

PLAN DE FORMACIÓN

DIGIT-GERA: 2021-1-PL01-KA220-ADU-000026148

**CREAR UNA COMUNIDAD DE APRENDIZAJE
ADAPTADA A LA EDAD DIGITAL**

1. Introducción y principios del curso de formación DIGIT-GERA

El Plan de Educación Digital para Europa 2021-2027 puso de manifiesto la falta de programas de formación específicamente diseñados para personas mayores utilizando la metodología de la geragogía. El proyecto DIGIT-GERA pretende desarrollar una metodología integral para educar a las personas mayores en el marco europeo. Pretende armonizar las buenas prácticas y mejorar las capacidades de los educadores/formadores para impartir formación adaptada a las personas mayores, fomentando su inclusión en la sociedad digital. Los objetivos del proyecto incluyen: desarrollar una metodología pedagógica común, formar a los educadores para crear comunidades digitales adaptadas a las personas mayores (DAFLC), promover el Marco Europeo de Competencia Digital para Profesores (DigCompEdu) para reconocer las habilidades digitales y crear una comunidad de aprendizaje digital para mayores.

El curso de aprendizaje electrónico DIGIT-GERA es una herramienta innovadora diseñada para formadores y empleados de organizaciones educativas, con el objetivo de crear una sociedad más inclusiva y digital. Este curso, basado en el Plan de Acción Europeo de Educación Digital, es una iniciativa crucial destinada a capacitar a las personas mayores en la era digital. A medida que la sociedad se hace cada vez más global, es esencial dotar a los mayores de las habilidades y conocimientos necesarios para navegar con confianza por el mundo digital.

El curso de aprendizaje electrónico DIGIT-GERA consta de 10 módulos completos, diseñados para abordar los retos y oportunidades únicos que encuentran los mayores en la era digital.

Objetivos educativos

Los objetivos del curso DIGIT-GERA incluyen:

- 2. Mejorar las habilidades de los profesores y formadores en el uso de las tecnologías digitales para enseñar eficazmente a las personas mayores, con un enfoque particular en las áreas definidas en DigCompEdu, como la enseñanza, el aprendizaje colaborativo, y la accesibilidad y la inclusión.**

3. **Desarrollar las habilidades personales de profesores y formadores**, como la comunicación, la colaboración y la resolución de problemas, para apoyar eficazmente a las personas mayores en su viaje digital.
4. **Impartir conocimientos de geragogía y métodos de enseñanza adaptados a las necesidades de los mayores**, incluida la introducción del marco DigComp y su uso en la planificación y ejecución de actividades para mayores con énfasis en la seguridad.
5. **Preparar a educadores y formadores para impartir clases sobre ciudadanía digital activa**, seguridad en línea, estimulación de la mente de los mayores a través de la tecnología, salud mental de los mayores, forma física, autoconciencia y geragogía crítica.
6. **Crear una comunidad de aprendizaje digital adaptada a la edad (DAFLC)** que apoye el aprendizaje de los mayores y comparta experiencias docentes.

Resultados del aprendizaje

Al finalizar el curso, los participantes serán capaces de:

1. Explicar el concepto de comunidad de aprendizaje digital adaptada a la edad (DAFLC) y su importancia para los adultos mayores.
2. Identificar las necesidades y preferencias de los mayores en términos de educación digital.
3. Utilizar las tecnologías digitales para enseñar eficazmente a las personas mayores.
4. Aplicar métodos pedagógicos adaptados a las necesidades de las personas mayores.
5. Promover la ciudadanía digital activa y la seguridad en línea entre las personas mayores.
6. Construir y apoyar comunidades educativas digitalmente amigables con la edad.

El curso ha sido preparado por un equipo internacional de especialistas de Polonia, Francia, Portugal, España e Italia, lo que garantiza una diversidad de herramientas, métodos y perspectivas, contribuyendo a una comprensión más profunda del tema por parte de los participantes.

El curso de formación DIGIT-GERA se desarrolla en inglés, polaco, francés, español, portugués e italiano.

