



TeleGrow

Enhancing the Teleworking Digital Skills for the Middle aged employees

Módulos de Formación TeleGrow: Notas para los Formadores/as



Un manual para hacer del aprendizaje digital una experiencia inclusiva y atractiva.



Erasmus+

Proyecto financiado por: **Convocatoria 2020 Ronda 1 KA2 - Cooperación para la innovación y el intercambio de buenas prácticas/ KA226 - Alianzas para la preparación para la educación digital**

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.

Índice

1. Introducción al manual: antecedentes, grupos destinatarios e impacto esperado	2
2. Objetivo del manual	4
3. Parte central.....	5
Capítulo 1: Adecuación esperada del alumnado/resultados de aprendizaje	5
Capítulo 2 – Técnicas y métodos de participación	10
Capítulo 3 – Accesibilidad e inclusión en los procesos de aprendizaje.....	17
Capítulo 4 – Actividades prácticas y herramientas útiles	19
4. TeleGrow LTTA y Testimonios	30
5. Referencias.....	33

1. Introducción al manual: antecedentes, grupos destinatarios e impacto esperado

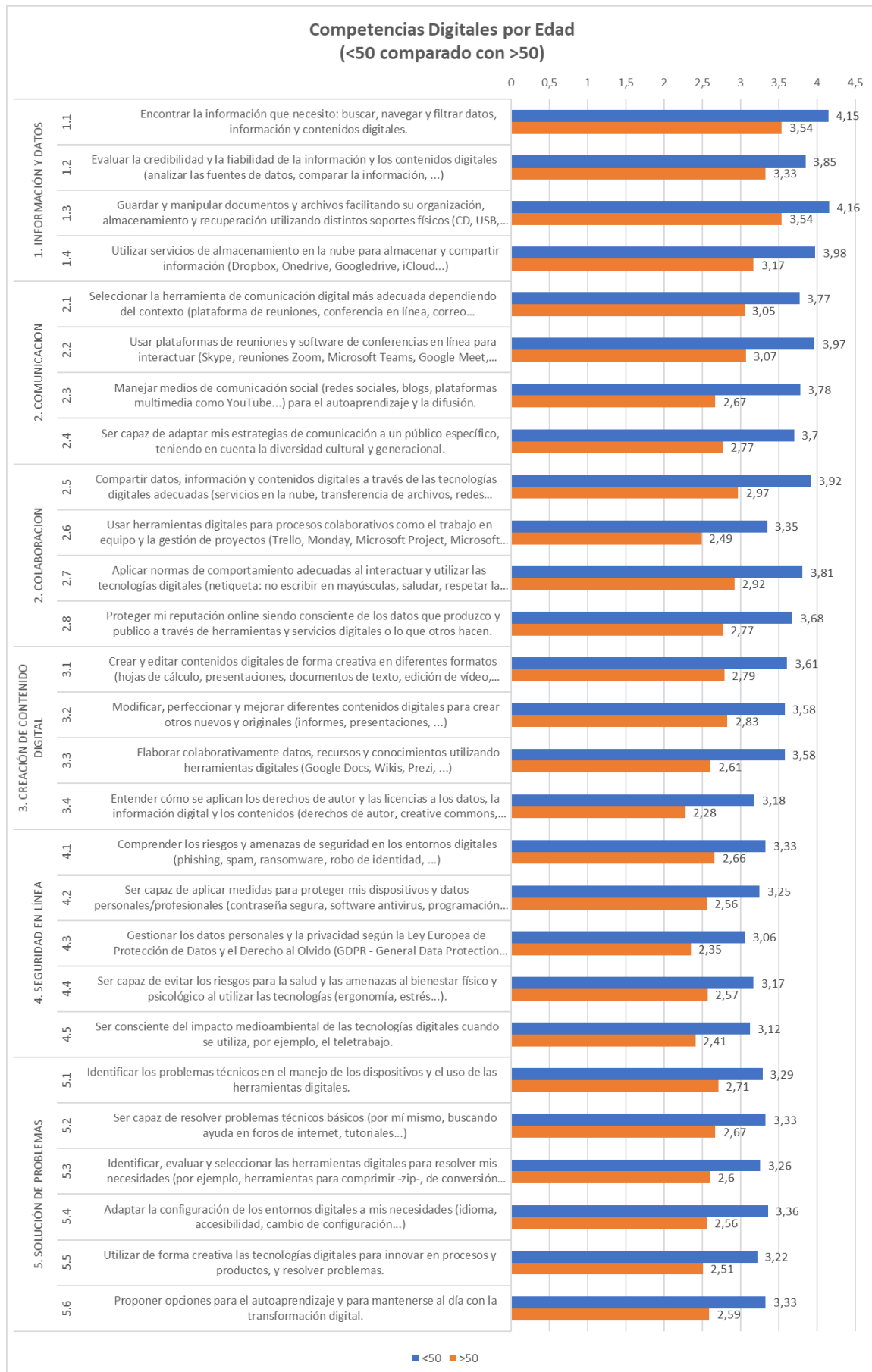
Debido a Covid-19, el aprendizaje en línea se ha convertido en la nueva normalidad en la Formación Profesional (FP). Sin embargo, los materiales y herramientas educativas disponibles para los formadores/as de FP relacionadas con la educación en competencias digitales son muy limitadas y existe una necesidad urgente por parte de la comunidad de FP y las instituciones de la UE, como CEDEFOP, de producir estos materiales. Los formadores/as de FP también carecen de habilidades y conocimientos digitales sobre el uso responsable de las tecnologías digitales y la seguridad en línea del alumnado de FP (Brecha digital durante Covid19, CEDEFOP, 2020).

Como evidenció la fase de investigación del proyecto TeleGrow (consulte el [PDF](#) y [el informe interactivo](#) publicado en la [página web del proyecto](#)), los estudiantes de FP de más de 50 años tienen las habilidades digitales más bajas que las personas más jóvenes. Los Módulos de Formación de TeleGrow están dirigidos específicamente a este grupo objetivo para superar la brecha digital, aunque también pueden ser utilizados por personas más jóvenes para mejorar sus habilidades.

El núcleo de la investigación de TeleGrow se desarrolló a través de cuestionarios. Se analizaron las habilidades digitales en las que se deben formar los estudiantes de FP y los empleados mayores de 50 años y las estrategias de aprendizaje que los formadores/as de FP deben utilizar para enseñarles de manera eficiente. Los Módulos de formación de TeleGrow y este documento de notas para formadores/as se han desarrollado en base a los principales hallazgos de la fase de investigación.

Los Módulos de Formación se basan en el Marco Europeo de Competencias Digitales para Ciudadanos (DigComp) publicado por Carrero et al. (2017). El modelo DigComp 2.1. ofrece una herramienta para mejorar la competencia digital de los ciudadanos. DigComp se publicó inicialmente en 2013 y se ha convertido en un punto de referencia para muchas iniciativas tanto a nivel europeo como de los estados miembros de la UE.

El siguiente gráfico muestra la brecha de habilidades digitales para los mayores de 50 años, obtenido de la investigación de TeleGrow basada en DigComp.



Los módulos de formación de TeleGrow ayudarán a cerrar esta brecha existente mejorando las habilidades digitales de las personas mayores de 50 años para que puedan mantenerse al día en la era de la transformación digital. De hecho, los módulos de formación desarrollados dotarán a los formadores/as de FP con las herramientas y los conocimientos necesarios para ayudar a los empleados de mediana edad a afrontar los retos derivados del repentino cambio reciente al trabajo en línea y remoto, ayudándoles a desarrollar habilidades digitales y, por tanto, fomentando sus oportunidades de aprendizaje y empleabilidad y cambios en la vida laboral hiper competitiva contemporánea.

Este documento dirigido a Formadores/as es un complemento de los Módulos de formación de TeleGrow, para contribuir a que el proyecto logre sus objetivos.

Grupos destinatarios:

Principales: formadores/as de FP, institutos de FP y otros proveedores relevantes

Secundarios: Alumnado de FP, especialmente aquellos mayores de 50 años.

