de Interação

A plataforma Moodle possui funcionalidades que permitem que o docente interaja com os estudantes, assim como que os estudantes entre eles. O Fórum e o chat são as funcionalidades possibilita a disponibilização de informações como avisos, anúncios,

2.3 Ferramentas de Avaliação

A plataforma Moodle possui funcionalidades que permitem que o docente aplique avaliações online com datas fixas, prazos estipulados e tempo cronometrado. Na plataforma pode-se configurar trabalhos e testes.

3. Passos para usar a plataforma Moodle

3.1 Como aceder à plataforma e às disciplinas

Escolha um motor de busca, pode ser Google chrome, internet explorer, firefox e escreva na barra de endereços o seguinte endereço: ensino.uem.mz. Ver Figura 1.

Nota: não coloque www.



UNIVERSIDADE
EDUARDO
MONDLANE

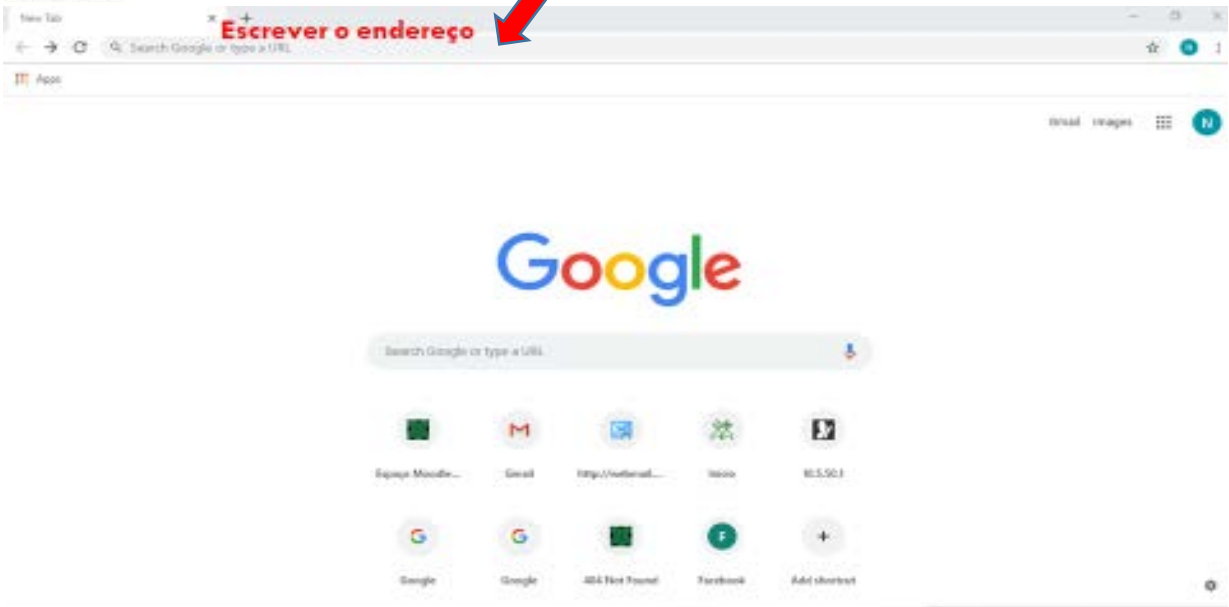


Figura 1

Clique no login. Ver figura 2 e 3, qualquer das opções é válida



Figura 2

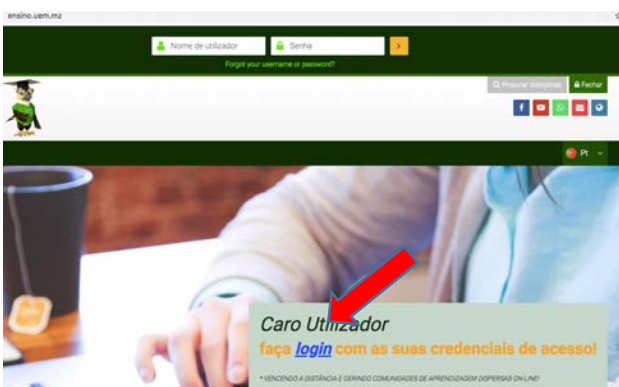


Figura 3

Aparece a imagem que se mostra na Figura 4. Nela, introduza as suas credenciais.

Nome do utilizador (username): o nome que lhe foi atribuído

Senha (password): a senha que lhe foi atribuída

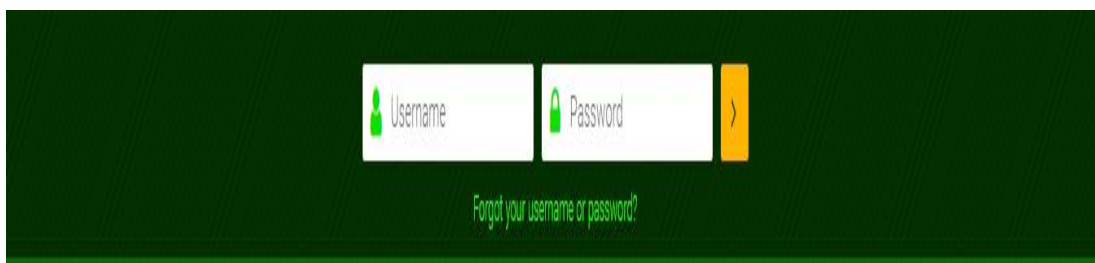


Figura 4

A primeira operação que deves executar é alterar a sua senha.

Na figura 5, coloque a senha actual (a que lhe foi atribuída). Em seguida coloque a sua nova senha que deverá ser conhecida apenas por si. E coloque novamente a nova senha nos espaços que se mostram na figura 5-

Nota: A nova senha deverá ter no mínimo 8 caracteres (composta por letras maiúsculas, minúsculas, números e caracteres alfanuméricos como por exemplo: ; . ! ?,#,* ,.)