1) Programa de formación DIGIT-GERA - Objetivos y cuadro recapitulativo

Módulo	Duración (horas)	Unidades	Objetivos de aprendizaje	Resultados del aprendizaje
M1 - Introducción	1		Mejorar las competencias digitales de los educadores para enseñar a las personas mayores, centrándose en: la enseñanza, el aprendizaje colaborativo, la accesibilidad y la inclusión, pero también la comunicación y la resolución de problemas, así como la enseñanza de la geragogía y los métodos adaptados a las personas mayores. Preparar a los educadores para enseñar ciudadanía digital, seguridad en línea, salud de las personas mayores y crear una Comunidad de Aprendizaje Amigable con la Edad Digital (DAFLC).	Al finalizar el curso, los participantes comprenderán e implementarán una DAFLC para personas mayores, abordando sus necesidades de educación digital, diseñando actividades atractivas, fomentando la comunidad, promoviendo la ciudadanía digital y mejorando la autonomía y la salud a través de herramientas digitales.

<p>M2 - Mejora de las competencias digitales de los alumnos mayores</p>	<p>7</p>	<p>Unidad 1. Alfabetización digital para mayores Unidad 2. ¿Qué es el aprendizaje colaborativo? Unidad 3. Aprendizaje informal Unidad 4. Material didáctico y pertinencia Unidad 5. Diseño de lecciones</p>	<ul style="list-style-type: none"> Mejorar la capacidad de poner en práctica habilidades eficaces de trabajo en equipo y comunicación (incluida la conciencia interpersonal e intercultural). <p>Asimilar múltiples puntos de vista y métodos de aprendizaje para profundizar en los conocimientos y fomentar el pensamiento crítico entre los mayores. Permitir que los seniors fomenten la responsabilidad individual ante el equipo y su trabajo. Analizar las necesidades de los seniors y lo cómodos que se sienten con respecto a sus competencias digitales. Asegurarse de que se sienten suficientemente relevantes en el proceso de aprendizaje.</p>	<p>Tras completar el módulo, los participantes entienden el impacto de la sociedad digital en las personas mayores y pueden reconocer y adaptarse a sus necesidades individuales, proponer opciones de aprendizaje adecuadas, revisar sus métodos y evaluar y responder al progreso de aprendizaje de las personas mayores.</p>
<p>M3 - Digital activa Ciudadanía - Herramientas para conducir a los alumnos adultos de</p>	<p>7</p>	<p>Unidad 1. ¿En qué pilares se basa el concepto de CIUDADANÍA DIGITAL? Unidad 2.</p>	<p>Mejorar las competencias de los formadores/educadores en la planificación, organización y ejecución de procesos de desarrollo para mayores en la sociedad digital,</p>	<p>Tras completar el módulo, los participantes comprenderán el concepto de sociedad digital y podrán ayudar a los mayores a comprometerse planificando y</p>

<p>la reflexión y el aprendizaje a la acción.</p>		<p>¿Cómo analizar las competencias que debe tener un senior para estar a la altura de los cambios en el mundo digitalizado? Unidad 3. ¿Cómo organizar procesos de desarrollo adecuadamente adaptados a las necesidades de las personas mayores, gracias a los cuales se incorporarán activamente a la sociedad digital?</p>	<p>adaptados a sus necesidades. Aumentar los conocimientos sobre la sociedad digital, analizar las competencias digitales necesarias de las personas mayores y presentar métodos coherentes con la geragogía.</p>	<p>adaptando los procesos de desarrollo, eligiendo los métodos adecuados y evaluando los progresos.</p>
<p>M4 - Seguridad en línea - El Marco Europeo de Competencia Digital para los ciudadanos como herramienta para fomentar las competencias digitales de las personas mayores</p>	<p>6</p>	<p>Unidad 1. ¿Cómo enseñar a los mayores a navegar con seguridad en el entorno digital? Unidad 2. Diversas dimensiones de la seguridad</p>	<p>Aumentar las competencias de los formadores en la planificación y aplicación de procesos de desarrollo de la seguridad de los mayores en el mundo digital. Aumentar la concienciación sobre DigComp 2.2, centrándose en la seguridad, la protección de dispositivos y contenidos, la privacidad de los datos, el bienestar y el impacto medioambiental. Mejorar la capacidad de diseñar procesos de desarrollo relacionados</p>	<p>Tras completar el módulo, los participantes comprenderán DigComp 2.2 y serán capaces de planificar y aplicar procesos de desarrollo centrados en la seguridad de las personas mayores, garantizar la protección de dispositivos y datos, y reducir los riesgos relacionados con Internet para el bienestar y el medio ambiente.</p>