2. Objetivo del manual

El propósito de este manual es proporcionar a los formadores/as y proveedores de FP recursos y pautas útiles para aprovechar al máximo los módulos de formación de TeleGrow para estudiantes de FP. Incluye valiosa información sobre:

- Las habilidades que adquirirá el alumnado después de realizar los módulos.
- Técnicas educativas que deben seguir los formadores/as de FP para acercar e incluir a los estudiantes de mediana edad en los procesos educativos.
- Cómo crear un entorno formativo, inclusivo y accesible para mayores de 50.
- Actividades prácticas, recursos de aprendizaje y herramientas para apoyar la impartición de los módulos y alentar al alumnado a través de actividades autorreguladas y tareas a realizar. Parte de las actividades se pusieron a prueba durante la Actividad de Aprendizaje, Enseñanza y Formación (LTTA en sus siglas en inglés) que se llevó a cabo en Larissa, Grecia, en septiembre de 2022.

3. Parte central

Capítulo 1: Adecuación esperada del alumnado/resultados de aprendizaje

Después de completar la formación proporcionada por los **Módulos de Formación de TeleGrow**, el alumnado logrará adquirir conocimientos y habilidades que resultarán muy útiles en condiciones laborales que involucran el teletrabajo.

En general, se espera que el alumnado sean conscientes de los beneficios que puede derivar para ellos del teletrabajo en su rutina laboral diaria, que estén informados sobre las perspectivas y los desafíos que se derivan del uso de las tecnologías digitales desde el punto de vista ambiental, que comprendan las nociones incluidas en el concepto de alfabetización informacional y de datos y, finalmente, podrán no solo saber cómo un entorno de teletrabajo puede ayudarles a ser productivos y eficientes, sino también cómo montar uno que cubra sus necesidades de teletrabajo.

Los módulos de formación están estructurados bajo un paquete de formación modular común y cubren una amplia variedad de temas, desde comunicación y colaboración digital y habilidades digitales hasta privacidad y seguridad digital.

Los Módulos de Formación de TeleGrow cubren todas las áreas de DigComp enfatizando y profundizando en aquellas que hemos identificado como habilidades clave para el teletrabajo.

DigComp – Marco de Competencias Digitales para Áreas Ciudadanas	TeleGrow Módulos de Formación
1. Información y alfabetización de datos	1. Bienvenidos a la Transformación Digital 2. Conceptos básicos de TI
2. Comunicación y colaboración	3. Comunicación digital y colaboración 5. Herramientas de gestión de proyectos digitales
3. Creación de contenidos digitales	4. Gestión de redes sociales
4. Seguridad	6. Conceptos básicos de seguridad en línea
5. Resolución de problemas	<i>Incluido en la Guía de TeleGrow: How to stay gOLD</i>

Resultados de aprendizaje de los módulos de formación en habilidades digitales

Documento de notas para
los formadores/as



El primer módulo es una introducción a los módulos de formación de TeleGrow, titulado **Bienvenido a la transformación digital**, que destaca los beneficios de implementar el teletrabajo en la rutina de la jornada laboral. También proporciona al alumnado información útil sobre las perspectivas ecológicas y los desafíos que conlleva el uso de tecnologías digitales. El alumnado aprenderá cómo crear un entorno de trabajo desde casa para mejorar su productividad y eficacia laboral. Además, adquirirá un conocimiento básico de qué es la alfabetización informacional y de datos y cuáles son los principales conceptos y nociones relevantes.

Con respecto a los conceptos **básicos de tecnología de la información**, el alumnado podrá familiarizarse con estrategias para la búsqueda de información de acuerdo con sus necesidades, con los conceptos de la cuarta revolución industrial, diversas tecnologías, hardware y software, y con la terminología de redes, tecnología móvil y computación en la nube, aprendiendo así a guardar archivos y organizar su espacio digital ya sea en hardware (USBs, discos duros, etc.) o en la nube (por ejemplo, Google

Drive, Dropbox, etc.). Además, aprenderán cómo realizar instalaciones de dispositivos, programas y aplicaciones en cualquiera de sus dispositivos electrónicos y cómo conectarse a Internet. Finalmente, el alumnado será capaz de evaluar la información y el contenido digital en términos de confiabilidad.

Sobre **comunicación digital y colaboración**, el alumnado conocerá las plataformas de reuniones y herramientas de conferencias, cómo trabajar en colaboración con documentos; es decir, crear, compartir, coeditar, buscar y firmar documentos electrónicamente, y también utilizar los correos electrónicos de manera eficiente. Además, aprenderán sobre la netiqueta o cómo aplicar normas de comportamiento mientras interactúan y usan tecnologías digitales.

Con respecto a **la gestión** de redes sociales, el alumnado podrá reconocer las diferentes herramientas de redes sociales y sus posibilidades y desarrollar una estrategia eligiendo la herramienta adecuada según el grupo objetivo. Además, conocerán herramientas de comunicación útiles para la difusión y la gestión del marketing digital. Las reglas básicas de derechos de autor y cómo aplicarlas, también se encuentran entre los elementos de aprendizaje incluidos en este módulo.

Después de completar el módulo **de herramientas de gestión de proyectos digitales**, el alumnado podrá manejar los conceptos principales de la gestión de proyectos en un contexto digital, elegir la herramienta más adecuada para gestionar las tareas del proyecto de acuerdo con sus necesidades y manejar los conceptos básicos de la gestión LEAN. Además, serán capaces de utilizar herramientas colaborativas, organizar el trabajo en línea con equipos de forma colaborativa, pudiendo planificar, compartir, desarrollar y reportar el trabajo realizado con la ayuda de herramientas digitales.

En materia de ciberseguridad, tras el Módulo **Conceptos Básicos de Seguridad en Línea**, el alumnado conocerá las diferencias entre el spam, phishing, piratería y ransomware y cómo funcionan, pudiendo así reconocerlos cuando ocurren y, en consecuencia, protegerse tomando las medidas de seguridad adecuadas. Además, el alumnado se introducirá el Reglamento General de Protección de Datos (GDPR) y la

protección de la información personal y, finalmente, serán capaces de configurar un entorno de trabajo ciberseguro desde casa.

Estructura de los módulos de formación en habilidades digitales de TeleGrow

El curso de formación está organizado en un viaje modular estructurado. Esto garantiza que sea lo más flexible posible para ser utilizado por proveedores de FP en toda la UE.

Cada módulo constará de las siguientes secciones separadas, que incluyen hojas de trabajo, estudios de casos y actividades prácticas que los formadores/as y proveedores de FP pueden usar para mejorar las habilidades de los estudiantes de FP.

- Introducción al tema
- Objetivos de aprendizaje
- Contenido de aprendizaje que incluye actividades prácticas.
- Referencias

Contenido de los módulos de formación en habilidades digitales de TeleGrow

MÓDULO	CONTENIDO
1	<p>Introducción: Bienvenidos a la Transformación Digital</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teletrabajo: abrir nuevas oportunidades para estudiantes y formadores/as 2. Perspectivas verdes del uso de tecnologías digitales 3. Introducción a la alfabetización de la información y los datos 4. Crear un entorno eficiente de trabajo desde casa 5. Actividad práctica / Hoja de trabajo y herramientas útiles
2	<p>Conceptos básicos de TI</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Alfabetización informacional 2. Hardware software 3. Terminología de redes 4. Almacenamiento de datos 5. La Cuarta Revolución Industrial 6. Actividad práctica/hoja de trabajo y herramientas útiles

MÓDULO	CONTENIDO
3	<p>Comunicación digital y colaboración</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Plataformas de reunión 2. Conferencias en línea 3. presentaciones digitales 4. Cómo configurar y usar correos electrónicos 5. Aplicar normas de comportamiento al interactuar y usar tecnologías digitales. 6. Actividad práctica/Hoja de trabajo y herramientas útiles
4	<p>Gestión de redes sociales</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Apps y redes para la difusión 2. Crear impacto a través de herramientas digitales: cómo usar las redes sociales para crear impacto 3. Herramientas para potenciar su trabajo y gestionar su marketing 4. Derechos de autor y licencias aplicadas a datos, información digital y contenido 5. Actividad práctica/Hoja de trabajo y herramientas útiles
5	<p>Herramientas de gestión de proyectos digitales</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Plataformas de Gestión de Proyectos - Automatización de tareas rutinarias “diarias” 2. Tutoría interna y supervisión 3. Plataformas gerenciales multitarea 4. Aplicaciones dedicadas a tareas específicas 5. Actividad práctica/Hoja de trabajo y herramientas útiles
6	<p>Conceptos básicos de seguridad en línea</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Correo no deseado y phishing 2. Hackeo, ransomware, robo de identidad 3. Conexión segura a Internet 4. GDPR y seguridad de la información personal 5. Actividad práctica

Capítulo 2 – Técnicas y métodos de participación

El brote de la pandemia de Covid-19 ha obligado a los empleados mayores de 50 años a mejorar digitalmente para hacer frente a las demandas del surgimiento del teletrabajo. Sin embargo, todavía existe un problema de brecha digital para esas personas que debe abordarse (Hecker et al., 2021). Por lo tanto, los proveedores de FP (formadores/as, institutos, etc.) deberían poder facilitarlos en sus intentos de cerrar la brecha de habilidades digitales que enfrentan y ser lo más eficientes posible cuando teletrabajan.