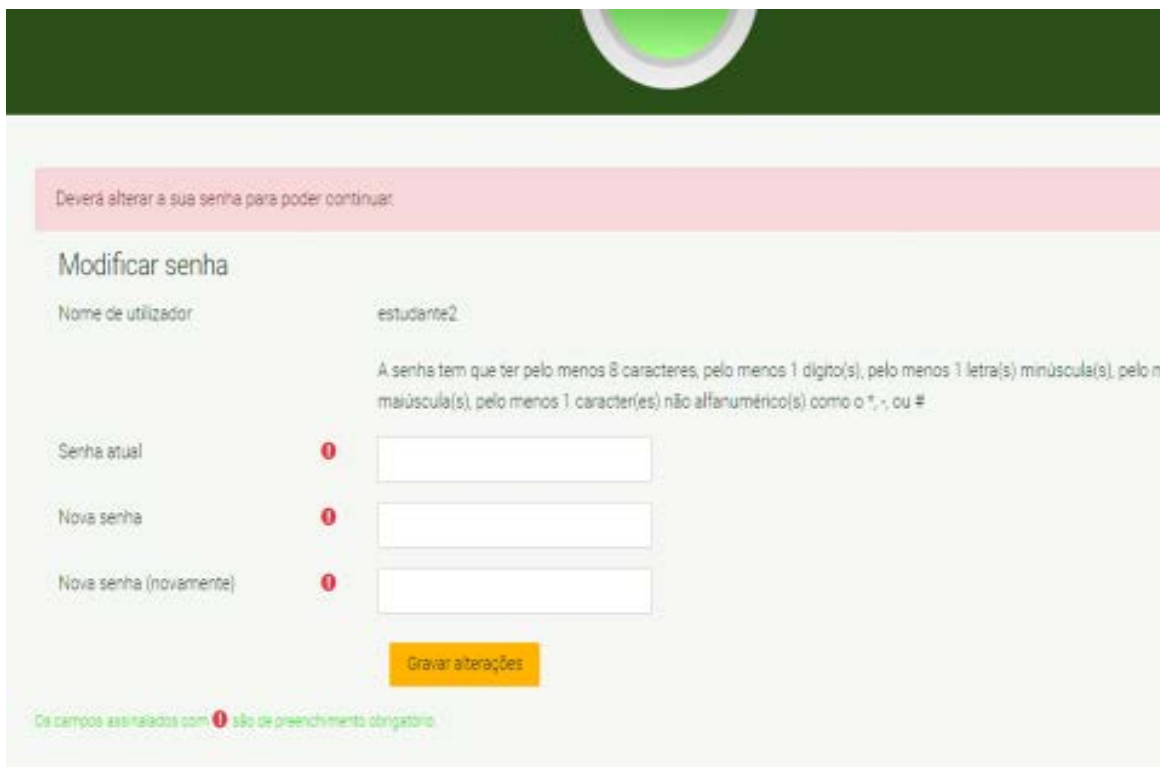


Figura 5

Terminado correctamente o passo da figura 5, surgirá a frase com o seguinte teor: “senha modificada com sucesso”. Clique em continuar, visualizará as suas disciplinas conforme ilustra a figura 6.

As Minhas Disciplinas



Figura 6

A figura 7 mostra como se visualiza que você é utilizador e está online

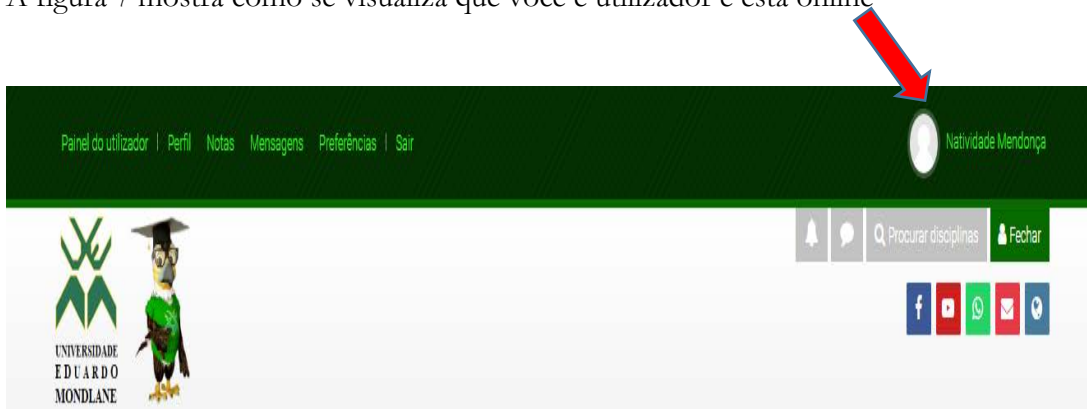


Figura 7

4. Como configurar o ambiente virtual

Para configurar o ambiente com qualquer que seja o ambiente deverá clicar em activar modo de edição, só assim poderá ter acesso ao espaço para inserir conteúdos, trabalhos, testes, criar fóruns, chats etc. Para tal clique em ativar o modo de edição como na Figura 8.



Figura 8

Depois activar o modo de edição visualizará o texto que diz “**adicionar uma actividade ou recurso**” (Figura9).

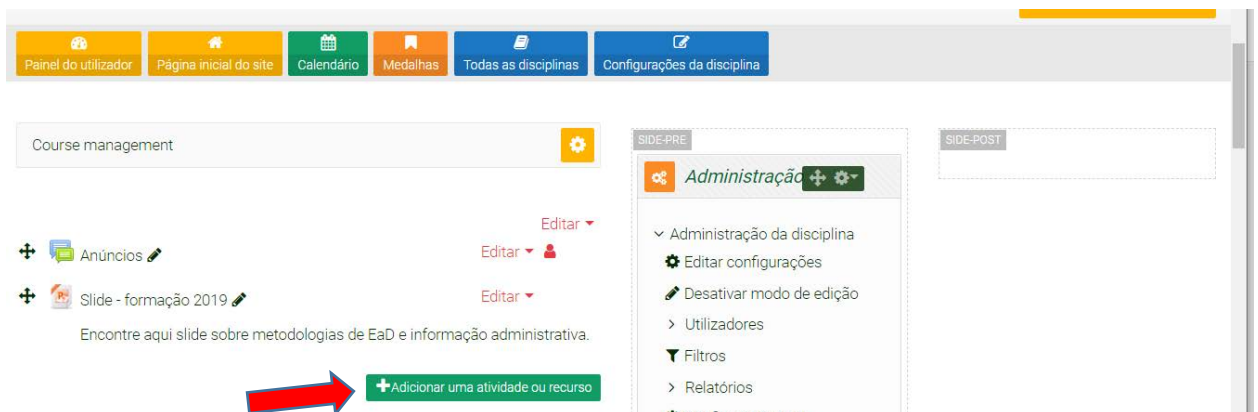


Figura 9

Clique em **adicionar uma actividade ou recurso**” e abrir-se-á uma lista com vários recursos (Figura 10). É nessa lista onde fará a escolha da actividade ou recurso que pretende configurar.

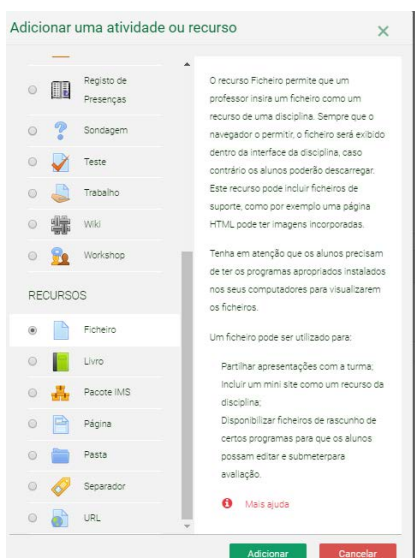


Figura 10

4.1 Como disponibilizar conteúdos plataforma

Para adicionar conteúdos, isto é, matérias de estudo como fichas, textos, poer points, entre outros deve clicar ficheiros e em seguida adicionar (figura 11).

