

**ActivaTIC**  
CLM

# Plan de capacitación para la ciudadanía a través de metodologías educativas activas

*Dossier de acciones  
formativas*

**Centro de Desarrollo de  
Competencias Digitales  
Castilla-La Mancha**



Pertenece a:



PARQUE CIENTÍFICO  
Y TECNOLÓGICO  
DE CASTILLA - LA MANCHA



Castilla  
La Mancha

## Presentación

“ActivaTic CLM” es un **proyecto innovador** de capacitación para la ciudadanía en **competencias digitales** compuesto por **10 talleres formativos de 4 horas de duración** cada uno, impartidos a través de **metodologías educativas activas** que surge para dar respuesta a la situación actual.

Hoy en día, estamos inmersos en una sociedad que se caracteriza por la sucesión de cambios rápidos. Todo evoluciona a gran velocidad y las constantes innovaciones tecnológicas que aparecen diariamente transforman de manera irreversible nuestras acciones y la forma en que las llevamos a cabo en todos los ámbitos de nuestra vida, tanto personal como profesional y empresarial.

Por eso y, dado que la **población está adoptando nuevos hábitos en cuanto al acceso al conocimiento**, consumo, vida social y participación pública, creemos imprescindible satisfacer las nuevas necesidades a través de **recursos y contenidos formativos vanguardistas** que les permitan crecer tanto a nivel personal como profesional, aprovechando las oportunidades que brindan las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).

Este plan formativo, que pretende afrontar estos nuevos desafíos abordándolos desde una **nueva perspectiva y metodología**, es un proyecto de “Bilib”, el **Centro de Desarrollo de Competencias Digitales de Castilla-La Mancha**, con el total respaldo e impulso de la Dirección General de Administración Digital de la Consejería de Hacienda y Administraciones Públicas de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha (JCCM), para mejorar la autonomía personal y profesional de la ciudadanía de la región a través del apoyo y la formación para el desarrollo de competencias digitales y potenciar el impulso digital acorde al **"Marco de Competencias Digitales para la Ciudadanía" de la Unión Europea**.

Para llevar a cabo la consecución de estos objetivos, se necesita el apoyo de la Red de los Puntos de Inclusión Digital que quieran aportar su esfuerzo para seguir mejorando la calidad de vida de las personas a través de esta formación innovadora especializada y adaptada a las necesidades personales y profesionales.

## Datos de contacto

CENTRO DE DESARROLLO DE COMPETENCIAS DIGITALES  
DE CASTILLA - LA MANCHA (BILIB)

✉ [actividades@bilib.es](mailto:actividades@bilib.es)

☎ 967 196 777

# Índice

## Dossier de acciones formativas

Puntos clave de “ActivaTic CLM”	4
Índice de acciones formativas	7
Contenido dirigido a personas jóvenes	8
Contenido dirigido a personas adultas	16
Contenido dirigido a personas mayores	22

## Puntos clave de “ActivaTic CLM”

### ¿Cuál es la relevancia del proyecto?

“ActivaTic CLM” destaca por su **carácter: un enfoque innovador, activo y participativo**, y la inclusión de **temas emergentes relevantes** como la Inteligencia Artificial. Este programa sirve para ayudar a los participantes a conseguir las habilidades y conocimientos necesarios para **prosperar en un entorno digital** en constante cambio para desarrollarse plenamente en la sociedad.

En definitiva, con la puesta en marcha de este proyecto de capacitación, reafirmamos el compromiso de los centros y la red de **Puntos de Inclusión Digital** de Castilla-La Mancha con la mejora de la ciudadanía en un entorno digital.

El uso de **metodologías educativas activas**, nunca antes utilizadas, permite abordar estas acciones formativas desde un enfoque pedagógico vanguardista y orientado al aprendizaje práctico y participativo. Estas metodologías permitirán a los usuarios involucrarse activamente en su propio proceso de formación, fomentando el pensamiento crítico, la colaboración y la resolución de problemas.

Con “**ActivaTic CLM**”:

- ✓ Fomentamos el aprovechamiento del potencial de las tecnologías digitales de una manera inclusiva y equitativa a través de una formación de calidad.
- ✓ Proporcionamos oportunidades de aprendizaje permanente para todos y todas.
- ✓ Afrontamos el despoblamiento de los entornos rurales, reduciendo la brecha digital.
- ✓ Nos acercamos a un enfoque europeo dentro del actual Marco de Competencias Digitales para la Ciudadanía.

### ¿Qué son las metodologías educativas activas y por qué basar las acciones en ellas?

El enfoque tradicional de formación basado en talleres al uso, conferencias y exposiciones **no es suficiente** para abordar las necesidades de aprendizaje actuales. La capacitación en competencias digitales requiere una experiencia más interactiva, dinámica y práctica, que solo se puede lograr a través de metodologías activas.

“ActivaTic CLM” **se diferencia** de las actividades formativas tradicionales, ofreciendo a los participantes una **experiencia única** y enriquecedora que se ajusta a sus expectativas y necesidades.

Al adoptar enfoques más participativos y prácticos, demostramos nuestra capacidad de **adaptarnos a los nuevos desafíos** y demandas del entorno digital, brindando a los participantes las herramientas y habilidades necesarias para sobresalir en un mundo cada vez más digitalizado.