Las características de los adultos como aprendices son diferentes y necesitan una estrategia didáctica específica. La investigación de TeleGrow ha mostrado las estrategias que los formadores/as de FP consideran más eficientes para entrenar las habilidades digitales de los estudiantes mayores de 50 años. Los proveedores de FP piensan que la mejor manera de enseñar habilidades digitales a los mayores de 50 años es motivarlos dando sentido a estos conocimientos en su entorno de trabajo, al mismo tiempo que se les brinda asesoramiento y orientación constante durante el proceso de aprendizaje, así como un seguimiento del progreso de los estudiantes. y dándoles retroalimentación.

La siguiente tabla muestra los resultados del cuestionario de formadores/as de FP de cada socio de país y la media de todas las respuestas recopiladas. La versión interactiva se puede consultar en la web del proyecto: [Cuestionarios - TeleGrow](#)

Q21. Indique su nivel de conformidad con las siguientes afirmaciones sobre cómo podríamos ofrecer una formación digital más eficiente al alumnado mayor de 50 años.	Francia	Grecia	Italia	Polonia	España	Total
Hacer que el aprendizaje sea relevante para su trabajo y su empleabilidad	4,39	4,7	4,1	4	4,41	4,34
Ofrecer un horario flexible	4,24	4,17	4,1	4,03	4,38	4,24
Promover la participación activa y la interacción social (por ejemplo, debates en pequeños grupos, juegos de rol, experimentos, etc.)	4,3	4,53	4,2	4,03	4,05	4,17
Integrar sus experiencias y conocimientos vitales en las actividades de aprendizaje	4,27	4,7	4,2	3,97	4,31	4,29
Proporcionar asistencia y orientación para resolver problemas y dificultades	4,36	4,57	4,15	4,23	4,48	4,38
Utilizar una variedad de métodos de enseñanza y aprendizaje, incluido el aprendizaje práctico (ej. estudios de casos, simulación, juegos, resolución de problemas, ...)	4,36	4,73	4,17	4,03	4,34	4,32
Proporcionar herramientas de autoevaluación	4,09	4,07	4,17	4	3,98	4,04
Proporcionar un entorno de aprendizaje que ofrezca múltiples recursos y la posibilidad de hacer preguntas y corregir errores	4,39	4,53	4,15	4,13	4,31	4,3
Controlar el progreso del alumnado y proporcionar una retroalimentación eficaz	4,48	4,3	4,1	4,27	4,48	4,36

TeleGrow 2021: Tabla 5.2.1. Estrategias para proporcionar Formación digital eficiente por país

Las siguientes son algunas técnicas y métodos de participación que los proveedores de FP pueden utilizar mientras capacitan a los empleados mayores de 50 años para mejorar sus habilidades digitales.

→ **Flexibilidad en el proceso educativo**

Las personas mayores necesitan flexibilidad en sus esfuerzos por cumplir con sus características, preferencias, motivaciones y metas como aprendices. Por lo tanto, un formador/a debe observar sus características de aprendizaje (p. ej., conocimiento,



valores, motivación, capacidad cognitiva, habilidades y curiosidad) para establecer un entorno apropiado respectivo que esté en línea con sus necesidades (Alex et al., 2007).

Además, estos alumnos/as deberían poder conectar sus actividades de aprendizaje con las necesidades de su vida diaria (LeNoue et al., 2011). Por lo tanto, los estudiantes mayores necesitan recibir el contenido de aprendizaje con flexibilidad.

Los formadores/as pueden ayudar al alumnado de mayor edad a participar en un proceso educativo flexible siguiendo el modelo presentado por Cornelius et al. (2011), en el que habrá actividades de aprendizaje como **artículos de investigación con preguntas** relevantes , **cuestionarios** al final de los cuales habrá una **comparación y discusión de sus resultados** , **discusión de estudios de casos** y desarrollo de estrategias al respecto, **provisión de una definición para un término clave** al trabajar en colaboración, y también se les proporciona la **búsqueda y el intercambio de fuentes** sobre un tema específico. Este tipo de actividades se pueden realizar de forma **individual o colaborativa**, en grupos o con todo el grupo guiado por un instructor. Además, estas actividades pueden ser autodirigidas, en las que el alumnado puede participar de forma autónoma en función de sus conocimientos e intereses, ya que no existen pautas específicas para su realización (Cornelius et al., 2011).

Los formadores/as pueden ayudar a los estudiantes mayores en su camino de aprendizaje fomentando la autoevaluación durante **los descansos frecuentes** de las actividades, **la autorreflexión sobre los** conocimientos y habilidades adquiridos, **la revisión de su enfoque** si es necesario y la colaboración en la selección de problemas o desafíos profesionales que necesitan. a tratar. Luego, los formadores/as deben asignar tareas al alumnado que brinden oportunidades para futuras investigaciones colaborativas y el desarrollo de su estructura narrativa para los recursos. Este modelo se puede utilizar tanto en entornos de clase invertida como en línea (Cornelius et al., 2011).

→ **Sin jergas tecnológicas**



La jerga es un término que describe palabras y frases que no tendrán sentido si se usan fuera de contexto. Por lo general, es entendido por aquellos con antecedentes respectivos y simplifica su comunicación. Por lo tanto, no es para todos, ya que existe la necesidad de utilizar **palabras más comprensibles** en el contexto respectivo (Brooks, 2020). En cuanto a la tecnología, que está presente en la vida cotidiana de todas las personas, la jerga es abundante. Sin embargo, esta terminología específica de la tecnología puede representar una barrera adicional para las personas mayores cuando se conectan a Internet o usan aplicaciones. Por lo tanto, un formador/a de esas personas necesita averiguar su conocimiento de la tecnología sobre cómo usar terminología y conceptos integrales (Focus Care, 2020).

Una técnica simple que un formador/a puede usar para evitar la jerga técnica al tratar con estudiantes mayores se puede presentar bajo las siguientes sugerencias:

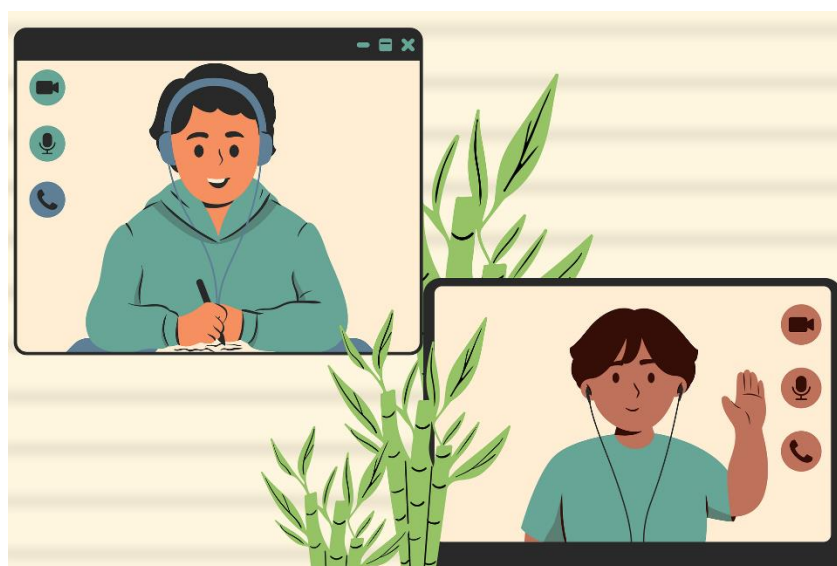
- Identifique a la audiencia y utilice un lenguaje comprensible para ambos y acorde con su nivel de conocimiento.
- Evite el uso de lenguaje sofisticado en el contexto tecnológico, ya que el uso de lenguaje sencillo y terminología simple es una forma más directa de dirigirse

a los estudiantes mayores y ayudarlos a prestar más atención y seguir el proceso de aprendizaje.