			con la seguridad de las personas mayores en la sociedad digital.	
M5 - Ampliar las mentes de las personas mayores: nuevo horizonte	8	<p>Unidad 1. Historias del mercado en línea, economía plateada y consumo responsable</p> <p>Unidad 2. La "economía plateada" y la aplicación del concepto "onlife" para descubrir la belleza</p> <p>Unidad 3. Tecnología inmersiva a través de la exploración de los sentidos.</p>	Aumentar las competencias de los formadores y educadores de personas mayores para que puedan mostrar a sus oyentes nuevas posibilidades y perspectivas en el uso de la tecnología. Para que las personas mayores puedan convertirse en verdaderos ciudadanos activos del mundo digital, a través de actividades clave como: tomar decisiones de mercado con conocimiento de causa, descubrir la belleza del entorno y nuevos métodos de aprendizaje, crear comunidades, apoyar la vitalidad mental a lo largo de la vida.	Al final del módulo, los formadores y educadores serán capaces de ayudar a los mayores a reconocer el potencial de la tecnología para apoyar causas sociales, participar en acciones comunitarias, convertirse en miembros locales activos, desarrollar nuevas habilidades, encontrar nuevos objetivos vitales y promover la salud mental y física utilizando la tecnología.
M6 - Mejorar la salud mental de los mayores en un entorno post-pandémico	6	<p>Unidad 1. ¿Qué es la salud mental? ¿Qué es la salud mental?</p> <p>Unidad 2. Los cinco pasos hacia el bienestar</p>	Aumentar las habilidades de los formadores en la promoción de la salud mental y un estilo de vida positivo para las personas mayores, demostrando formas de hacer frente a los efectos de Covid-19, reduciendo el aislamiento y mejorando el bienestar general a	Tras completar este módulo, el formador será capaz de ayudar a las personas mayores a reconectar y mantener un estilo de vida saludable, haciendo hincapié en el bienestar holístico y el compromiso social.

			través de prácticas clave de bienestar.	
M7 - Mejorar las condiciones físicas de las personas mayores	6	Unidad 1. FITNESS Unidad 2. MEDITACIÓN MEDITACIÓN Unidad 3. SALUD Unidad 4. NUTRICIÓN	El objetivo es dotar a los educadores de conocimientos y recursos que les ayuden a enseñar a los mayores a llevar un estilo de vida saludable y activo a través de la actividad física, las prácticas de atención plena y las elecciones alimentarias conscientes. Aumentar la capacidad de utilizar recursos y aplicaciones digitales que apoyen un estilo de vida saludable.	Tras completar el módulo, el alumno sabrá cómo utilizar los recursos del mundo digital relacionados con el fitness, la meditación, la nutrición y la salud para apoyar el bienestar físico de las personas mayores.
M8 - Autoconciencia: concienciar a los alumnos mayores sobre su papel en la sociedad.	6	Unidad 1. Cómo se ven a sí mismos los mayores y cómo les ve la sociedad. Unidad 2. Nuevos caminos para el papel de las personas mayores en la sociedad.	El objetivo es mejorar las competencias de los formadores para que puedan ayudar a las personas mayores a participar activamente en la sociedad mediante una mayor concienciación sobre el envejecimiento, la promoción de un envejecimiento saludable y el aumento de las competencias digitales y la inclusión social.	Tras completar este módulo, los formadores serán capaces de animar a los mayores a reflexionar sobre sus puntos fuertes y débiles, apoyar su autoconciencia y hacer hincapié en la importancia de desarrollar la capacidad de participar activamente en la sociedad.
M9 - Geragogía crítica: transformar las condiciones que	6	Unidad 1. Geragogía Crítica Unidad 2.	Aprender el significado de la geragogía crítica y sus aplicaciones prácticas en el mundo digital.	Tras completar este módulo, los participantes serán capaces de:

<p>promueven el desempoderamiento de las personas mayores</p>		<p>Compromiso digital positivo Unidad 3. Compromiso digital reactivo</p>		<p>Definir la geragogía crítica y sus principios básicos (empoderamiento, reflexión crítica, colaboración). Explicar los beneficios que la geragogía crítica puede aportar a la educación de las personas mayores (lucha contra la marginación, aprendizaje permanente, creación de comunidades). Reconocer el potencial de las tecnologías digitales para empoderar y participar en la sociedad y desarrollar la autoeficacia de los mayores para desenvolverse en el mundo digital.</p>
<p>M10 - Comunidad de aprendizaje adaptada a la edad digital (DAFLC) - un espacio práctico para aprender y desarrollar competencias digitales</p>	<p>7</p>	<p>Unidad 1. ¿Cómo entendemos DAFLC? ¿Cómo crean las organizaciones una Comunidad Digital de Aprendizaje Adaptada a las Personas Mayores (DAFLC)? Unidad 2</p>	<p>Mayor comprensión del concepto de Comunidad Digital de Aprendizaje Adaptada a la Edad (DAFLC) como espacio práctico para el aprendizaje y el desarrollo de las competencias digitales de las personas mayores.</p>	<p>Tras completar el módulo, el participante conocerá las formas de trabajo docente en las comunidades educativas digitales amigables con los mayores, conocerá las características de las plataformas utilizadas para construir DAFLC y sabrá cómo</p>