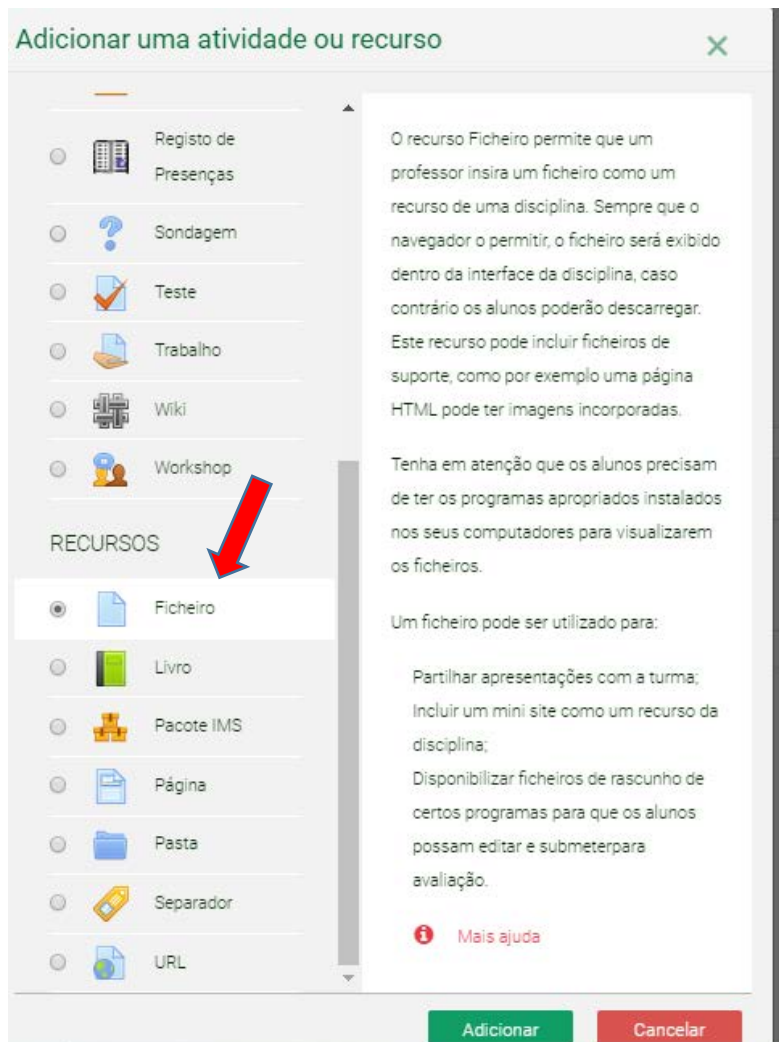


Figura 11

Em seguida, preencha os espaços que o formulário que se apresenta na Figura 11 solicita. Preencha a designação, descrição, pode arrastar ou anexar os ficheiros selecionando ficheiros. Para anexar coloque o cursor onde indica a seta da figura 12.

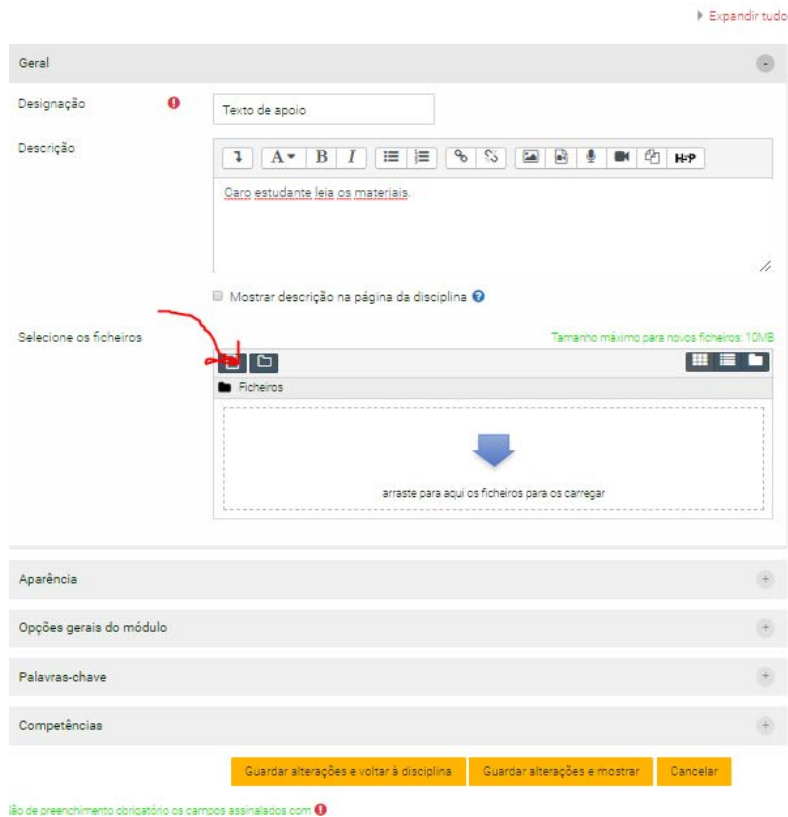


Figura 12

Clicando no ícone mostrado na figura 12 acima, abrirá uma janela e visualizará o espaço que permite adicionar os documentos que pretende disponibilizar. Proceda da mesma forma como se estivesse a anexar ficheiros num email. Os documentos podem estar no dispositivo que está a usar, numa pen drive, etc. selecione e clique em enviar ficheiro (Figura 13). O Moodle oferece 2 opções

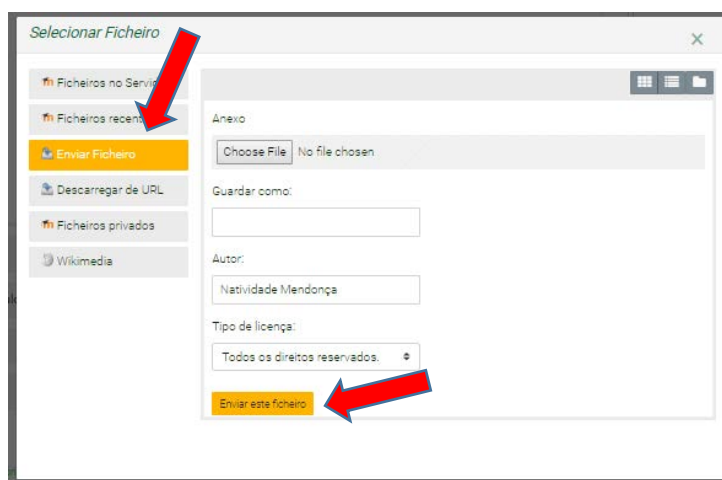


Figura 13

Visualizará a imagem que se mostra na figura 14e contendo o ficheiro.

Adicionar "Ficheiro"

▶ Expandir tudo

Geral

Designação !

Descrição


A **B** **I** **U** **L** **R** **H** **P**

Caro estudante leia os materiais.

Mostrar descrição na página da disciplina

Selecione os ficheiros Tamanho máximo para novos ficheiros: 10MB

Ficheiros



Recomendações-C...

Aparência +

Opções gerais do módulo +

Palavras-chave +

Competências +

Guardar alterações e voltar à disciplina **Guardar alterações e mostrar** **Cancelar**

Figura 14

Clique em gravar alterações e voltar à disciplina e assim o material estará disponível para os estudantes.

4.2 Como configurar a sala de Chat

Para configurar uma sala de chat na plataforma Moodle clique em chat e em seguida em adicionar como na figura 15.