- Haga oraciones más cortas, ya que son fácilmente comprensibles y memorables para los estudiantes mayores.
- Evite el uso de siglas o cualquier tipo de palabras de moda.
- Edite las pautas o instrucciones escritas para que sean más precisas y comprensibles para los estudiantes mayores.

→ **Ritmo de aprendizaje y repetición**

Los formadores/as deben ser conscientes de la necesidad que tiene el alumnado de mayor edad de aprender a su propio ritmo, ya que, por lo general, los empleados no tienen el tiempo necesario para ello. Sin embargo, tener la opción de tomar su propia decisión sobre el tiempo dedicado al aprendizaje y el ritmo del mismo es crucial para cualquier programa de formación respectivo. Una estrategia relevante y útil que los formadores/as deben alentar al alumnado a adoptar es **el aprendizaje autodirigido**, que ayuda a estos últimos a aumentar la retención de conocimientos mientras se ocupan de los objetivos de aprendizaje que **les plantean un desafío**. Además, un alumno/a autodirigido puede navegar entre diferentes temas y evitar los ya conocidos sin obstruir o dictar el proceso de aprendizaje de los demás.



Los formadores/as también deberían fomentar el **eLearning como una opción para que el alumnado de mayor edad aplique su propio ritmo a su proceso de aprendizaje**. Dado que se puede acceder fácilmente al contenido de aprendizaje en línea a través de dispositivos electrónicos, eLearning permitirá al alumnado administrar el tiempo que dedican al aprendizaje cuando mejor les convenga. Además, los formadores/as deben sugerir al alumnado de mayor edad que divida el contenido de su formación en secciones más pequeñas, para que sean más comprensibles y puedan completarse a su conveniencia en cuestión de horas, no de días enteros o semanas (Avelino, 2022).

En cuanto a **la repetición** como método de participación, se puede implementar fácilmente a través de **ejercicios prácticos** que se pueden aplicar en el contexto digital. Similar a un contexto de aprendizaje tradicional, la repetición hace que el alumnado de mayor edad sea capaz de comprender completamente el conocimiento recién adquirido y recordarlo de manera óptima. Para una estrategia de repetición exitosa, los formador/aes deben preparar ciertas **actividades o contenidos paso a paso** que puedan repetirse fácilmente, mientras recuerdan al alumnado los puntos y elementos significativos a lo largo de este proceso de aprendizaje (Pappas, 2021).

→ **Refuerzo positivo**

Si bien las personas mayores están en el proceso de desarrollar habilidades digitales, la falta de confianza es un desafío importante para ellos en cuanto a utilizar las opciones de hardware y software disponibles y hacer un buen uso de ellas. Además, un desafío adicional en los lugares de trabajo puede ser la discriminación por edad y la consiguiente discriminación (Quan- Haase et al., 2018). Por lo tanto, sus entrenadores deben implementar una **estrategia de fomento de la confianza** que se utilizará como refuerzo positivo para superar la falta de confianza.

Una técnica útil de fomento de la confianza que ayudará a los estudiantes mayores a adquirir confianza digital es **Transformar el diálogo interno negativo**. Más detalladamente, el formador/a debe proporcionar a este grupo de personas hojas de papel y pedirles que las dividan en tres columnas. Luego, los formador/aes deben

alentarlos a completarlos de la siguiente manera: la columna del medio debe incluir declaraciones de diálogo interno negativo sobre el uso de tecnologías digitales, mientras que la columna de la izquierda debe incluir lo que provocó este diálogo interno negativo. En consecuencia, se deben realizar todas las acciones que condujeron a la falta de confianza. Finalmente, la columna de la derecha deberá ser rellenada con frases positivas que sustituirán a las negativas iniciales (Cullins, 2021).

→ **Itinerarios de aprendizaje personalizados según sus necesidades profesionales**



El concepto de rutas de aprendizaje personalizadas está asociado con las hojas de ruta que el alumnado desarrolla para lograr sus objetivos de aprendizaje. Generalmente asistido por un entrenador, el desarrollo de estos caminos está en línea con los estándares del alumnado y los ayuda a progresar junto con sus carreras y su vida. Los itinerarios de aprendizaje

personalizados son creados conjuntamente por formadores/as y alumnado y ayudan a estos últimos a desarrollar habilidades clave, como las digitales. Este proceso se puede dividir en los siguientes cuatro pasos:

Paso 1: el desarrollo de **objetivos de aprendizaje personales**, para los cuales el formador/a y el alumnado colaboran para establecer objetivos a corto, mediano y largo plazo, mientras que los resultados esperados deben asociarse con los de mediano y largo plazo, proporcionando así un camino de aprendizaje específico. para los aprendices

Paso 2: la selección de **actividades y recursos** que ayuden al proceso de aprendizaje, que también debe ser el resultado de la colaboración entre formador/a y alumnado, con el objetivo de ayudar a este último a alcanzar sus objetivos de aprendizaje individuales.

Paso 3: la identificación de **marcadores** que indican el **progreso** realizado por el alumnado con respecto al logro de sus objetivos de aprendizaje. Estos marcadores serán una herramienta de evaluación formativa que utiliza los datos respectivos y ayuda al alumnado a centrarse en todo el proceso de aprendizaje, en lugar de las actividades y tareas en curso. Además, los marcadores de progreso permiten que tanto los formador/aes como el alumnado modifiquen la ruta de aprendizaje si es necesario.

Paso 4: la definición de la forma en que se demostrará el aprendizaje, ya que en las primeras etapas el alumnado confía en los formador/aes con respecto a la evaluación, mientras que a medida que avanzan en el camino del aprendizaje, están más comprometidos con el cumplimiento de sus objetivos de aprendizaje y es probable que identifiquen demostraciones y representaciones de aprendizaje (Promesa Digital, nd).

El siguiente es un marco indicativo de la co-creación de formadores/as-alumnado de un **camino de aprendizaje personalizado** para estos últimos que Digital Promise (nd) propone:

Dónde estoy ahora...

- Progreso basado en la competencia: (¿Cómo podría el alumnado reflexionar sobre su resultado de aprendizaje?)

Lo que voy a aprender...

- Objetivo de aprendizaje personalizado: (¿Cómo podría el alumnado establecer un objetivo para el resultado del aprendizaje?)

Cómo voy a aprenderlo...

- Ruta de aprendizaje personalizada: (¿Qué oportunidades de aprendizaje u opciones podría elegir el alumnado?)

Cómo voy a mostrar lo que he aprendido...

- Progreso basado en la competencia (¿Cómo pueden los estudiantes tener opciones sobre cómo y cuándo demostrar la competencia?) (Promesa digital, sin fecha).

Capítulo 3 – Accesibilidad e inclusión en los procesos de aprendizaje

TeleGrow tiene como objetivo crear un entorno de teleformación y teletrabajo, inclusivo y accesible para todos, que maximizará la eficiencia de los usuarios y salvaguardará la salud pública.

La enseñanza inclusiva se refiere a la pedagogía que intenta satisfacer las necesidades de todo el alumnado, independientemente de su origen o identidad, y respalda su compromiso con el material de la materia (Estrategias de enseñanza inclusiva, 2022).

El modelo educativo para la alfabetización digital de las personas mayores debe desarrollarse en el marco de un aprendizaje personalizado, cooperativo, colaborativo y significativo, que les proporcione las herramientas básicas como punto de partida y fuente de motivación para que adopten las TIC como parte de su vida. Asimismo, esta debe basarse en la andrología, tomando en consideración las características biológicas, psicológicas y sociales propias de su edad (Baltaci , 2021).

TeleGrow ha mostrado las barreras más importantes para enseñar habilidades digitales a estudiantes mayores de 50 años, que los formadores/as deben tener en cuenta al diseñar un viaje de aprendizaje inclusivo.