Con “**ActivaTic CLM**”:

- ✓ Involucran activamente a los participantes. En lugar de ser receptores pasivos de información, los participantes se convierten en actores principales de su propio aprendizaje. Esto fomenta un mayor compromiso, motivación y retención de conocimientos.
- ✓ Los participantes tienen la oportunidad de experimentar, practicar y resolver problemas reales en un entorno controlado.
- ✓ Potencian el pensamiento crítico y reflexivo sobre el mundo que les rodea. Los participantes se enfrentan a desafíos y situaciones complejas que requieren análisis, reflexión y toma de decisiones informadas. Esto les permite desarrollar habilidades clave para afrontar los problemas digitales de manera creativa y efectiva.
- ✓ Los participantes tienen la oportunidad de interactuar, compartir ideas, aprender unos de otros y desarrollar habilidades de colaboración digital.

### ¿A quién están dirigidas las acciones?

Estos talleres formativos están divididos en 3 bloques según el tipo de público: joven (de 16 a 25 años), adulto (de 18 a 65 años) y mayores (más de 65 años). Estas edades son orientativas y se recomienda priorizar el interés en el contenido del taller formativo, permitiendo excepciones.

### ¿Cuál es la importancia de los PDIs en “ActivaTic CLM”?

La Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha (JCCM), a través del Centro de Desarrollo de Competencias Digitales de Castilla-La Mancha, “Bilib”, pone a disposición de la ciudadanía un “ActivaTic CLM” un programa innovador con los recursos humanos y materiales necesarios para facilitar su acceso a internet e iniciar su formación digital a través de los Centros de Internet y Puntos de Inclusión Digital de la región.

El trabajo de los PDIs en “Bilib” es fundamental para contribuir al desarrollo del tejido profesional castellano-manchego, reducir la brecha digital entre entornos rurales y urbanos, y mejorar el desarrollo territorial que hará de Castilla-La Mancha una región más competitiva y próspera.

Colaborando con el Centro de Desarrollo de Competencias Digitales de Castilla-La Mancha, “Bilib”, los centros ayudan a aquellas personas con necesidades específicas de acceso a las tecnologías de la información y la comunicación y de mejora de sus competencias digitales a estar más conectadas con su entorno y a mejorar su autonomía personal y profesional.

Por eso para la puesta en marcha de “ActivaTic CLM” valoramos el esfuerzo y los conocimientos de nuestros colaboradores y colaboradoras y respaldamos su labor como parte indispensable para lograr los objetivos de crecimiento de Castilla-La Mancha.

## ¿Cuáles son los objetivos de “ActivaTic CLM”?

### Objetivos generales:

- ✓ Impulsar el desarrollo socioeconómico de la región a través de la capacitación en competencias digitales de la población.
- ✓ Fomentar la empleabilidad y el emprendimiento digital, al brindar a los participantes habilidades demandadas en el mercado laboral actual.
- ✓ Promover la inclusión digital y reducir la brecha digital en la región, garantizando que los ciudadanos tengan acceso y dominio de las herramientas digitales necesarias para su participación plena en la sociedad.



### Objetivos específicos:

- ✓ Fortalecer el diseño de programas de capacitación en competencias digitales de calidad e innovadoras.
- ✓ Ampliar la oferta formativa, abarcando temáticas relevantes como la Inteligencia Artificial, para satisfacer las necesidades de sus usuarios y destacarse en el mercado.
- ✓ Generar una imagen positiva y diferenciada al ofrecer un proyecto de capacitación de alta calidad y vanguardista.
- ✓ Potenciar la función de los Puntos de Inclusión Digital como lugares de referencia para la formación en competencias digitales.
- ✓ Atraer y retener a usuarios interesados en adquirir conocimientos en herramientas digitales y competencias tecnológicas de vanguardia.
- ✓ Contribuir al desarrollo de una comunidad digitalmente competente y empoderada.

### Objetivos académicos:

- ✓ Adquirir habilidades digitales y competencias necesarias para desenvolverse en la sociedad actual y aprovechar las oportunidades que brinda el entorno digital.
- ✓ Desarrollar conocimientos en herramientas digitales y tecnologías emergentes, como la Inteligencia Artificial, para mejorar su vida personal, profesional y empresarial.
- ✓ Fomentar la confianza y autonomía en el uso de las TIC, promoviendo la inclusión digital y reduciendo la brecha digital.

Además, estas acciones persiguen crear iniciativas dentro del Marco Europeo de Competencias Digitales para la Ciudadanía, también conocido como DigComp, y se presentan como una herramienta diseñada para mejorar las competencias digitales de los ciudadanos.

DigComp tiene 5 dimensiones:

- ✓ **Dimensión 1.** Áreas de competencia identificadas como parte de la competencia digital.
- ✓ **Dimensión 2.** Descriptores de competencia y títulos que son pertinentes en cada área.
- ✓ **Dimensión 3.** Niveles de aptitud de cada competencia.
- ✓ **Dimensión 4.** Conocimientos, habilidades y actitudes aplicables a cada competencia.
- ✓ **Dimensión 5.** Ejemplos de uso en la aplicación de la competencia a diferentes objetivos.

En la descripción de cada uno de los talleres propuestos se especifican los objetivos dentro del DigComp.

## Índice de acciones formativas

### Contenido dirigido a personas jóvenes

**Taller 1:** Animar el mundo que te rodea

**Taller 2:** Diseñando un escape digital

**Taller 3:** Mundo maker: animando sombras en movimiento

**Taller 4:** Entrenamiento de inteligencia emocional digital

### Contenido dirigido a personas adultas

**Taller 5:** Cuidar nuestra identidad digital

**Taller 6:** Participación ciudadana en entornos digitales

**Taller 7:** Inteligencia artificial para mejorar el día a día

### Contenido dirigido a personas mayores

**Taller 8:** Conexión virtual: videollamadas y otras herramientas de comunicación online

**Taller 9:** Laboratorio de imágenes para recordar

**Taller 10:** Taller de pintura digital

## Contenido dirigido a personas jóvenes

### Público al que se dirigen

Preferentemente **público joven (de 16 a 25 años)**. Estas edades son orientativas y se recomienda priorizar el interés en el contenido del taller formativo, permitiendo excepciones.