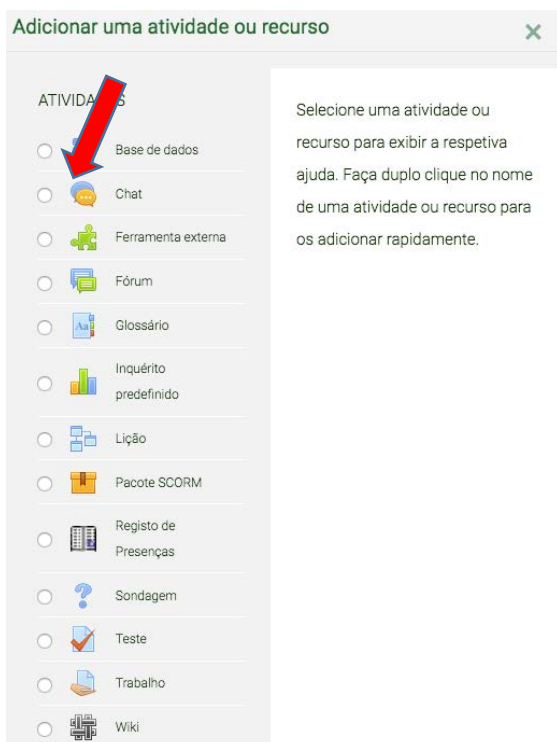


Figura 15

Em seguida aparece o formulário de configuração do chat e deve preenche-lo de acordo com a sua programação, isto é, a descrição, em que data se realizará, etc. (Figura 16).

A data e hora da sessão é de acordo com o que foi combinado com os estudantes.

Os itens, manter gravação (Nunca apagar) e todos podem ver (sim), são opcionais. Mas é recomendável que nunca se apague e possam ver pois permite aos que não puderem estar na sessão na hora marcada, mais tarde aceder e ver a gravação do chat.

Depois de preencher os espaços do formulário clique em gravar alterações e voltar à disciplina.

Course management

Adicionar "Chat" Expandir tudo

Geral

Designação:

Descrição:

A B I

Informação

Mostrar descrição na página de disciplina

Sessões de chat

Próxima sessão de chat:

Repetir/publicar horário das sessões:

Mantém gravação de sessões anteriores durante:

Todos podem ver as sessões anteriores:

Opções gerais do módulo

Palavras-chave

Competências

Nota de preenchimento obrigatório as campos assinalados com *

Administração

- Administração da disciplina
 - Editar configurações
 - Desativar modo de edição
 - Utilizadores
 - Filtros
 - Relatórios
 - Configurar a Pauta
 - Medalhas
 - Cópia de segurança
 - Restaurar
 - Importar
 - Limpar
 - Base de dados de perguntas

Adicionar Bloco

Adicionar...

Figura 16

4.3 Como configurar o fórum de debate

Para adicionar um espaço de fórum de debate procede-se do seguinte modo. Clique no ícone fórum, na figura 16, e em seguida em adicionar. Preenche o formulário que se apresenta. No tipo de fórum, seleccione um único tópico de discussão (Figura 17). Clique em gravar alterações e regressar à disciplina depois do preenchimento.



► Expandir tudo

Geral

Designação ?

Descrição

Informação

Mostrar descrição na página da disciplina ?

Tipo de fórum ?

Disponibilidade

Data limite para publicar ? Ativar

Data de fecho ? Ativar

Anexos e contagem de palavras +

Subscrever e assinalar mensagens +

Bloqueio de tópico de discussão +

Número limite de mensagens +

Avaliação global do fórum +

Avaliações -

Papéis com permissão para avaliar ? Não pode verificar as permissões enquanto a atividade não for gravada

Tipo de avaliação ? Nota máxima ▾

Nota ?

Tipo Nota ▾

Nota máxima

20

Restringir a avaliação para itens de um intervalo de datas

De 30 ▾ March ▾ 2020 ▾ 16 ▾ 00 ▾ 📅

Para 5 ▾ April ▾ 2020 ▾ 17 ▾ 00 ▾ 📅

Categoria na pauta ? Sem categoria ▾

Nota de aprovação ?

Opções gerais do módulo +

Palavras-chave +

Competências +

Guardar alterações e voltar à disciplina Guardar alterações e mostrar Cancelar

Figura 17


4.4 Como configurar o Teste

Para adicionar um teste online, clique no ícone teste da na figura 15. Preencha o formulário como se ilustra abaixo. Na descrição cabe a cada docente colocar as instruções que pretende dar para o seu teste (Figura 18). Numero de tentativas permitidas, se colocar 1 significa que o estudante acede ao teste 1 única vez e quando terminar não tem como voltar aceder ao teste, nem que tenha saído por oscilação de corrente electrica ou internet. Se colocar 2 tentativas significa que o estudante poder terminar o teste e sair. Se de repente quiser verificar ou corrigir algo pode voltar a aceder ao teste.


Adicionar "Teste"

[▶ Expandir tudo](#)


Geral

Designação 



Descrição





[Informação](#)