Q20. ¿Cuáles son los obstáculos que considera más importantes en la formación en competencias digitales para personas adultas (+50)?	Francia	Grecia	Italia	Polonia	España	Total
Falta de confianza	3,58	2,9	3,54	3,27	3,72	3,5
Falta de motivación	3,27	4	3,2	3,6	3,38	3,44
Falta de tiempo	3,67	3,03	2,8	3,57	3,35	3,28
Falta de equipamiento técnico	4	3,5	3,32	3,77	3,34	3,51
Actitudes negativas hacia el uso de la tecnología	3,82	2,7	3,54	3,33	3,41	3,39
Percepción de irrelevancia (falta de beneficios tangibles)	3,55	4,4	3,37	3,57	3,21	3,49
Limitaciones económicas	3,67	3,6	2,83	3,37	2,83	3,12
Falta de conocimientos digitales básicos para aprender eficazmente	4,03	2,8	3,88	3,53	3,71	3,64
Falta de apoyo (de formadores, compañeros/as, familia, etc.)	3,88	3,07	3,78	3,47	3,47	3,53
Falta de cursos de enseñanza adecuados (por ejemplo, un programa de estudios pertinente y una metodología adaptada a la edad)	4	3,73	3,68	3,5	3,43	3,61

TeleGrow 2021: Tabla 5.20:
Barreras para el desarrollo de estudiantes de más de 50 habilidades digitales por país

Finalmente, el docente es un elemento fundamental en cualquier proceso de enseñanza-aprendizaje, especialmente en el caso de la formación de adultos, donde juega un papel fundamental para conseguir el equilibrio entre el alumnado, el grupo y sus necesidades y mantener o incrementar su motivación, lo que es fundamental para la formación de los adultos mayores (Baltaci, 2021).

La accesibilidad en educación se refiere al hecho de que todas las personas puedan acceder a la formación, independientemente de sus capacidades técnicas, cognitivas o físicas. Depende de los formadores/as diseñar cursos, actividades y materiales, teniendo en cuenta las principales barreras del alumnado.

Las primeras barreras que se deben considerar con respecto a la accesibilidad y el aprendizaje en línea para estudiantes mayores de 50 años son las relacionadas con la tecnología. Por lo tanto, lo alentamos a que piense de manera más amplia sobre el entorno de aprendizaje. Como formadores/as, es importante tomar conciencia de la necesidad de promover la accesibilidad universal a través de la educación. Podemos contribuir a ello teniendo en cuenta una serie de requisitos básicos, por ejemplo, en la creación de contenidos digitales. Herramientas como Microsoft Word o Acrobat Reader tienen funcionalidades para comprobar la accesibilidad de un texto o un documento PDF.

También es importante conocer la existencia de herramientas tecnológicas que permitan realizar conversiones de formato y contenido a otros más accesibles, acordes a sus capacidades. Por ejemplo, podemos convertir un documento de texto a un formato de audio o agregar una transcripción a un archivo de audio.

A continuación, mencionamos algunas herramientas enfocadas a personas con problemas visuales o auditivos:

- Microsoft Lens: una aplicación para Android e iOS que nos permite hacer una foto de cualquier documento en papel que contenga texto o seleccionar una imagen de nuestro móvil y reconocer el texto incluido, leerlo e incluso exportarlo como documento de Microsoft Word o PDF.
- TalkBack : un lector de pantalla de Android.
- Talkie: una extensión del navegador que permite seleccionar un texto y pasarlo a voz.
- ListenAll : una aplicación para Android e iOS que nos permite reconocer la voz y convertirla en texto.
- IBM Watson Speech to Text: transcribe audio a texto.

Capítulo 4 – Actividades prácticas y herramientas útiles

En este capítulo, te ofrecemos diferentes actividades que han sido probadas con los estudiantes para estimular y practicar diferentes habilidades digitales y blandas.

Recuerda que cada módulo de formación de habilidades digitales de TeleGrow incluye un capítulo con actividades prácticas que puedes usar para enseñar estas habilidades digitales.

También te recomendamos que utilices las actividades de autoevaluación incluidas en TeleGrow Hub para cada módulo para realizar una actividad de evaluación colectiva.

Título de la unidad	A.1.1
Título de la actividad práctica	Transformar el diálogo interno negativo
Objetivo de la actividad	<p>El diálogo interno negativo es cualquier diálogo interno que podría estar limitando su capacidad de creer en usted mismo y en sus propias habilidades para alcanzar su potencial.</p> <p>Es cualquier pensamiento que te reduce a ti y a tu capacidad para hacer cambios positivos en tu vida o tu confianza en tu capacidad para hacerlo.</p> <p>El diálogo interno negativo a menudo tiene su origen en una baja autoestima. Aprender a reconocer qué lo desencadena y cómo reformular estos pensamientos de manera positiva podría conducir a aumentar la confianza. Por lo tanto, el alumnado puede trabajar para reemplazarlos con pensamientos más empoderadores siguiendo el proceso a continuación.</p>
Descripción	<p>El proceso de transformar el diálogo interno negativo en positivo comienza dividiendo una hoja de papel en tres columnas de la siguiente manera, comenzando por la del medio:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Columna central</i> : aquí el alumnado debe enumerar el diálogo interno negativo que se encuentran usando cuando se trata de su uso de la tecnología.

	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Columna izquierda</i> : aquí el alumnado debe enumerar qué situaciones o pensamientos desencadenan el diálogo interno negativo incluido en la columna central. - <i>Columna derecha</i> : aquí el alumnado debe enumerar una declaración de diálogo interno positivo que corresponda y responda al diálogo interno negativo inicial <p>Pida a los estudiantes que realicen la actividad individualmente y luego compartan los resultados en parejas o en grupos.</p>
--	--

Título de la unidad	A.1.2
Título de la actividad práctica	Identificación de habilidades duras y blandas
Objetivo de la actividad	El mercado laboral exige que los trabajadores tengan habilidades tanto duras como blandas. El objetivo de esta actividad es hacer que el alumnado entienda la diferencia entre habilidades duras y blandas, y que reflexionen sobre sus propias habilidades.
Descripción	<ol style="list-style-type: none"> 1. Facilite una definición de habilidades duras y blandas: <ul style="list-style-type: none"> • Las habilidades duras son cuantificables y enseñables. Incluyen el conocimiento técnico específico y las habilidades requeridas para tener éxito al hacer un trabajo. • Las habilidades blandas son habilidades interpersonales o de personas. Son algo difíciles de cuantificar y relacionar con la personalidad y la capacidad de trabajar con los demás. 2. Muestre algunos ejemplos de habilidades duras y blandas: <ul style="list-style-type: none"> • HABILIDADES duras: Contabilidad, Administrativa, Eléctrica, Ingeniería, Financiera, Investigación de mercados, Mecánica, Diagnóstico médico, Traducción, Transcripción, Procesamiento de textos, etc. • HABILIDADES blandas: escucha, negociación, comunicación no verbal, gestión de conflictos, resolución de conflictos, negociación, gestión de reuniones, tutoría, motivación, adaptabilidad, aptitud artística, creatividad, etc.



	<p>3. Pon a prueba tus conocimientos en parejas o en grupo realizando esta actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividad de habilidades duras y blandas 1 (settlementatwork.org) <p>4. Reflexiona sobre tus propias habilidades:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividad de habilidades duras y blandas 2 (settlementatwork.org) <ul style="list-style-type: none"> - Haga una lista de sus propias habilidades duras y blandas y escriba ejemplos. - Seleccione las habilidades blandas que considere relevantes para su trabajo o la que le gustaría hacer. - enriquezcalos con la retroalimentación de sus pares y del maestro.
--	--

Título de la unidad	A.1.3
Título de la actividad práctica	Ventajas del teletrabajo
Objetivo de la actividad	Comente con el alumnado las ventajas y desventajas del Teletrabajo.
Descripción	<ol style="list-style-type: none"> 1. Presente el concepto de teletrabajo y algunas de las oportunidades que ofrece: <ul style="list-style-type: none"> - Ahorro de tiempo y mejora de la gestión del tiempo - Reducción del consumo de tiempo y dinero - Influencia positiva en la vida de los empleados. - Mejor concentración en el trabajo. - Oportunidades de protección ambiental 2. Ejercicio 1: Proponga a su alumnado que escriban: <i>Sugerencias para decirle a un amigo o a un colega con dudas en el teletrabajo. ¿Cuáles son los beneficios en tu opinión?</i> 3. Ejercicio 2: Proponga a su alumnado que escriban: <i>Sugerencias para diseñar una estrategia sin papel para su empresa/oficina y sacar provecho de las tecnologías digitales.</i>

	<p>4. Ejercicio 3: Proponga a su alumnado que calculen el dinero ahorrado por el teletrabajo utilizando el sitio web: https://www.confused.com/working-from-home-calculator</p> <p>5. Ejercicio 4: Proponga a su alumnado que diseñen su propia oficina/espacio de trabajo para el teletrabajo (boceto), comparta en parejas o en grupos, y discuta la creación de un entorno eficiente de trabajo desde casa escribiendo las conclusiones.</p>
--	---