- ✓ El perfil interesado sería el de un/a joven o incluso estudiante millennial y post-millennial en la pubertad y la veintena con necesidades formativas y afinidad por la tecnología.

Estadísticamente este perfil pertenece al grupo de ciudadanos y ciudadanas que utiliza mayoritariamente Internet y lo hace con mayor frecuencia (diaria/semanal). El perfil mayoritario de usuarios TIC en España y en Castilla-La Mancha corresponde a un hombre joven de 16 a 24 años, con ocupación de estudiante, nivel de estudios de Educación Superior Universitario o FP Superior. Accede a Internet mayoritariamente a través de dispositivos móviles. También complementa su formación académica con formación para la mejora de competencias digitales a través de la búsqueda por Internet de cursos online que no le supongan un coste importante, que pueda realizar en cualquier momento y desde cualquier lugar. También está interesado/a en contenidos tecnológicos divulgativos, ya que tiene afinidad por la tecnología, pero no es un experto.

## Taller 1: Animar el mundo que te rodea

### Descripción

Este taller, basado en la metodología Tinkering, consiste en aprender a crear animaciones interactivas sencillas que permitan a los y las participantes animar su entorno utilizando Scratch, un lenguaje de programación visual sencillo basado en bloques de código capaz de crear aplicaciones interactivas.

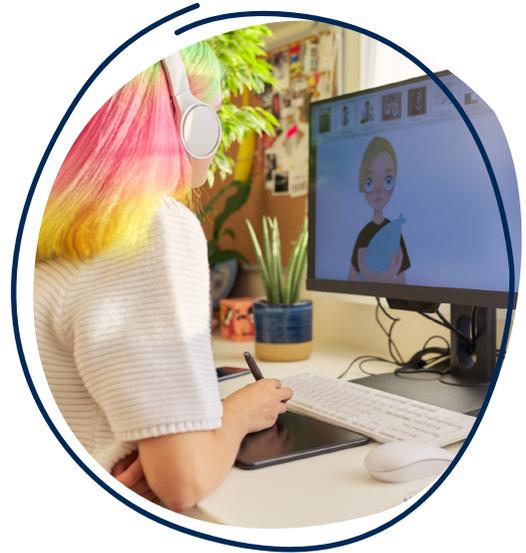
Sin necesidad de conocimientos de programación, los y las participantes aprovecharán el movimiento captado por la cámara web de un ordenador portátil para diseñar divertidas animaciones digitales en la pantalla. El resultado es algo que no es propio de la vida real, pero completamente inmersivo e imaginativo.

Este taller forma parte de “ActivaTic CLM” porque:

- 1 Genera interés y motivación: ¡Explora la animación digital!
- 2 Desarrolla habilidades digitales: ¡Aprende la lógica de programación, el pensamiento computacional y la resolución de problemas!
- 3 Fomenta la creatividad y la expresión: ¡Expresar tu creatividad y cuenta historias de una manera visualmente atractiva!
- 4 Genera un aprendizaje práctico y experiencial: ¡Aprende jugando de manera práctica!

## Objetivos

- ✓ Diseñar una idea original y llevarla a cabo en un entorno digital, hacer ajustes en su diseño y refinar la idea según los resultados que vayan obteniendo.
- ✓ Desarrollar la habilidad de resolver obstáculos.
- ✓ Promover la autoexpresión y la creatividad.
- ✓ Establecer una relación positiva entre los jóvenes y las TICs.



## Estructura del taller (4h)

- 1 **Presentación y bienvenida:** 30 min
- 2 **Contenidos básicos y dinámica introductoria:** 30 min
- 3 **Práctica colaborativa:** 60 min
- 4 **Puesta en común:** 45 min
- 5 **Ejercicio práctico de profundización:** 45 min
- 6 **Despedida y encuesta de satisfacción:** 30 min

## Competencias digitales que se trabajan

### Área de competencia 1: Información y alfabetización digital

BÁSICO ●●

- 1.1 Navegar, buscar y filtrar datos, información y contenidos digitales

### Área de competencia 2: Comunicación y colaboración

AVANZADO ●●●●●

- 2.1 Interactuar a través de tecnologías digitales
- 2.2 Colaboración a través de las tecnologías digitales

### Área de competencia 3: Creación de contenido digital

INTERMEDIO ●●●

- 3.1 Desarrollo de contenido digital
- 3.2 Programación

### Área de competencia 4: Seguridad

BÁSICO ●●

- 4.1 Protección de datos personales y privacidad
- 4.2 Protección del medio ambiente

### Área de competencia 5: Resolución de problemas

AVANZADO ●●●●●

- 5.1 Identificación de necesidades y respuestas técnicas
- 5.2 Uso creativo de las tecnologías digitales

## Taller 2: Diseñando un escape digital

### Descripción

En este taller, los y las participantes, divididos en equipos de trabajo, deberán enfrentarse al reto de diseñar y desarrollar un escape digital de manera colaborativa para aprender a utilizar diversas herramientas que les permitirán crear este tipo de contenidos interactivos de forma muy sencilla.

Este taller forma parte de “ActivaTic CLM” porque:

- 1 ¡Involucra de manera activa a los participantes en el proceso de diseño y creación de un escape digital!
- 2 ¡Enseña a usar herramientas básicas de diseño gráfico, narrativa interactiva y resolución de problemas!
- 3 ¡Estimula la creatividad y el pensamiento crítico! Hace pensar de manera creativa y estratégica.
- 4 ¡Y todo con un aprendizaje inmersivo!