Mostrar descrição na página da disciplina 

Disponibilidade e duração

Abrir o teste em   Ativar

Fechar o teste em  Ativar

Tempo limite  Ativar


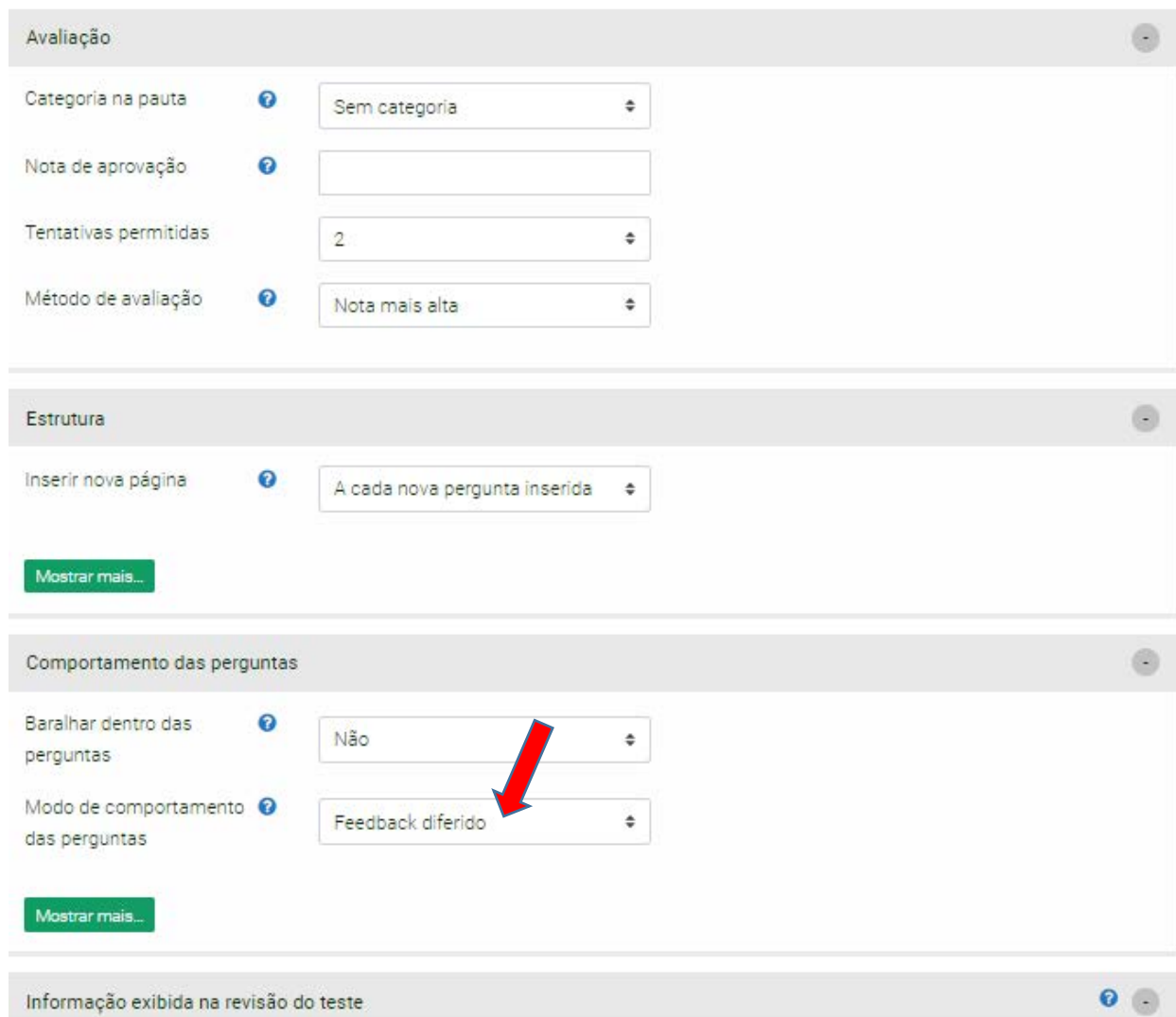
Quando o tempo termina 

Figura 18

No modo de comportamento das perguntas selecione feedback diferido. Isso permite que se o estudante terminar o teste antes da hora não tem como ver o guião de correcção antes que o teste feche (Figura 19).



The image shows a configuration interface for question behavior, divided into four sections:

- Avaliação:** Includes fields for 'Categoria na pauta' (Sem categoria), 'Nota de aprovação' (empty), 'Tentativas permitidas' (2), and 'Método de avaliação' (Nota mais alta).
- Estrutura:** Includes 'Inserir nova página' (A cada nova pergunta inserida) and a 'Mostrar mais...' button.
- Comportamento das perguntas:** Includes 'Baralhar dentro das perguntas' (Não) and 'Modo de comportamento das perguntas' (Feedback diferido). A red arrow points to the 'Feedback diferido' dropdown.
- Informação exibida na revisão do teste:** A section at the bottom with a 'Mostrar mais...' button.

Figura 19

Na informação exibida na revisão seleccione como é que pretende que o feedback seja visualizado pelos estudantes (figura 20). As opções podem ser que o estudante receba o feedback durante a realização do teste (durante a tentativa), imediatamente a seguir a tentativa (depois que termina o teste), mais tarde, embora o teste ainda possa estar a ser realizado por outros ou então após o teste fechar. O mais recomendável no nosso contexto é após o teste fechar. No fim clique em gravar alterações e voltar a disciplina.

Informação exibida na revisão do teste

Durante a tentativa	Imediatamente a seguir à tentativa
<input checked="" type="checkbox"/> Resposta submetida ?	<input type="checkbox"/> Resposta submetida
<input checked="" type="checkbox"/> Correta/Incorreta ?	<input checked="" type="checkbox"/> Correta/Incorreta
<input checked="" type="checkbox"/> Nota ?	<input type="checkbox"/> Nota
<input checked="" type="checkbox"/> Feedback específico ?	<input checked="" type="checkbox"/> Feedback específico
<input checked="" type="checkbox"/> Feedback geral ?	<input checked="" type="checkbox"/> Feedback geral
<input checked="" type="checkbox"/> Resposta correta ?	<input checked="" type="checkbox"/> Resposta correta
<input type="checkbox"/> Feedback global ?	<input type="checkbox"/> Feedback global

Mais tarde, com o teste ainda aberto	Após o teste fechar
<input type="checkbox"/> Resposta submetida	<input checked="" type="checkbox"/> Resposta submetida
<input checked="" type="checkbox"/> Correta/Incorreta	<input checked="" type="checkbox"/> Correta/Incorreta
<input type="checkbox"/> Nota	<input checked="" type="checkbox"/> Nota
<input checked="" type="checkbox"/> Feedback específico	<input type="checkbox"/> Feedback específico
<input checked="" type="checkbox"/> Feedback geral	<input type="checkbox"/> Feedback geral
<input checked="" type="checkbox"/> Resposta correta	<input type="checkbox"/> Resposta correta
<input type="checkbox"/> Feedback global	<input checked="" type="checkbox"/> Feedback global

Aparência

Mostrar fotografia do utilizador ?

Casas decimais na nota do teste ?

[Mostrar mais...](#)

Outras restrições na realização do teste



Figura 20

Terminada a configuração visualizará esta imagem



Figura 21

Então clique no símbolo de teste, em seguida clique em editar teste aparecerá a figura 22.

Teste 1

Informação



Figura 22

Para começar a colocar as perguntas do teste deve clicar em adicionar uma nova pergunta, figura 23.

Editar Teste: Teste 1

Perguntas: 0 | Teste aberto (fecha 30/03/20 às 13:20) Nota máxima 20,00 Guardar

Repaginar Selecionar vários itens Total de pontos: 0,00

Baralhar perguntas [Adicionar](#)

- + uma nova pergunta
- + da base de dados de perguntas
- + uma pergunta aleatória

Figura 23

A plataforma oferece várias opções para o tipo de perguntas que se pretende adicionar no teste, por exemplo escolha múltipla, verdadeiro e falso, perguntas de resposta curta, perguntas de desenvolvimento, entre outras, como mostra a figura 24. Clique no tipo de pergunta que deseja adicionar, preencha segundo o exemplo e no fim clique em guardar alterações.

Exemplo: pergunta de escolha múltipla

Escolha o tipo de pergunta para adicionar

PERGUNTAS

- Arrastar e largar num texto
- Arrastar e largar numa área
- Arrastar e largar numa imagem
- Correspondência
- Correspondência de respostas curtas aleatórias
- Desenvolvimento
- Escolha múltipla
- Escolha múltipla com variáveis

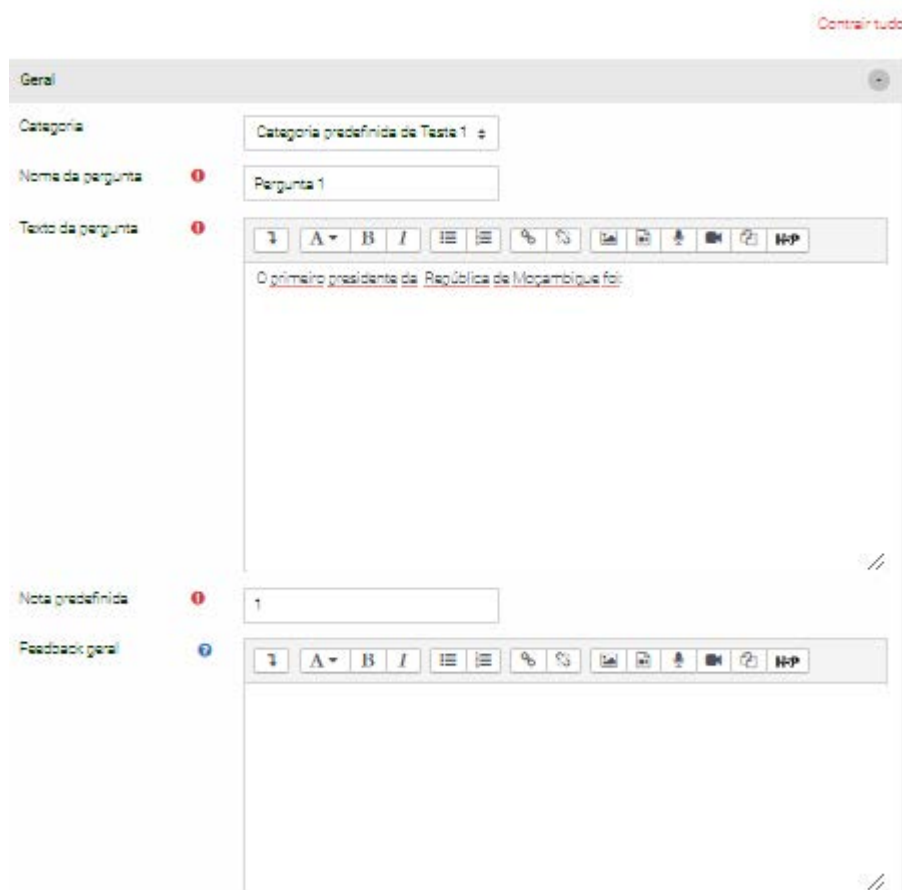
Permite a seleção de uma ou mais respostas a partir de uma lista de respostas predefinida.