Título de la unidad	A.2.1
Título de la actividad práctica	Pon a prueba tus habilidades digitales
Objetivo de la actividad	El objetivo de esta actividad es poner a prueba las habilidades digitales de tu alumnado y empujarlos a establecer un camino de aprendizaje para mejorar y ser más empleables.
Descripción	<p>1. Comience a usar menti.com para diseñar una encuesta en vivo para conocer el nivel de sus estudiantes en esas habilidades.</p> <p>Habilidades digitales: información y datos, comunicación, colaboración, creación de contenido digital, seguridad en línea, resolución de problemas digitales.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Indicar el nivel de importancia de dichas competencias digitales. - ¿Cuál dirías que es tu nivel en estas competencias digitales? <p>Habilidades blandas: resolución de problemas digitales, flexibilidad y agilidad, autogestión y manejo del estrés, control emocional y bienestar, auto empoderamiento y capacidad de aprendizaje.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Indicar el nivel de importancia de esas habilidades blandas. - ¿Cuál dirías que es tu nivel en estas habilidades blandas? <p>Comparta los resultados con el grupo y discuta.</p>

	<p>2. Profundice en la comprensión de sus propias habilidades digitales utilizando la herramienta de autoevaluación digital:</p> <p>https://europa.eu/europass/digitalskills/screen/home</p> <p>Esta es una herramienta muy útil para evaluar las habilidades digitales en una serie de competencias relevantes (alfabetización informacional y de datos, comunicación y colaboración, creación de contenido digital, seguridad y resolución de problemas).</p> <p>Esta herramienta también brinda la oportunidad de registrar las habilidades digitales y descubrir un camino de aprendizaje relevante, al mismo tiempo que hace sugerencias de cursos para la mejora de las habilidades digitales (Europass, 2022).</p> <p>Proponga compartir los resultados con sus pares o en grupos, y discutan la ruta de aprendizaje, por ejemplo, utilizando TeleGrow Hub.</p>
--	---

Título de la unidad	A.2.2
Título de la actividad práctica	Personalización de su ruta de aprendizaje digital
Objetivo de la actividad	El objetivo de esta actividad es co-crear con los estudiantes un camino de aprendizaje digital de acuerdo a sus necesidades profesionales.
Descripción	<p>Presente este marco a sus estudiantes y use esta plantilla para guiarlos en el diseño de su ruta de aprendizaje digital: Herramienta de planificación de ruta de aprendizaje personalizada para profesores</p> <p>Dónde estoy ahora...</p> <p style="padding-left: 40px;">Progreso basado en la competencia: (¿Cómo podría el alumnado reflexionar sobre su resultado de aprendizaje?)</p> <p>Lo que voy a aprender...</p> <p style="padding-left: 40px;">Objetivo de aprendizaje personalizado: (¿Cómo podría el alumnado establecer un objetivo para el resultado del aprendizaje?)</p> <p>Como voy a aprenderlo...</p>

	<p>Ruta de aprendizaje personalizada: (¿Qué oportunidades de aprendizaje u opciones podría elegir el alumnado?) <i>Considere Telegrow Hub como un recurso útil para mejorar las habilidades digitales.</i></p> <p>Cómo voy a mostrar lo que he aprendido...</p> <p>Progreso basado en la competencia (¿Cómo pueden los estudiantes tener opciones sobre cómo y cuándo demostrar la competencia?) (Promesa digital, sin fecha).</p>
--	---

Título de la unidad	A.2.3
Título de la actividad práctica	Cómo elegir el ordenador adecuado <i>(Para aprender conceptos básicos de informática)</i>
Objetivo de la actividad	<p>Comprar un ordenador es un asunto importante y no siempre es fácil. La tecnología avanza muy rápido y nos preocupamos por hacer una buena elección que se ajuste a nuestras necesidades y no se quede obsoleta.</p> <p>Durante esta actividad, los estudiantes se familiarizarán con los principales componentes de una computadora (hardware, software y componentes de red) y aprenderán a establecer criterios para seleccionar el mejor para ellos.</p>
Descripción	<p>La tarea es decidir cuál es el ordenador óptimo para un perfil específico. Para ello, pueden trabajar en grupos. Uno de ellos será el "cliente" que busca un ordenador, y el resto del grupo investigará entre las opciones del mercado para aconsejar al "cliente" cuál es la más adecuada. Sigue este proceso:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Especifica tu presupuesto (ten claro cuánto piensas invertir y los márgenes que tienes) 2. Especifique sus necesidades: <ul style="list-style-type: none"> - Tipo de ordenador: laptop o de escritorio - Sistema operativo: Windows o Mac - Características de potencia y rendimiento (CPU, RAM, tarjeta gráfica, capacidad de almacenamiento, capacidades de red)

	<p>- Marcas</p> <p>3. Busca ofertas de informática y analiza sus características en la web.</p> <p>4. Tomar decisiones. Elabora una tabla con las principales características que quieras considerar para tomar una decisión (microprocesador, memoria RAM, tarjeta gráfica, pantalla, disco duro, capacidades de red, precio, etc.) y haz una valoración global.</p> <p>Finalmente, cada grupo puede presentar sus necesidades y su elección y discutirlos.</p>
Herramientas y material didáctico de apoyo	<p>Cómo elegir una CPU Tendencias digitales: https://www.digitaltrends.com/computing/cpu-buying-guide/</p> <p>Los mejores portátiles para comprar en 2022 Tendencias digitales: https://www.digitaltrends.com/computing/best-laptops/</p> <p>Sitios web de marcas de ordenadores: Dell, HP, Lenovo, Asus, Apple...</p>

Título de la unidad	A.3.1
Título de la actividad práctica	Creación de una presentación digital
Objetivo de la actividad	<p>El objetivo de esta actividad es crear una presentación digital atractiva y eficiente utilizando CANVA (www.canva.com) o una herramienta similar.</p>
Descripción	<p>Gran parte de la información que intercambiamos con otros usuarios, ya sean compañeros, clientes o estudiantes, la transmitimos a través de documentos y contenidos multimedia.</p> <p>El mundo es un enorme recurso de información y nos topamos con esos datos constantemente. Pero, ¿qué marca la diferencia en la forma en que elegimos leer un documento u otro? ¿Cómo captamos el interés de nuestro interlocutor?.</p> <p>La respuesta correcta es: con contenidos optimizados y agradables. La apariencia también importa, por lo que debemos asegurarnos de crear contenidos útiles que también sean fáciles de leer y agradables.</p>