### Objetivos

- ✓ Desarrollar la colaboración y la comunicación entre el equipo. Aprender a apoyarse en los miembros del equipo y pedir ayuda cuando sea necesario.
- ✓ Potenciar las habilidades digitales a través de la experiencia.
- ✓ Comprensión conceptual del tema a desarrollar.
- ✓ Aprendizaje basado en un proyecto.



### Estructura del taller (4h)

- 1 **Presentación y bienvenida:** 30 min
- 2 **Contenidos básicos y dinámica introductoria:** 30 min
- 3 **Práctica colaborativa:** 60 min
- 4 **Explicación de la herramienta:** 15min
- 5 **Practica de generación de ideas:** 45min
- 6 **Puesta en común:** 30 min
- 7 **Despedida y encuesta de satisfacción:** 30min

## Competencias digitales que se trabajan

### Área de competencia 1: Información y alfabetización digital

AVANZADO ●●●●●

- 1.1 Navegar, buscar y filtrar datos, información y contenidos digitales
- 1.2 Evaluar datos, información y contenidos digitales
- 1.3 Gestionar datos, información y contenidos digitales

### Área de competencia 2: Comunicación y colaboración

ALTAMENTE ESPECIALIZADO ●●●●●●●

- 2.1 Interactuar a través de tecnologías digitales
- 2.2 Compartir a través de tecnologías digitales
- 2.3 Compromisos de la ciudadanía a través de tecnologías digitales
- 2.4 Colaboración a través de las tecnologías digitales

### Área de competencia 3: Creación de contenido digital

INTERMEDIO ●●●●●

- 3.1 Desarrollo de contenido digital
- 3.2 Integración y reelaboración de contenido digital
- 3.3 Copyright y licencias
- 3.4 Programación

### Área de competencia 4: Seguridad

BÁSICO ●●

- 4.1 Protección de la salud y el bienestar
- 4.2 Protección del medio ambiente

### Área de competencia 5: Resolución de problemas

AVANZADO ●●●●●●●

- 5.1 Identificación de necesidades y respuestas técnicas
- 5.2 Uso creativo de las tecnologías digitales
- 5.3 Identificar lagunas en las competencias digitales

## Taller 3: Mundo maker

### Animando sombras en movimiento

#### Descripción

Los makerspaces son lugares en los que docentes y pedagogos enseñan a los participantes cómo usar de manera creativa una gran variedad de herramientas y tecnologías. Esta actividad invita a los participantes a usar su imaginación y compartir lo que ven en las sombras utilizando una Tablet que permite a las personas experimentar creando animaciones y vídeos de stop motion.

Este taller forma parte de “ActivaTic CLM” porque:

- 1 ¡Ofrece a los participantes una plataforma para expresar su creatividad a través de la animación y el stop motion!
- 2 Los participantes aprenden haciendo, experimentando y explorando las posibilidades que ofrece la tecnología.
- 3 Fomenta el trabajo en equipo, la comunicación y la colaboración, habilidades esenciales en el entorno digital y laboral actual.
- 4 ¡Y fomenta la autoexpresión y la confianza a través de la tecnología!

#### Objetivos

- ✓ Promover la autonomía de los participantes y expresión de sus ideas.
- ✓ Potenciar la creatividad a través de herramientas digitales.
- ✓ Desarrollar el carácter innovador de los participantes y la vocación científico-tecnológica.

#### Estructura del taller (4h)

- 1 **Presentación y bienvenida:** 30 min
- 2 **Dinámica de inmersión práctica:** 60min
- 3 **Análisis de los elementos de stop motion:** 45min
- 4 **Explicación de la herramienta:** 15min
- 5 **Practica de generación de ideas:** 45min
- 6 **Puesta en común:** 15 min
- 7 **Despedida y encuesta de satisfacción:** 30min



## Competencias digitales que se trabajan

### Área de competencia 1: Información y alfabetización digital

BÁSICO ●●●

- 1.1 Evaluar datos, información y contenidos digitales

### Área de competencia 2: Comunicación y colaboración

INTERMEDIO ●●●●

- 2.1 Interactuar a través de tecnologías digitales
- 2.2 Compartir a través de tecnologías digitales
- 2.3 Colaboración a través de las tecnologías digitales

### Área de competencia 3: Creación de contenido digital

INTERMEDIO ●●●●●

- 3.1 Copyright y licencias

### Área de competencia 4: Seguridad

INTERMEDIO ●●●●●

### Área de competencia 5: Resolución de problemas

INTERMEDIO ●●●●●

- 5.1 Identificación de necesidades y respuestas técnicas
- 5.2 Uso creativo de las tecnologías digitales

## Taller 4: Entrenamiento de inteligencia emocional digital

### Descripción

Las habilidades emocionales digitales son necesarias para afrontar la transformación digital de forma amable y sin riesgos para su salud mental. En este taller, los participantes enfrentarse a distintos retos de manera presencial y online para aprender a entrenar las emociones derivadas del mundo digital.

Este taller forma parte de “ActivaTic CLM” porque:

- 1 Los jóvenes se encuentran inmersos en un entorno digital donde interactúan constantemente con diferentes plataformas y redes sociales. El taller de inteligencia emocional digital les ayuda a desarrollar la conciencia de sus propias emociones y a gestionarlas de manera saludable en el contexto digital.
- 2 Fomenta la empatía y el respeto hacia los demás en el ámbito digital.  
Ayuda a desarrollar competencias sociales y habilidades de comunicación.
- 3 Proporciona estrategias para manejar el estrés digital, establecer límites saludables en el uso de la tecnología y cultivar un entorno digital positivo.