Adicionar Cancelar

Figura 24

A figura 25 mostra como configurar as perguntas de escolha múltipla. Note que os testes na plataforma requerem que o docente configure, tendo já as cotações, guião de correcção, para que a plataforma corrija de forma automática as questões de escolha múltipla.

4 Adicionar Pergunta De Escolha Múltipla



Contrair tudo

Geral

Categoria: Categoria predefinida de Teste 1

Nome da pergunta: Pergunta 1

Texto da pergunta: O primeiro presidente da República de Moçambique foi:

Nota predefinida: 1

Feedback geral:

Figura 25 a

Resposta Única ou múltiplas respostas

Selecionar opções de resposta

Numerar as opções?

Respostas

Resposta 1

Avaliação:

Feedback:

Resposta 2

Avaliação:

Feedback:

Resposta 3

Avaliação:

Feedback:

Adicionar mais 3 opções de resposta

Feedback combinado

Para qualquer resposta correta

A sua resposta está correta.

Para qualquer resposta parcialmente correta

A sua resposta está parcialmente correta.

Opções

Mostrar o número de respostas corretas após a pergunta estar concluída

Para qualquer resposta incorreta

A sua resposta está incorreta.

Múltiplas tentativas

Fator de penalização

Ajuda 1

Opções de ajuda 1

Opções Limpar respostas incorretas Mostrar o número de respostas corretas

Ajuda 2

Figura 25 b

Opções de ajuda 2 Opções *Limpar respostas incorretas* Mostrar o número de respostas corretas

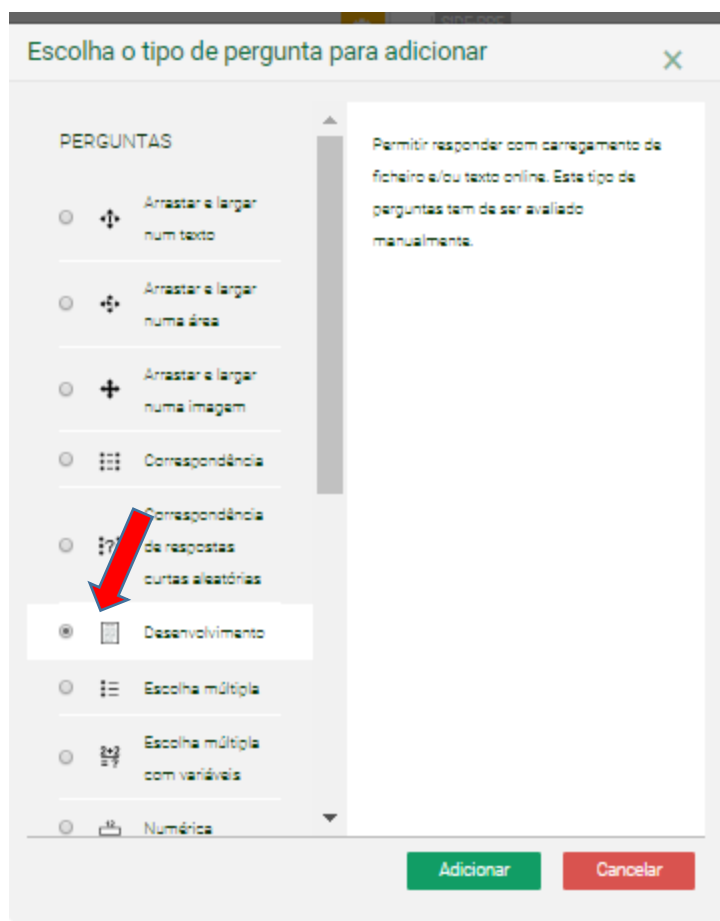
Palavras-chave

Palavras-chave Sem seleção

Seo de preenchimento obrigatório de campos assinalados com 


Figura 25 c

Exemplo: inserir pergunta de desenvolvimento



Escolha o tipo de pergunta para adicionar

PERGUNTAS

- Arrastar e largar num texto
- Arrastar e largar numa área
- Arrastar e largar numa imagem
- Correspondência
- Correspondência de respostas curtas eletrónicas
-  Desenvolvimento
- Escolha múltipla
- Escolha múltipla com variáveis
- Numérica

Permitir responder com carregamento de ficheiro e/ou texto online. Este tipo de perguntas tem de ser avaliado manualmente.

Figura 26

Em seguida aparece o formulário onde deve preencher os dados da pergunta que pretende inserir (Figura 27).

4 Adicionar Pergunta De Desenvolvimento

Expandir tudo

Geral

Categoria: Categoria predefinida de Teste 1

Nome da pergunta: Pergunta 2

Texto da pergunta: Num paragrafo escreva a biografia de Simora Machel.

Nota predefinida: 5.0

Feedback geral:

Número ID:

Opções de Resposta

Formato da resposta: Editor HTML

Exigir texto: Requerer que o aluno insira texto

Tamanho da caixa de resposta: 15 linhas

Permitir anexos: Não

Figura 27a

Permitir anexos

Exigir anexos Anexos são opcionais

Tipos de ficheiro permitidos

Modelo de resposta

Informação do Avaliador

Palavras-chave


Se o preenchimento obrigatório os campos assinalados com 

Figura 27b

Exemplo: Pergunta de Verdadeiro/ falso (Figura 28)

Escolha o tipo de pergunta para adicionar

Escolha múltipla com variáveis

Numérica

Numérica com variáveis

Numérica com variáveis simples

Resposta curta

Respostas incorporadas (cloze)