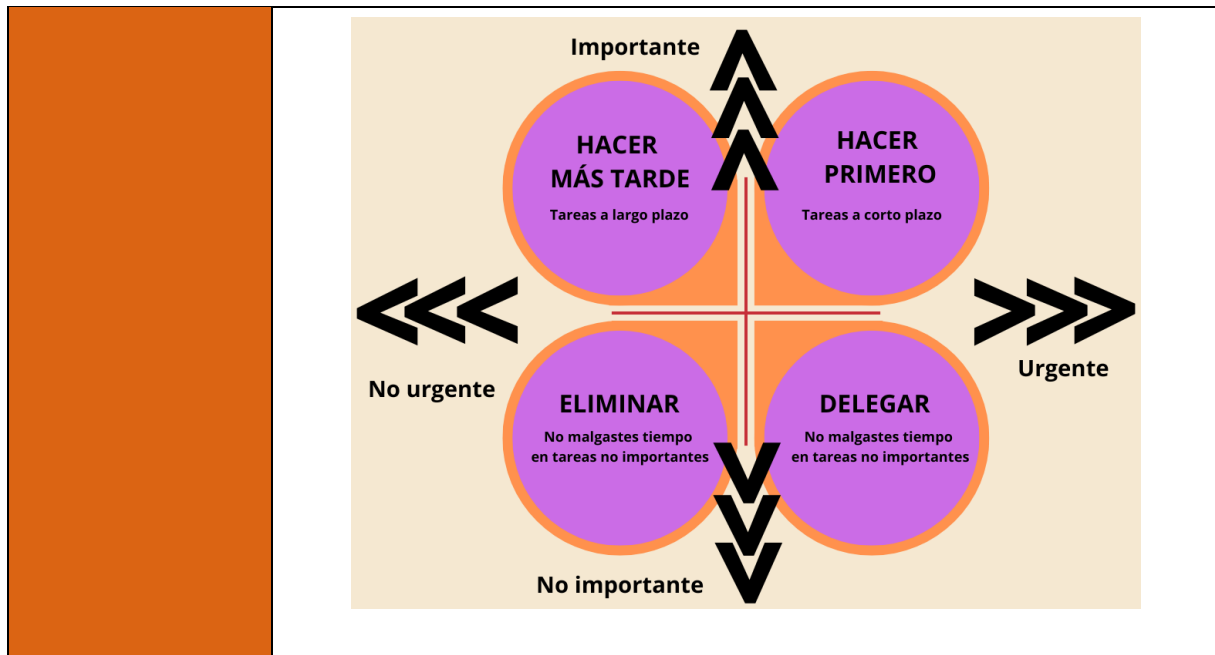
	<p>Cree contenido más interesante, ahora se han creado muchas herramientas equipadas con funciones que permiten la creación de material visualmente más interesante.</p> <p>Introduce Canva (www.canva.com) o una herramienta similar que permita la creación de presentaciones atractivas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Elige un tema y crea grupos para preparar una presentación digital usando Canva (o la herramienta elegida). 2. Pide a los grupos que empiecen a crear un Line up : Antes de empezar a trabajar en la presentación digital, tienen que trabajar las ideas creando un esquema o borrador de los temas que necesitan cubrir y dándoles un orden de importancia. 3. Pida a los estudiantes que presenten sus resultados a la clase y déles criterios de evaluación para evaluar la presentación: <ul style="list-style-type: none"> - Simplificado: La presentación es corta y concisa. Condensa la información en listas, oraciones cortas y gráficos. No debe haber texto de palabras largas. - Diapositivas: Explica una sola idea por diapositiva. Divide el camino en pasos más pequeños, lo que hace que el trabajo sea más eficiente. - Alineación: Incluso gráficamente los elementos deben seguir el patrón de lectura. Un usuario usado que lea de izquierda a derecha podría confundirse si los elementos están dispuestos de otra manera. - Fuente: No utiliza fuentes demasiado pequeñas y demasiado articuladas. Es facil de leer.
--	--

Título de la unidad	A.4.1
Título de la actividad práctica	Crear una estrategia de redes sociales en 9 pasos
Objetivo de la actividad	Las redes sociales son canales imprescindibles para impulsar una estrategia de comunicación empresarial . Se utilizan para desarrollar un imagen de marca, compartir valores y crear comunidad en torno a la

	<p>empresa . Estas plataformas te permiten informar, atraer e incluso diversificar tu audiencia.</p> <p>El objetivo de esta actividad es crear una estrategia de redes sociales para potenciar su trabajo y administrar su comercialización.</p>
<p>Descripción</p>	<p>Contextualice las necesidades y objetivos de la empresa y haga que los estudiantes sigan estos pasos para crear una estrategia de redes sociales:</p> <ol style="list-style-type: none"> <p>1. Elija objetivos de marketing que sean consistentes con sus objetivos comerciales</p> <p>Paso 1: Establecer objetivos SMART</p> <p>Paso 2: Seguimiento de métricas relevantes</p> <p>Paso 3: Establece un costo por clic para evaluar el éxito de tu estrategia</p> <p>2. Aprende todo lo que hay que saber sobre tu audiencia</p> <p>Paso 1: Identifique la información sobre su cliente objetivo</p> <p>Paso 2: analiza las estadísticas de las redes sociales</p> <p>3. Aprende sobre tu competencia</p> <p>Paso 1: Cree un análisis competitivo de otras iniciativas</p> <p>Paso 2: Practique la escucha social para seguir a sus competidores en línea</p> <p>4. Realiza una auditoría de tu presencia en las redes sociales</p> <p>Paso 1: Hágase <u>las siguientes preguntas</u>: ¿Qué está funcionando o no? ¿Quién está interactuando contigo? ¿Qué redes utiliza tu público objetivo? ¿Cómo se compara su presencia en las redes sociales con la de sus competidores?</p> <p>Paso 2: Identifica posibles cuentas falsas y repórtalas</p> <p>5. Configura tus cuentas y mejora tus perfiles</p> <p>Paso 1: Asigne una misión a cada red</p> <p>Paso 2: Crea tu perfil con palabras clave y diseño relevantes</p> <p>6. Encuentra inspiración</p> <p>Paso 1: Analizar algunos casos de estudio como fuente de inspiración</p> <p>Paso 2: Comuníquese directamente con sus clientes objetivo para comprender sus necesidades</p> <p>7. Crear un calendario de contenido de redes sociales</p> <p>Paso 1: 1/3 de su contenido promueve su negocio, convierte a sus lectores y genera ganancias</p>

	<p>Paso 2: 1/3 de su contenido comparte ideas y testimonios de líderes en su industria o empresas que comparten su cultura</p> <p>Paso 3: 1/3 de tu contenido está dedicado a la interacción personal con tu audiencia</p> <p>8. Crea contenido impactante</p> <p>Paso 1: Producir contenido que sea apropiado para la red y el propósito de la red</p> <p>Paso 2: Si crea videos, manténgalos breves y directos al grano</p> <p>9. Realice un seguimiento del rendimiento y ajuste la estrategia en consecuencia</p> <p>Paso 1: No dudes en analizar tus indicadores de desempeño una vez por semana</p> <p>Paso 2: Si decide actualizar su estrategia, informe a su eventual equipo o socios</p>
--	--

Título de la unidad	A.5.1
Título de la actividad práctica	Mejorar mi gestión de tareas y tiempo
Objetivo de la actividad	El objetivo de esta actividad es aprender a utilizar la Matriz de Eisenhower para reflexionar sobre nuestras actividades diarias y establecer prioridades en nuestras tareas así como establecer el grado de emergencia.
Descripción	<p>Haz un ejercicio con tu alumnado aplicando la matriz de Eisenhower y comparte los resultados con los compañeros.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pídeles que creen la matriz en una hoja de papel y escriban el nombre del eje. 2. Pídeles que creen una lista de todas las tareas que tienen que hacer durante esta semana. 3. Luego complete los cuadrantes: HACER DESPUÉS, HACER PRIMERO, ELIMINAR, DELEGAR colocando las tareas.



Título de la unidad	A.6.1
Título de la actividad práctica	Consejos básicos de seguridad en línea
Objetivo de la actividad	El objetivo de esta actividad es reflexionar sobre los riesgos y amenazas en línea y cómo protegernos, creando una lista de recomendaciones y consejos.
Descripción	<p>El eslabón más débil de una red es el usuario, por lo que es muy importante tener un rol activo y preventivo frente a hackers y software malicioso, siguiendo estrictamente las recomendaciones de empresas y gobiernos para mantenerse a salvo. Empezando por tener una contraseña segura y prestando atención a la veracidad de los mensajes de correo electrónico que nos llegan.</p> <p>Proporcione al alumnado un escenario para trabajar los consejos básicos de seguridad para protegerse de los ciberdelincuentes y establecer una conexión segura:</p> <p><i>Suponga que tiene que dar algunos consejos a un colega o amigo sobre cómo mantenerse seguro en un entorno digital. Preparar una lista de recomendaciones.</i></p>

4. TeleGrow LTTA y Testimonios

Para poner a prueba el contenido de formación desarrollado en el marco del proyecto TeleGrow, la asociación organizó la actividad de aprendizaje, enseñanza y formación de TeleGrow que se llevó a cabo con éxito en Larissa, Grecia, entre el 5 y el 9 de septiembre de 2022. Durante su implementación, los participantes, que eran miembros del personal de las organizaciones socias, formadores/as de FP y alumnado de FP mayores de 50 años, tuvieron la oportunidad de intercambiar y adquirir nuevos conocimientos, mejorar sus habilidades de teletrabajo digital, inspirarse para usar herramientas digitales para facilitar teletrabajar, y aprender a mejorar su bienestar mientras teletrabaja. El material de formación se basó totalmente en el contenido desarrollado bajo IO3: Módulos de Formación de TeleGrow y el IO4: TeleGrow Hub, y cada socio fue responsable de brindar una sesión de formación independiente de acuerdo con su campo de especialización.



TeleGrow LTTA brindó a los participantes la oportunidad de expresarse sobre el material de formación brindando comentarios y sugerencias que podrían conducir a mejoras no solo en los resultados del proyecto sino también en la forma en que las organizaciones socias brindaron la formación.