### Objetivos

- ✓ Fortalecer la habilidad de gestión y creación de las identidades digitales.
- ✓ Aprender a protegerse a sí mismo y a otros de las amenazas digitales.
- ✓ Desarrollar la inteligencia emocional y comprender qué tipo de información debemos revelar a los demás en un ambiente digital.



### Estructura del taller (4h)

- 1 **Presentación y bienvenida:** 30 min
- 2 **Marco actual y datos impactantes:** 30min
- 3 **Juego de roles:** 30min
- 4 **Practica de generación de ideas:** 45min

- 5 **Entrenamiento digital:** 45 min
- 6 **Debate:** 30 min
- 7 **Despedida y encuesta de satisfacción:** 30min

### Competencias digitales que se trabajan

#### Área de competencia 1: Información y alfabetización digital

BÁSICO ●

- 1.1 Navegar, buscar y filtrar datos, información y contenidos digitales
- 1.2 Gestionar datos, información y contenidos digitales

#### Área de competencia 2: Comunicación y colaboración

INTERMEDIO ●●●

- 2.1 Interactuar a través de tecnologías digitales
- 2.2 Compartir a través de tecnologías digitales

#### Área de competencia 3: Creación de contenido digital

BÁSICO ●●

- 3.1 Desarrollo de contenido digital

#### Área de competencia 4: Seguridad

INTERMEDIO ●●●●

- 4.1 Diferenciar formas básicas de evitar riesgos y amenazas para mi salud física y mental en el uso de tecnologías digitales
- 4.2 Seleccionar formas de protegerme a mí y a otros de posibles daños en entornos digitales
- 4.3 Protección de la salud y el bienestar

#### Área de competencia 5: Resolución de problemas

INTERMEDIO ●●●●

- 5.1 Señalar necesidades concretas y habituales
- 5.2 Identificación de necesidades y respuestas técnicas

## Contenido dirigido a personas adultas

### Público al que se dirigen

Preferentemente **público adulto (de 18 a 65 años)**. Estas edades son orientativas y se recomienda priorizar el interés en el contenido del taller formativo, permitiendo excepciones.

El perfil interesado sería el de:

- ✓ Hombre/mujer mayor de 25 años con nivel básico de competencias digitales que vive en el entorno rural y tiene necesidades formativas.
- ✓ Hombre/ mujer (mayoritariamente) mayor de 25 años que necesita actualizarse y mejorar sus competencias digitales.
- ✓ Recién licenciado/a o máster que necesita refuerzo en competencias digitales para desarrollar su actividad.
- ✓ Estudiante millennial y post-millennial en la veintena con necesidades formativas y afinidad por la tecnología.

## Taller 5: Cuidar nuestra identidad digital

### Descripción

Una comunidad de práctica es un grupo de personas que comparten una preocupación o un interés acerca de un tema y profundizan sus conocimientos y pericias a partir de la interacción continua. A través de diversas dinámicas activas y juegos de roles, los participantes aprenderán a saber qué tipo de información debemos revelar sobre nosotros mismos, las ventajas y riesgos de nuestra actividad en línea, a cómo cuidar su privacidad o las repercusiones de tener una imagen digital positiva o negativa y crear una identidad digital positiva. Este taller forma parte de “ActivaTic CLM” porque aborda una necesidad apremiante para los adultos en la era digital: comprender y gestionar su identidad y privacidad en línea. Al dirigirse al público adulto, se reconoce que muchos de ellos pueden tener una mayor exposición y responsabilidades en línea, tanto a nivel personal como profesional. Además, este taller promueve la seguridad, la confianza y el empoderamiento digital, elementos esenciales para el uso responsable y beneficioso de las herramientas digitales en la vida cotidiana.

### Objetivos

- ✓ Promover una ciudadanía activa y participativa a través de la ciencia y la tecnología.
- ✓ Crear y gestionar una o varias identidades digitales para ser capaz de proteger la propia reputación y tratar los datos que se producen a través de diversas herramientas, entornos y servicios digitales.
- ✓ Generar pensamiento crítico.

## Estructura del taller (4h)

- 1 **Presentación y bienvenida:** 30 min
- 2 **Dinámica de inmersión:** 15 min
- 3 **Marco actual y datos impactantes:** 30min
- 4 **Autorreflexión digital:** 30min
- 5 **Puesta en común:** 45min
- 6 **Debate:** 60 min
- 7 **Despedida y encuesta de satisfacción:** 30min



## Competencias digitales que se trabajan

### Área de competencia 1: Información y alfabetización digital

INTERMEDIO ●●●●

- 1.1 Gestionar datos, información y contenidos digitales

### Área de competencia 2: Comunicación y colaboración

AVANZADO ●●●●●

- 2.1 Interactuar a través de tecnologías digitales
- 2.2 Compromisos de la ciudadanía a través de tecnologías digitales
- 2.3 Comportamiento en la red
- 2.4 Gestión de la identidad digital

### Área de competencia 3: Creación de contenido digital

INTERMEDIO ●●●●

- 3.1 Desarrollo de contenido digital

### Área de competencia 4: Seguridad

AVANZADO ●●●●●

- 4.1 Protección de dispositivos
- 4.2 Protección de datos personales y privacidad
- 4.3 Protección de la salud y el bienestar

### Área de competencia 5: Resolución de problemas

INTERMEDIO ●●●●

- 5.1 Identificación de necesidades y respuestas técnicas
- 5.2 Identificar lagunas en las competencias digitales

## Taller 6: Participación ciudadana en entornos digitales

### Descripción

¡Un laboratorio para hacer ciencia ciudadana! En este taller, los participantes se involucrarán directamente en un proceso de investigación. No existe un perfil único de científico ciudadano: los niños de un colegio, los estudiantes de universidad, los aficionados a una temática o los expertos en otra, los habitantes de zonas rurales e incluso gente que no sabe leer ni escribir tienen la capacidad de aportar a la investigación en diferentes ámbitos.