		<p>¿Cómo puede un formador/educador crear un DAFLC? DigCompEdu como indicador para el desarrollo de las competencias digitales de los formadores.</p>		<p>los educadores pueden utilizar DFCL. Aprenderán para qué sirve la matriz DigCompEdu y cómo utilizarla.</p>
--	--	---	--	---

2) Contenido de la formación DIGIT-GERA

En este documento, los socios del proyecto desarrollaron un total de 10 módulos dedicados a diferentes temas dirigidos a formadores de personas mayores y organizaciones que trabajan con personas mayores, útiles para la implementación de un enfoque geragógico entre este grupo objetivo.

1. Introducción de DIGIT-GERA

Este módulo hace referencia a la presentación del proyecto DIGIT-GERA, los objetivos y resultados del curso que deben alcanzar los formadores, así como breves descripciones de los diferentes capítulos creados por el consorcio.

2. Alfabetización digital - Mejora de las competencias digitales de los alumnos mayores

En este módulo, los formadores comprenderán cómo abordar y ayudar a las personas mayores a adquirir y desarrollar sus competencias digitales. Este capítulo presenta los métodos propuestos y analizados para apoyar a los formadores durante sus cursos y formación con personas mayores, así como los mejores enfoques a adoptar por parte de los formadores: aprendizaje colaborativo, aprendizaje informal, ayudas didácticas y diseño de lecciones.

3. Ciudadanía digital activa - Herramientas para llevar a los alumnos adultos de la reflexión y el aprendizaje a la acción

Este módulo proporciona herramientas y consejos a los alumnos adultos en relación con la ciudadanía digital, con el fin de reforzar su participación proactiva y responsable en el mundo digital y ser un ciudadano activo cómodo con las nuevas tecnologías.

4. Seguridad en línea - El Marco Europeo de Competencia Digital para los ciudadanos como herramienta para fomentar las habilidades digitales de los mayores

Este módulo aborda la ciberseguridad en el contexto del Marco Europeo de Competencia Digital que capacita a los mayores para identificar posibles amenazas,

salvaguardar la información personal y propone cómo involucrar a los mayores con las tecnologías digitales para que se familiaricen con las medidas de seguridad básicas que podrían ser beneficiosas mientras navegan por Internet.

5. Ampliar las mentes de las personas mayores: nuevo horizonte

Este módulo presenta cómo acercarse a los mayores para que comprendan mejor el amplio abanico de oportunidades que ofrece el uso de Internet para desarrollar nuevas habilidades vitales, como las sociales, pero también en relación con temas como el bienestar o incluso la felicidad.

6. Mejorar la salud mental de los mayores en un entorno pospandémico

Este módulo se centra en cómo mejorar la mentalidad positiva de los alumnos mayores, mostrando la importancia de que los formadores ayuden a los mayores a reanudar sus actividades y a establecer contactos sociales seguros, encontrando y manteniendo así un estilo de vida sano y positivo.

7. Mejorar la condición física de los mayores

Este módulo aborda la importancia de mantener una buena condición física con la edad y propone trucos y consejos dedicados a los mayores que utilizan herramientas digitales.

8. Autoconciencia: concienciar a los alumnos mayores de su papel en la sociedad

El módulo 8 está diseñado para preparar a los educadores a ayudar a los mayores a comprender su lugar y su importancia en la comunidad. El módulo consta de dos unidades: la primera se centra en cómo los mayores se ven a sí mismos y cómo son percibidos por la sociedad, lo que pretende ayudar a los educadores a identificar y combatir los estereotipos negativos. La segunda unidad se centra en las nuevas vías para el papel de los mayores en la sociedad, para ayudar a los educadores a identificar y combatir los estereotipos negativos. La segunda unidad se centra en nuevas vías para el papel de los mayores en la sociedad, con el objetivo de mostrar cómo los mayores pueden participar activa y productivamente en la sociedad.