Los participantes comentaron sobre el contenido y las actividades de formación y su vínculo como un grupo diverso de personas (la edad de los estudiantes de FP oscilaba entre los 40 y los 80 años). Con más detalle:

Comentarios sobre la formación impartida:

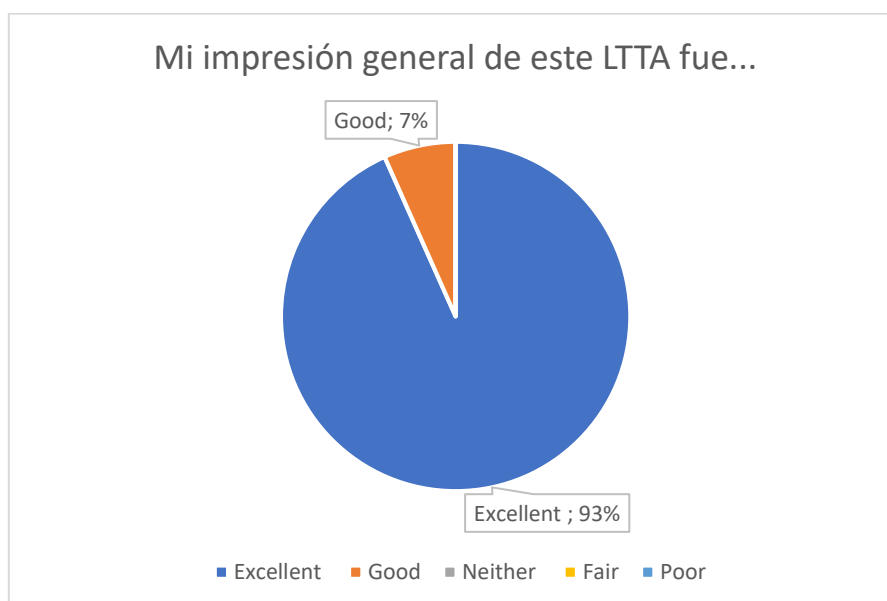
Los participantes quedaron mayormente satisfechos con las presentaciones didácticas presentadas durante el LTTA (*“Cada presentación contenía información útil e interesante sobre el teletrabajo”*) y las actividades realizadas (*“Los aspectos interactivos de hacer preguntas o completar los espacios en blanco se sumaron a los enfoques pedagógicos positivos”*). Además, consideraron la formación impartida como una importante experiencia de aprendizaje para la FP (*“En el curso aprendimos a encontrar nuevas ideas y soluciones relacionadas con la educación en FP y el trabajo a distancia, así como un espacio para conocer diferentes enfoques culturales en el marco europeo”*). Además, la gran mayoría de los participantes se sintieron motivados para futuras actividades después de TeleGrow LTTA. Los testimonios mencionados anteriormente evidencian la necesidad de aplicar aspectos interactivos durante la formación, así como la importancia de la educación en FP a partir de los 50 años.

Además de sus comentarios, los participantes ofrecieron algunas sugerencias para que la oferta de formación sea más eficaz, que pueden ser utilizadas no solo por la asociación TeleGrow sino en todas las actividades de formación impartidas a nivel transnacional. Las sugerencias tenían como objetivo mejorar la oferta de formación para que los formadores/as de FP mejoren sus habilidades de formación mediante la creación de sesiones de formación más inclusivas y diversas.

Sugerencias para mejorar la oferta de formación:

Los participantes señalaron que algunas presentaciones tienen espacio para mejorar en términos de fuentes (*“Hubo algunas presentaciones en las que el tamaño de la fuente era demasiado pequeño para que los asistentes apenas pudiéramos leer. Sugerimos que deberían tener un tamaño de fuente más grande porque ayuda mucho a seguir la comprensión del módulo”*), visualización en la pantalla (*“Otra opción sería usar una pantalla más grande”*), y visibilidad general (*“...en algunas presentaciones, el contenido fue demasiado leído por el formador/a cuando el power point solo debe usarse como una ayuda para ir explicando, por lo que a veces puede ser un poco aburrido”*). Esos testimonios muestran la necesidad de crear material inclusivo en términos de legibilidad, pero también en términos de preparación del docente. Es de vital importancia que el formador/a sea eficaz, preparado para lo inesperado y apasionado por la enseñanza. Ya sea que la formación se brinde en línea o fuera de línea, el éxito depende igualmente de la calidad del material de aprendizaje, la comprensión de la audiencia, la relevancia para las necesidades de formación y la profesionalidad de los formadores/as.

El sentido general de la organización y participación del LTTA fue muy positivo en base tanto a los testimonios de los participantes como a las interacciones cara a cara con ellos durante las sesiones de formación y los eventos sociales que tuvieron lugar.





5. Referencias

- Alex, JL, Miller, EA, Platt, RE, Rachal, JR y Gammill , DM (2007). Hacer visible lo invisible: un modelo para los sistemas de entrega en la educación de adultos. *Revista de Educación de Adultos*, 36 (2), 13-22.
- Avelino, J. (2022). *10 principios del aprendizaje de adultos*. Blog de microaprendizaje EdApp . <https://www.edapp.com/blog/adult-learning-principles/>
- Baltaci, S. (2021). *Inclusión digital en adultos mayores: una comparación entre talleres de alfabetización digital presencial y semipresencial* . EPAL - Comisión Europea. <https://epale.ec.europa.eu/en/blog/digital-inclusion-older-adults-comparison-between-face-face-and-blended-digital-literacy>
- Brooks, C. (2020). *Deja de hablar en jerga técnica*. negocio.com. <https://www.negocio.com/articulos/cortar-el-codigo-por-que-hablar-en-jerga-tecnica-es-no-hacer-que-te-veas-mas-inteligente/>
- Carretero, S., Vourikari, R. y Punie, Y. (2017). *DigComp 2.1: El marco de competencias digitales para ciudadanos con ocho niveles de competencia y ejemplos de uso*. Comisión Europea.
- Cornelius, S., Gordon, C. y Ackland , A. (2011). Hacia un aprendizaje flexible para estudiantes adultos en contextos profesionales: un diseño de curso centrado en actividades. *Entornos de aprendizaje interactivo* , 19 (4), 381–393.
- Cullins , A. (2021). *9 actividades de fomento de la confianza en sí mismo para los estudiantes* . Diario de la Gran Vida. <https://biglifejournal.com/blogs/blog/self-confidence-building-activities>
- Promesa Digital. (Dakota del Norte). *Rutas de aprendizaje personalizadas*. Promesa digital. <https://microcredentials.digitalpromise.org/explore/customized-learning-paths>
- TeleGrow de la Asociación Erasmus+ (2021). Informe *TeleGrow 2021* . <https://telegrow.erasmus.site/io1-telegrow-interactive-report/>
- Europass (2022). *Herramienta de evaluación de habilidades digitales*. Europass. <https://europa.eu/europass/digitalskills/screen/home>
- Cuidado de enfoque (2020). *5 formas de ayudar a las personas mayores con la tecnología en un mundo digital* . Cuidado del foco.

<https://focuscare.com.au/blog/5-ways-to-help-seniors-with-technology-in-a-digital-world>

Hecker, I., Spaulding, S. y Kuehn, D. (2021). *Habilidades digitales y apoyo a los trabajadores mayores. Éxito en la Formación y el Empleo en un Mundo Digital*. Instituto Urbano. <https://www.urbano.org/sites/default/files/publication/104771/digital-kills-and-old-workers.pdf>

LeNoue, M., Hall, T. y Eightmy, MA (2011). La educación de adultos y la revolución de las redes sociales. *Aprendizaje de adultos*, 22 (2), 4–12.

Pappas, C. (2021). *11 consejos para involucrar e inspirar a los estudiantes adultos*. Industria del aprendizaje electrónico. <https://elearningindustry.com/11-tips-engage-inspire-adult-learners>

Poorvu para la Enseñanza y el Aprendizaje (2022). *Estrategias de Enseñanza Inclusiva*. Yale. <https://poorvucenter.yale.edu/InclusiveTeachingStrategies>

Quan-Haase, A., Williams, C., Kicevski, M., Elueze, I. y Wellman, B. (2018). Dividiendo la brecha gris: Deconstruyendo los mitos sobre las actividades, habilidades y actitudes en línea de los adultos mayores. *Científico estadounidense del comportamiento*, 62 (9), 1207–1228. <https://doi.org/10.1177/0002764218777572>