Este taller forma parte de “ActivaTic CLM” porque ofrece una oportunidad única para que los adultos se involucren en la ciencia y la investigación de una manera práctica y significativa. Al dirigirse al público adulto, se reconoce su capacidad para contribuir con su experiencia y conocimientos a proyectos científicos colaborativos. Además, promueve la curiosidad, el aprendizaje activo y la construcción de una comunidad científica en la que los participantes se sienten parte de algo más grande que ellos mismos.

### Objetivos

- ✓ Participar en la sociedad a través del uso de servicios digitales públicos y privados.
- ✓ Buscar oportunidades para el autoempoderamiento y la ciudadanía participativa a través de tecnologías digitales apropiadas.

### Estructura del taller (4h)

- 1 **Presentación y bienvenida:** 30 min
- 2 **¿Qué es la ciencia ciudadana?:** 30 min
- 3 **Ejemplos reales:** 30min
- 4 **Práctica digital:** 60min
- 5 **Reflexión y conclusiones:** 60 min
- 6 **Despedida y encuesta de satisfacción:** 30min



## Competencias digitales que se trabajan

### Área de competencia 1: Información y alfabetización digital

AVANZADO ●●●●●

- 1.1 Navegar, buscar y filtrar datos, información y contenidos digitales
- 1.2 Evaluar datos, información y contenidos digitales
- 1.3 Gestionar datos, información y contenidos digitales

### Área de competencia 2: Comunicación y colaboración

AVANZADO ●●●●●

- 2.1 Interactuar a través de tecnologías digitales
- 2.2 Compartir a través de tecnologías digitales
- 2.3 Compromisos de la ciudadanía a través de tecnologías digitales
- 2.4 Colaboración a través de las tecnologías digitales

### Área de competencia 3: Creación de contenido digital

INTERMEDIO ●●●●●

- 3.1 Desarrollo de contenido digital
- 3.2 Integración y reelaboración de contenido digital

### Área de competencia 4: Seguridad

INTERMEDIO ●●●●●

- 4.1 Protección de datos personales y privacidad

### Área de competencia 5: Resolución de problemas

INTERMEDIO ●●●●●

- 5.1 Identificación de necesidades y respuestas técnicas
- 5.2 Uso creativo de las tecnologías digitales

## Taller 7: Inteligencia artificial para mejorar el día a día

### Descripción

¡Aprende a utilizar herramientas digitales de Inteligencia Artificial para mejorar tu vida y trabajo! En este taller educativo de 4 horas de duración, aprenderás sobre diferentes tipos de herramientas de Inteligencia Artificial como Chat GPT, cómo se utilizan en el mundo actual y cómo pueden beneficiarte. Descubrirás cómo estas herramientas pueden automatizar procesos, analizar datos, mejorar la toma de decisiones y mucho más.

Además, tendrás la oportunidad de experimentar con algunas herramientas de Inteligencia Artificial a través de demostraciones en vivo y ejercicios prácticos, para que puedas ver cómo se aplican en la vida real. También se discutirá la importancia de la ética y la privacidad en el uso de estas herramientas.

### Objetivos

- ✓ Introducir a los participantes en el mundo de la Inteligencia Artificial y sus aplicaciones prácticas y dar a conocer los diferentes tipos de herramientas de Inteligencia Artificial que existen y sus características.
- ✓ Demostrar cómo las herramientas de Inteligencia Artificial pueden ayudar en la automatización de procesos, el análisis de datos y la toma de decisiones.
- ✓ Proporcionar oportunidades prácticas para que los participantes experimenten con algunas herramientas de Inteligencia Artificial y aprendan de manera interactiva.
- ✓ Discutir la importancia de la ética y la privacidad en el uso de herramientas de Inteligencia Artificial y proporcionar respuestas a las preguntas de los participantes y crear un espacio para el diálogo y el intercambio de ideas.



### Estructura del taller (4h)

- 1 **Presentación y bienvenida:** 30 min
- 2 **Tipos de herramientas de inteligencia artificial:** 30 min
- 3 **Ejemplos reales:** 30min
- 4 **Práctica digital:** 60min

- 5 **Ética y privacidad:** 30 min
- 6 **Reflexión y conclusiones:** 30 min
- 7 **Despedida y encuesta de satisfacción:** 30min

## Competencias digitales que se trabajan

### Área de competencia 1: Información y alfabetización digital

BÁSICO ●

- 1.1 Navegar, buscar y filtrar datos, información y contenidos digitales
- 1.3 Gestionar datos, información y contenidos digitales

### Área de competencia 2: Comunicación y colaboración

INTERMEDIO ●●●

- 2.1 Interactuar a través de tecnologías digitales
- 2.2 Compartir a través de tecnologías digitales

### Área de competencia 3: Creación de contenido digital

BÁSICO ●●

- 3.1 Desarrollo de contenido digital

### Área de competencia 4: Seguridad

INTERMEDIO ●●●●

- 4.1 Diferenciar formas básicas de evitar riesgos y amenazas para mi salud física y mental en el uso de tecnologías digitales.
- 4.2 Seleccionar formas protegerme a mí y a otros de posibles daños en entornos digitales.
- 4.3 Protección de la salud y el bienestar

### Área de competencia 5: Resolución de problemas

INTERMEDIO ●●●

- 5.1 Señalar necesidades concretas y habituales
- 5.2 Identificación de necesidades y respuestas técnicas

## Contenido dirigido a personas mayores

### Público al que se dirigen

Preferentemente **mayores (más de 65 años)**. Estas edades son orientativas y se recomienda priorizar el interés en el contenido del taller formativo, permitiendo excepciones.