9. Geragogía crítica: transformar las condiciones que promueven el desempoderamiento de las personas mayores

Este módulo se centra en cómo la geragogía como enfoque pedagógico puede relacionarse con la autorrealización de las personas mayores y el refuerzo de un sentido de propósito e identidad.

10. Comunidad digital de aprendizaje adaptada a la edad (DAFLC): un espacio práctico para aprender y desarrollar competencias digitales

El concepto de Comunidad Digital de Aprendizaje Adaptada a la Edad (DAFLC) consiste en crear un entorno digital inclusivo, solidario y accesible para que las personas mayores aprendan y desarrollen competencias.

En este módulo, los participantes conocerán diversas formas de trabajo didáctico en comunidades digitales de aprendizaje adaptadas a las personas mayores. Se describen varios ejemplos de plataformas digitales y otras herramientas que los formadores pueden utilizar para crear DAFLC y facilitar la comprensión y el desarrollo de competencias de las personas mayores.

También se presenta el marco europeo DigCompEdu como indicador para el desarrollo de las competencias digitales de los formadores.

3) Curso en línea DIGIT-GERA

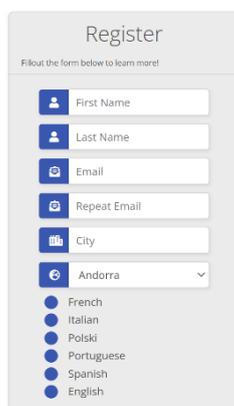
Como parte del resultado 2 del proyecto, el consorcio DIGIT-GERA desarrolló materiales útiles disponibles a través de la plataforma DIGIT-GERA, una herramienta educativa en línea dedicada a los formadores de mayores y a las organizaciones que se ocupan de las personas mayores: en cada módulo, se describen diferentes unidades con contenidos pedagógicos y los usuarios pueden acceder a cuestionarios de autoevaluación.

Se puede acceder a los materiales desde ordenadores personales, portátiles, tabletas o teléfonos inteligentes utilizando la URL correspondiente: <https://digitgeracourse.eu/register/>

También se puede acceder directamente a este enlace desde el sitio web del proyecto: <https://digitgera.eu/>

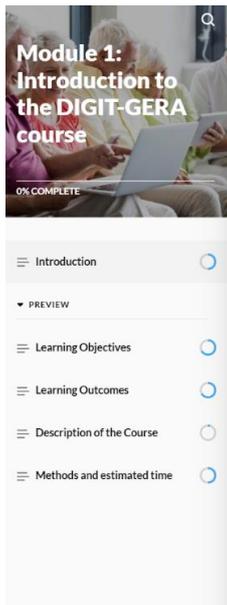
En cada módulo hay una descripción de la duración, los resultados de aprendizaje que se deben alcanzar y un cuestionario de autoevaluación para medir las competencias adquiridas. Por último, los usuarios pueden acceder a referencias adicionales para mejorar sus habilidades y aprender nuevas competencias a su propio ritmo.

El primer paso es la parte de registro, en la que se invita al usuario a dar información sobre sí mismo:

Captura de pantalla de la fase de registro

Una vez registrado, el formador puede inscribirse en el curso y en los distintos módulos en función de sus necesidades e intereses. En cada módulo hay una parte introductoria, así como partes en las que se describen los objetivos y los resultados del aprendizaje, seguidas de las distintas unidades.

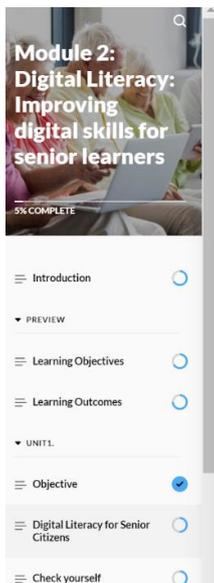


Part 1 of 5

Introduction

The Digital Education plan for Europe 2021-2027 included a consultation to stakeholders that partners have taken as a starting point for the DIGIT-GERA project, along with their own experience in training activities with seniors and their experience with online training before and during the pandemic situation. The main finding is the lack of training programs that are specifically created for senior citizens under the geragogy methodology. The DIGIT-GERA project aims at creating something that has not been created before, a comprehensive methodology for teachers of seniors built under an European and common approach. Partners of DIGIT-GERA project are active in many educational environments for adult education; but when it comes to providing tailor-made training programs for seniors, some of them lack the knowledge and skills to do it in a meaningful way. That is why it is important to harmonise good practices and create a critical mass of teachers and trainers able to work with seniors and to promote the acquisition of skills under the European framework for educators to also promote the upskilling of teachers and trainers; increase their mobility opportunities and their digital skills under a common umbrella.