Selecionar palavras em falta

Verdadeiro/Falso

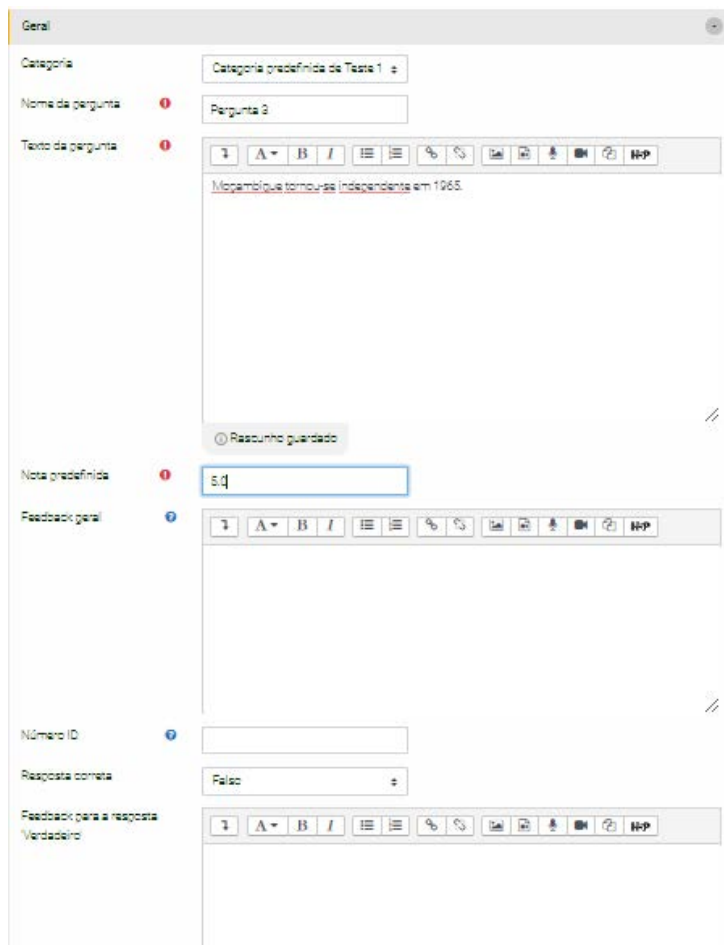
OUTRO

Descrição

Uma forma simples de uma pergunta de escolha múltipla com apenas duas opções: Verdadeiro e Falso.

Figura 28

Em seguida insere as perguntas, com a devida cotação e guião de correcção (figura 29).



The image shows a screenshot of a question editor interface. The window title is "Geral". The interface is divided into several sections:

- Categoria:** A dropdown menu showing "Categoria predefinida de Teste 1".
- Nome da pergunta:** A text input field containing "Pergunta 9".
- Texto da pergunta:** A rich text editor with a toolbar (bold, italic, underline, list, link, unlink, undo, redo, help) and a text area containing the text "Mocimboque tornou-se independente em 1965." Below the text area is a "Resumo guardado" button.
- Nota predefinida:** A text input field containing "5,0".
- Feedback geral:** A rich text editor with a toolbar and an empty text area.
- Número ID:** An empty text input field.
- Resposta correta:** A dropdown menu showing "Falso".
- Feedback para a resposta Verdadeira:** A rich text editor with a toolbar and an empty text area.

Figura 29a



UNIVERSIDADE
E D U A R D O
MONDLANE

Feedback para a resposta
'Verdadeiro'

Rich text editor toolbar with icons for undo, redo, bold, italic, text color, background color, link, unlink, list, and help. Below the toolbar is a large empty text area for feedback.

Feedback para a resposta
'Falso'

Rich text editor toolbar with icons for undo, redo, bold, italic, text color, background color, link, unlink, list, and help. Below the toolbar is a large empty text area for feedback.

Múltiplas tentativas +

Palavras-chave +

Guardar alterações e continuar a editar

Guardar alterações Cancelar

Se o preenchimento obrigatório de campos assinalados com 

29b

Para inserir perguntas de correspondência clique em correspondência (Figura 30).

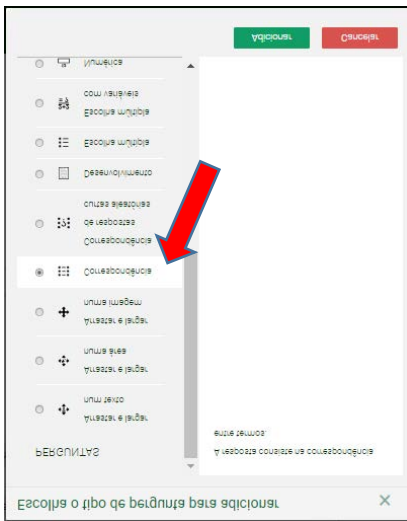


Figura 30

Em seguida preencha o formulário de inserção da pergunta segundo a figura 31.

A Adicionar Pergunta De Correspondência

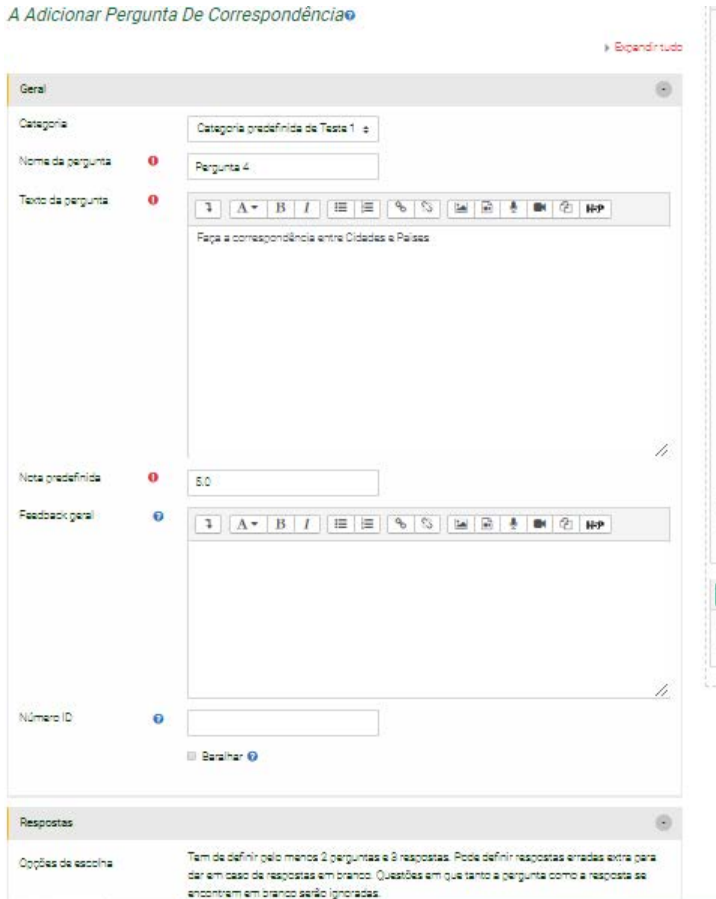


Figura 31

Opções de escolha

Tem de definir pelo menos 2 perguntas e 3 respostas. Pode definir respostas erradas extra para dar em caso de respostas em branco. Questões em que tanto a pergunta como a resposta se encontrem em branco serão ignoradas.

Pergunta 1	<input type="text" value="Maputo"/>
Resposta	<input type="text" value="Moçambique"/>
Pergunta 2	<input type="text" value="Johannesburgo"/>
Resposta	<input type="text" value="África do Sul"/>
Pergunta 3	<input type="text" value="Harare"/>
Resposta	<input type="text" value="Zimbábue"/>
Pergunta 4	<input type="text" value="Lusaka"/>
Resposta	<input type="text" value="Zâmbia"/>
Pergunta 5	<input type="text" value="Blantyre"/>
Resposta	<input type="text" value="Malawi"/>

Figura 32

Adicionar mais 3 campos em branco

Feedback combinado

Múltiplas tentativas

Fator de penalização 0%

Ajuda 1

Opções de ajuda 1

Ajuda 2

Opções de ajuda 2

Palavras-chave

Adicionar outra ajuda

Guardar alterações e continuar a editar

Guardar alterações Cancelar

Figura 33

Exemplo: Como configurar Trabalho

Para adicionar um trabalho clique no ícone de trabalho e adicionar (Figura 34).