El perfil interesado sería el de:

- ✓ Jubilado/a de 65 años nivel básico o nulo de competencias digitales que vive en el entorno rural y tiene interés por la tecnología con aplicación personal.

Este perfil de usuario corresponde al de un trabajador/ay/o pequeño empresario de la región ya jubilado que ha desarrollado su actividad profesional en sectores predominantes en Castilla-La Mancha: servicios, construcción, industria manufacturera y, en menor medida, en el sector primario; o ha regresado a su tierra natal después de trabajar en otras regiones españolas.

## Taller 8: Conexión virtual

### Videollamadas y otras herramientas de comunicación online

#### Descripción

Este taller, especialmente diseñado para personas mayores de 65 años, enseña a utilizar herramientas digitales y plataformas de comunicación para mantenerse conectados con familiares, amigos y seres queridos. Se explora el contenido a través de una metodología de aprendizaje basada en resolución de problemas en la que los participantes deberán enfrentarse a diversas situaciones ficticias.

Algunos temas que se incluyen son:

- ✓ Uso de video llamadas y conferencias en línea: Enseñar a las personas mayores a utilizar aplicaciones y plataformas de video llamadas, como Zoom, Skype o FaceTime, para realizar videoconferencias con familiares y amigos. Se les mostraría cómo iniciar y participar en video llamadas, ajustar la configuración de audio y video, y compartir momentos especiales a través de la pantalla.
- ✓ Redes sociales y grupos de interés: Explorar el uso de redes sociales como Facebook o Instagram, y cómo pueden unirse a grupos de interés o comunidades en línea para conectar con personas que comparten sus intereses y aficiones. Se les enseñaría a navegar por estas plataformas, interactuar con publicaciones y compartir contenido relevante.
- ✓ Seguridad en la comunicación en línea: Brindar consejos sobre la seguridad en la comunicación en línea, como la importancia de proteger la información personal, evitar compartir contraseñas y estar alerta ante posibles estafas o engaños en línea.

Este taller forma parte de “ActivaTic CLM” porque en lugar de limitarse a la transmisión de conocimientos teóricos, se enfoca en brindar a los participantes la oportunidad de utilizar las herramientas y aplicaciones digitales de comunicación en tiempo real. Esto se logra a través de ejercicios prácticos, actividades de grupo, simulaciones y resolución de problemas relacionados con la comunicación virtual.

### Objetivos

- ✓ Familiarizar a las personas mayores con herramientas digitales de comunicación y conexión virtual.
- ✓ Capacitar a los participantes en el uso de plataformas de video llamadas, redes sociales, correo electrónico y aplicaciones de mensajería.
- ✓ Promover la participación activa en la comunicación en línea y la conexión con seres queridos.
- ✓ Fomentar la exploración de recursos en línea, como noticias, blogs y entretenimiento.
- ✓ Concienciar sobre la seguridad en la comunicación en línea y brindar pautas para proteger la información personal.
- ✓ Proporcionar un espacio de aprendizaje interactivo y práctico, donde los participantes puedan adquirir confianza y habilidades en el uso de herramientas digitales de comunicación.



### Estructura del taller (4h)

- 1 **Presentación y bienvenida:** 30 min
- 2 **Conociendo las herramientas de comunicación:** 60 min
- 3 **Exploración de recursos en línea:** 45 min
- 4 **Uso de video llamadas y conferencias en línea:** 30min
- 5 **Preguntas y conclusiones:** 30 min
- 6 **Despedida y encuesta de satisfacción:** 30min

## Competencias digitales que se trabajan

### Área de competencia 1: Información y alfabetización digital

AVANZADO ●●●●●

- 1.1 Navegar, buscar y filtrar datos, información y contenidos digitales
- 1.2 Evaluar datos, información y contenidos digitales
- 1.3 Gestionar datos, información y contenidos digitales

### Área de competencia 2: Comunicación y colaboración

INTERMEDIO ●●●

- 2.1 Interactuar a través de tecnologías digitales
- 2.2 Compartir a través de tecnologías digitales
- 2.3 Gestión de la identidad digital

### Área de competencia 3: Creación de contenido digital

INTERMEDIO ●●●

### Área de competencia 4: Seguridad

INTERMEDIO ●●●

- 4.1 Protección de datos personales y privacidad
- 4.2 Protección de la salud y el bienestar

### Área de competencia 5: Resolución de problemas

AVANZADO ●●●●●

- 5.1 Resolución de problemas técnicos
- 5.2 Identificación de necesidades y respuestas técnicas
- 5.4 Identificar lagunas en las competencias digitales

## Taller 9: Laboratorio de imágenes para recordar

### Descripción

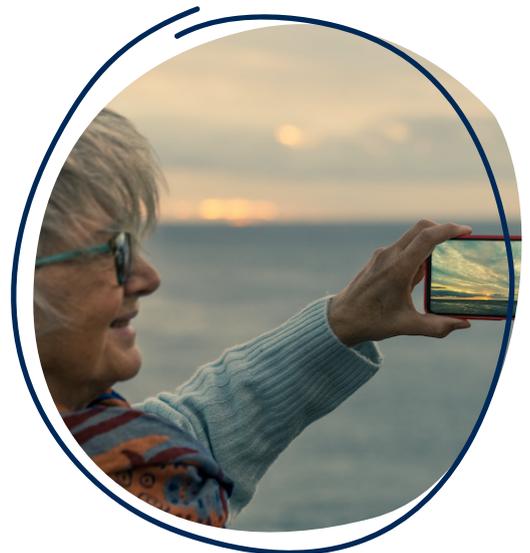
Este taller especialmente destinado a personas mayores consiste en crear un laboratorio para hacer, retocar y visualizar imágenes que convierta cada impronta en un recuerdo imborrable. Aprenderán a crear fotos y vídeos, a compartirlos a través del móvil y de las redes sociales.