Captura de pantalla del módulo 1



Part 4 - Objective

Part 5 of 21

Digital Literacy for Senior Citizens



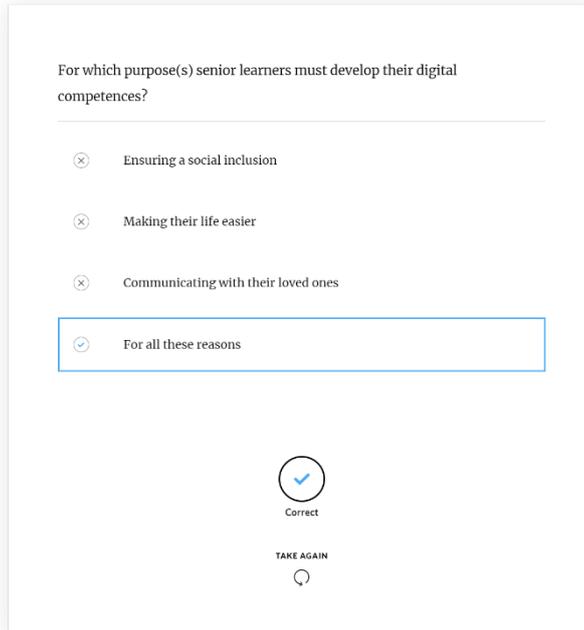
Developing digital literacy for seniors is important to enable them to fully utilise technology and the Internet in a digitised world, which can improve their quality of life and their daily tasks, as well as help them stay integrated with today's society.

It's important to adapt the process of developing digital literacy to each senior's individual needs and pace. By supporting them in acquiring digital skills, we can help them enjoy the benefits of using modern technology.

Captura de pantalla del módulo 2

En cada unidad, una parte final denominada "Compruébelo usted mismo" permite a los usuarios medir su nivel de conocimientos mediante un cuestionario de autoevaluación directamente integrado en la plataforma. Como se presenta en el ejemplo siguiente, los

usuarios tienen acceso a preguntas de opción múltiple en las que pueden seleccionar la respuesta o respuestas correctas haciendo clic en las viñetas.



For which purpose(s) senior learners must develop their digital competences?

- Ensuring a social inclusion
- Making their life easier
- Communicating with their loved ones
- For all these reasons

Correct

TAKE AGAIN

Captura de pantalla de una pregunta de opción múltiple

Al final de cada unidad, se presenta una conclusión final con un resumen de los puntos clave, bibliografía y referencias, así como un cuestionario final de autoevaluación que contiene preguntas relativas a todas las unidades. En cada módulo, tras superar el cuestionario final, el participante puede generar un certificado.

Part 19 of 21

Summary of Key Points

Digital Literacy for Senior Citizens:

- Developing digital literacy is crucial for seniors to navigate the digital world and enhance their quality of life.
- Tailor the learning approach to each senior's individual needs, starting with basic training on computer usage and internet navigation.
- Cover essential topics like internet safety, smartphone and tablet usage, social media, apps, online security, and regular practice to reinforce skills.

Collaborative Learning:

- Collaborative learning involves groups working together to solve problems or complete tasks, fostering active engagement.
- Benefits include improved critical thinking, expanded horizons, quick thinking, learning through feedback, and the development of public speaking and listening skills.
- Intergenerational learning is particularly effective for older adults, reducing anxiety about technology and boosting confidence.

Captura de pantalla con un resumen de los puntos clave

Part 20 of 21

Bibliography & References

UNIT 2

[Collaborative Activities - The Bell Foundation](#)

[What Is Collaborative Learning? Theory, Examples of Activities](#)

[Effectiveness of Instructional Strategies Designed for Older Adults in Learning Digital Technologies: A Systematic Literature Review | SpringerLink](#)

UNIT 3

[Effectiveness of Instructional Strategies Designed for Older Adults in Learning Digital Technologies: A Systematic Literature Review | SpringerLink](#)

[Informal Learning of Older Adults in Using Mobile Devices: A Review of the Literature](#)

[8 Benefits of Formal and Informal Learning | World's Largest Train the Trainer Company](#)

[What is Informal Learning? - LearnUpon](#)

Captura de pantalla de una sección sobre bibliografía y referencias