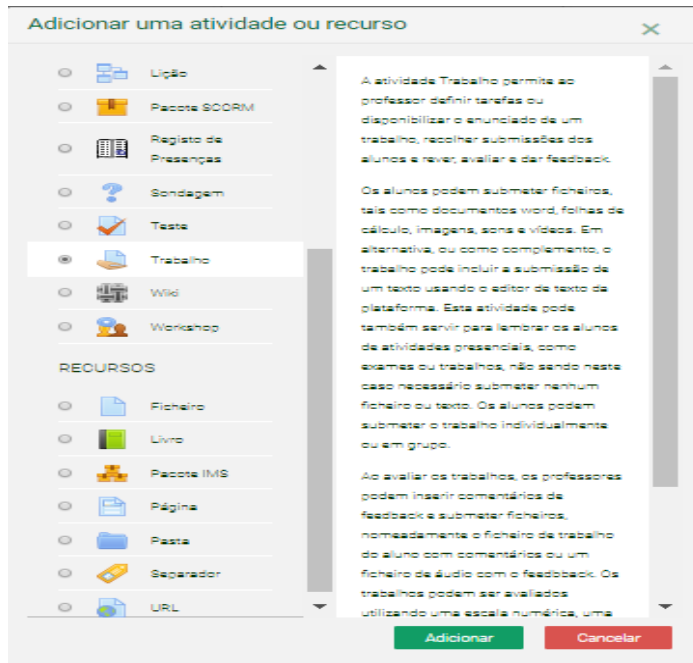


Figura 34

Aparecerá a imagem que se segue e preencha o formulário do trabalho (Figura 35).

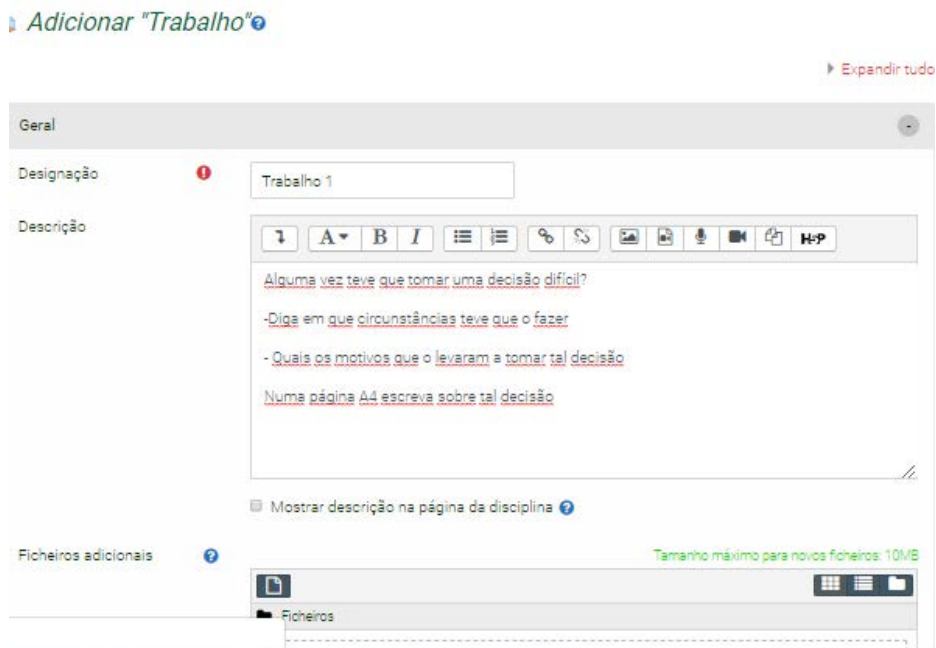


Figura 35 a

Disponibilidade

Aceitar trabalhos a partir de Ativar

Data limite para submeter trabalhos Ativar

Data de fecho Ativar

A data de fecho não pode ser anterior à data de início das submissões.

Lembrete para terminar avaliação antes de Ativar

Mostrar sempre a descrição

Tipos de submissão

Tipos de submissão Texto online Submissão de ficheiros

Número máximo de ficheiros

Tamanho máximo dos ficheiros

Tipos de ficheiro permitidos Sem seleção

Tipos de feedback

Tipos de feedback Comentários de feedback Ficheiro de avaliação Ficheiros de feedback

Comentário inserido no texto

Figura 35 b

Configurações da submissão do trabalho

Ativar o botão "Submeter o trabalho"

Os alunos têm de aceitar a declaração de submissão

Tentativas reabertas

Configurações das submissões em grupo

Notificações

Notificar submissões aos avaliadores

Notificar submissões atrasadas aos avaliadores

Configuração predefinida para "Notificar alunos"

Avaliação

Avaliação

Nota máxima

Método de avaliação

Categoria na pauta

Figura 35c

Nota de aprovação	?	<input type="text"/>
Avaliação anónima	?	<input type="text" value="Sim"/>
Ocultar para os alunos a identidade do avaliador	?	<input type="text" value="Não"/>
Usar processo de avaliação	?	<input type="text" value="Sim"/>
Usar atribuição de avaliador	?	<input type="text" value="Sim"/>

Opções gerais do módulo +

Palavras-chave +

Competências +

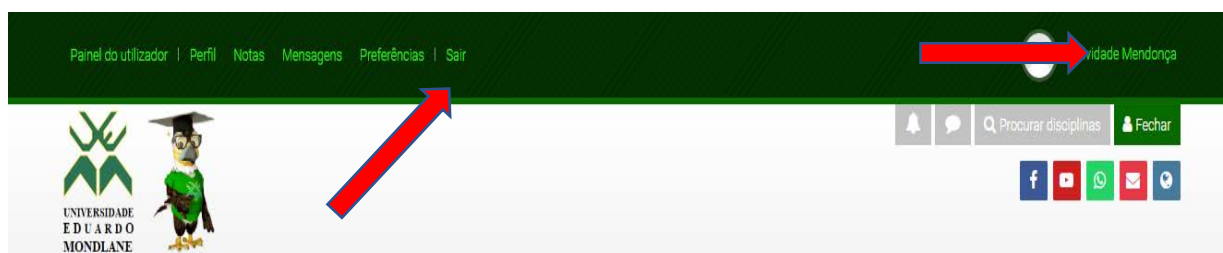
Guardar alterações e voltar à disciplina Guardar alterações e mostrar Cancelar

Figura 35d

Clique em guardar alterações e voltar à disciplina

4.5 Como sair da plataforma

Para sair da plataforma, clique no seu nome, no canto superior direito. Em seguida aparecerá um menu em cima do logo da UEM e clique em sair.



Em caso de dúvida contacte o serviço de Help Desk Pedagógico e técnico.

Email: ajudapedagogica.covid19@uem.mz

Skype: ajudapedagogica.covid19

Email: ajudatecnica.covid19@uem.mz

Skype: ajudapedagogica.covid19

Bom trabalho