Este taller se abordará desde una metodología activa basada en el Aprendizaje Cooperativo. A esta metodología lo que le caracteriza es que los objetivos del alumnado se encuentran vinculados entre sí de manera muy cercana, por lo que cada uno de ellos solo logra el suyo si el resto de la clase también consigue los suyos propios.

Este taller forma parte de “ActivaTic CLM” porque reconoce la importancia de las personas mayores y busca brindarles las herramientas y los conocimientos necesarios para que puedan disfrutar y beneficiarse de las posibilidades digitales en el ámbito de la fotografía y el vídeo. Además, promueve la expresión personal, la inclusión digital y la participación social, fomentando un envejecimiento activo y saludable.

### Objetivos

- ✓ Mejorar la relación de la población de la tercera edad y la tecnología.
- ✓ Desarrollar habilidades tecnológicas con el fin de incorporar a la tercera edad a la nueva era digital.
- ✓ Promover el uso del móvil y las redes sociales entre la población de la tercera edad.



### Estructura del taller (4h)

- 1 **Presentación y bienvenida:** 30 min
- 2 **Dinámica de inmersión:** 30 min
- 3 **Ejemplos reales:** 30min
- 4 **Explicación práctica de las herramientas disponibles:** 60min
- 5 **Reto colaborativo:** 30 min
- 6 **Puesta en común:** 30 min
- 7 **Despedida y encuesta de satisfacción:** 30min

## Competencias digitales que se trabajan

### Área de competencia 1: Información y alfabetización digital

AVANZADO ●●●●●

- 1.1 Navegar, buscar y filtrar datos, información y contenidos digitales
- 1.2 Evaluar datos, información y contenidos digitales
- 1.3 Gestionar datos, información y contenidos digitales

### Área de competencia 2: Comunicación y colaboración

BÁSICO ●●

- 2.1 Interactuar a través de tecnologías digitales
- 2.2 Compartir a través de tecnologías digitales
- 2.3 Gestión de la identidad digital

### Área de competencia 3: Creación de contenido digital

AVANZADO ●●●●●

- 3.1 Desarrollo de contenido digital
- 3.2 Integración y reelaboración de contenido digital

### Área de competencia 4: Seguridad

BÁSICO ●●

- 4.1 Protección de datos personales y privacidad

### Área de competencia 5: Resolución de problemas

INTERMEDIO ●●●●●

- 5.1 Identificar lagunas en las competencias digitales

## Taller 10: Pintura digital

### Descripción

Este taller pretende ser un acercamiento al dibujo y a la pintura utilizando ordenadores, empleando herramientas muy intuitivas para simular distintos tipos de pintura tradicional, tales como acuarela, óleo, pintura pastel, carboncillo o aerógrafo con el fin de enseñar a los mayores las herramientas y técnicas básicas para crear obras de arte únicas y hermosas, fomentar su creatividad y expresión artística, y proporcionar un ambiente seguro para aprender y explorar.

Este taller forma parte de “ActivaTic CLM” porque reconoce el interés y el potencial creativo de las personas mayores en el ámbito del arte. Les brinda la oportunidad de explorar nuevas formas de expresión artística, desarrollar habilidades cognitivas y disfrutar de la creación artística en un entorno seguro y accesible. Además, fomenta la inclusión social y la interacción entre los participantes, generando un sentido de comunidad y enriquecimiento personal.

### Objetivos

- ✓ Mejorar la relación de la población de la tercera edad y la tecnología a través de la pintura.
- ✓ Incentivar el aprendizaje de herramientas digitales a través del uso de un programa artístico.
- ✓ Aprender a trabajar con diferentes programas de software.
- ✓ Fomentar la creatividad y la expresión artística.



### Estructura del taller (4h)

- 1 **Presentación y bienvenida:** 30 min
- 2 **El arte digital y los NTF:** 30 min
- 3 **Ejemplos reales:** 30min
- 4 **Explicación práctica de las herramientas disponibles:** 60min
- 5 **Ejercicios de práctica:** 60 min
- 6 **Despedida y encuesta de satisfacción:** 30min

## Competencias digitales que se trabajan

### Área de competencia 1: Información y alfabetización digital

BÁSICO ●●

- 1.1 Gestionar datos, información y contenidos digitales

### Área de competencia 2: Comunicación y colaboración

INTERMEDIO ●●●●

- 2.1 Interactuar a través de tecnologías digitales
- 2.2 Compartir a través de tecnologías digitales

### Área de competencia 3: Creación de contenido digital

INTERMEDIO ●●●●

- 3.1 Desarrollo de contenido digital
- 3.2 Integración y reelaboración de contenido digital

### Área de competencia 4: Seguridad

BÁSICO ●●

- 4.1. Protección de dispositivos

### Área de competencia 5: Resolución de problemas

AVANZADO ●●●●●

- 5.1 Uso creativo de las tecnologías digitales



ActivaTIC  
CLM

# Plan de capacitación para la ciudadanía a través de metodologías educativas activas

*Dossier de acciones formativas*

Centro de Desarrollo de  
Competencias Digitales  
Castilla-La Mancha



Pertenece a:



PARQUE CIENTÍFICO  
Y TECNOLÓGICO  
DE CASTILLA - LA MANCHA



Castilla  
La Mancha