

NAVEGA TU FUTURO: COMPETENCIAS DIGITALES PARA LA VIDA 2025-2026



TEMA

Competencias digitales para la vida. Contribuyendo a la autonomía de las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo.

DESCRIPCIÓN

El proyecto se basa en un **método en cascada** que tiene como objetivo empoderar a las personas adultas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo a través del aprendizaje digital. **En primer lugar, se formará y proporcionarán herramientas a los profesionales de las entidades participantes, quienes, a su vez, serán responsables de impartir la formación a las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo.**

Este enfoque garantiza que el conocimiento y las herramientas necesarias lleguen de manera eficaz y sostenida, creando un efecto multiplicador que favorezca el aprendizaje a largo plazo.

El objetivo general es ofrecer formación en **competencias digitales y tecnologías de la información y la comunicación (TIC)**, acercando a las personas participantes a los recursos que les permitirán desenvolverse con mayor autonomía en su vida diaria. El proyecto está diseñado para cubrir las necesidades educativas de aquellas **personas que han finalizado su etapa escolar o el periodo de transición a la vida adulta**, y se asegura que los contenidos sean accesibles, prácticos y adaptados, con actividades interactivas que se ajusten a su realidad y momento vital.

METODOLOGÍA

El proyecto se basa en un método en cascada para la transferencia de conocimiento. **Esto significa que serán los profesionales de las entidades quienes recibirán inicialmente la formación en línea.**

El motivo es que queremos que la formación llegue de manera efectiva y adaptada a las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo, evitando las posibles dificultades que un formato online podría generar en su proceso de aprendizaje.

Por esta razón, el proyecto se desarrolla en dos fases:

Fase 1: Formación para profesionales

Los y las profesionales de las entidades participantes recibirán una formación online impartida por dos formadores/as.

Las sesiones temáticas se desarrollarán entre los meses de enero y mayo, con una frecuencia mensual y una duración aproximada de 1 hora y 30 minutos, será un jueves al de 16:00 h a 17:30 h. Habrá una sesión de bienvenida en diciembre y el cierre será en junio.

Durante estas sesiones, los y las profesionales recibirán información, materiales y orientaciones para organizar posteriormente sesiones formativas en sus entidades.

Estas formaciones se centrarán en cinco temas principales relacionados con el uso sencillo y seguro de distintas aplicaciones y herramientas digitales útiles para la vida cotidiana. **No obstante, los contenidos podrán adaptarse según las necesidades y características de las personas participantes. Se trata de un proyecto vivo, en el que la interacción con los y las profesionales irá dando forma y personalidad propia a la iniciativa.**

Temario de las sesiones para profesionales:

- **Sesión 0:** Presentación del proyecto.
- **Sesión 1:** ¿Qué son las nuevas tecnologías?
- **Sesión 2:** Google, noticias y Google Maps.
- **Sesión 3:** WhatsApp, Telegram y videollamadas.
- **Sesión 4:** YouTube y Shazam.
- **Sesión 5:** Redes sociales/ Inteligencia Artificial y seguridad.
- **Sesión 6:** Cierre y puesta en común de aprendizajes.

Además, se ofrecerá información complementaria sobre gestiones personales en línea y los cursos de autoformación sobre tecnología disponibles en la web de formación de Plena inclusión para aquellos que deseen profundizar.

Durante las sesiones los y las profesionales participantes recibirán:

- Presentaciones en PowerPoint para utilizar con las personas participantes en las sesiones formativas.
- Una guía con orientaciones didácticas para cada una de las sesiones.
- Posibles imágenes de apoyo para actividades formativas.

Fase 2: Formación para personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo

Una vez completada la formación de los/las profesionales, **serán ellos y ellas quienes transfieran los conocimientos adquiridos a las personas** con discapacidad intelectual y/o del desarrollo de sus entidades.

Se propone que esta formación se realice en **dos momentos por cada tema:**

- 1. Primera sesión (teórica/práctica):** introducción al tema, explicación de conceptos y ejemplos prácticos.
- 2. Segunda sesión (más práctica):** aplicación de lo aprendido mediante ejercicios, simulaciones o actividades digitales.

De esta manera:

- Los profesionales-formadores/as participarán en 5 sesiones online (una por mes).
- Las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo recibirán 10 sesiones presenciales (una cada 15 días aproximadamente).

Este enfoque garantiza una formación progresiva, práctica y significativa, adaptada al ritmo y a las necesidades de aprendizaje de cada grupo.

¿CÓMO SE DESARROLLA?

El proyecto será coordinado por la Confederación Plena inclusión España.

En el siguiente enlace podrán inscribirse las entidades interesadas en participar, el grupo que reciba esta formación ha de ser un grupo estable para la fluidez de las sesiones:

Encuesta de inscripción: <https://forms.gle/qj1PC5UFFUWYUNjj8>

Tras la inscripción, las entidades recibirán en sus correos electrónicos toda la información sobre la primera sesión formativa y el espacio en Microsoft Teams donde se realizará la coordinación del proyecto.

Las sesiones formativas estarán a cargo de dos personas formadoras:

- Una persona experta en la atención a personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.
- Una persona formadora con discapacidad intelectual, con conocimientos en TIC.

Las formaciones se realizarán una vez al mes a través de Zoom, dirigidas a las y los profesionales de las entidades.

Además, se facilitarán materiales de apoyo, incluyendo presentaciones en PowerPoint y guías didácticas para impartir las sesiones.

CRITERIOS MINIMOS DE PARTICIPACIÓN

Al menos un profesional por entidad con acceso a internet y medios tecnológicos básicos (ordenador).

Compromiso a transmitir la formación a al menos un grupo de personas con discapacidad de su entidad. Deberán llevar un pequeño registro.

CALENDARIO PREVISTO

Recuerden que las temáticas están sujetas a cambio en función de las características del grupo y el ritmo de desarrollo del proyecto.

OCTUBRE- DICIEMBRE 2025	FASE PLANIFICACIÓN
Octubre- Noviembre	Entidades: Lectura de propuesta inicial del proyecto y toma de decisiones.
	Entidades: Nombrar profesional que participará en el proyecto y grupo de personas con di/dd que recibirá las formaciones.
	Rellenar cuestionario inicial de datos.
	Confederación: Dar a conocer a las entidades participantes los contenidos y herramientas de la formación.
11 de Diciembre 16:00	1ª sesión de coordinación con los/as profesionales que participaran en el proyecto.
ENERO - MAYO 2026	FASE FORMACIONES
15 de Enero 16:00 -17:30	1-Sesión formativa para los profesionales. Introducción y ¿Qué son las nuevas tecnologías?
2 sesiones antes del 12 de Febrero	Sesiones formativas de los profesionales a las personas con DI/DD. ¿Qué son las nuevas tecnologías?
12 de Febrero 16:00 – 17:30	2-Sesión formativa para los profesionales. Google, noticias y Google Maps.
2 sesiones antes del 12 de Marzo	Sesiones formativas de los profesionales a las personas con DI/DD. Google, noticias y Google Maps.
12 de Marzo 16:00 – 17:30	3-Sesión formativa para los profesionales. WhatsApp, Telegram y videollamadas.
2 sesiones antes del 16 de Abril	Sesiones formativas de los profesionales a las personas con DI/DD. WhatsApp, Telegram y videollamadas.
16 de Abril 16:00 – 17:30	4-Sesión formativa para los profesionales. YouTube y Shazam.
2 sesiones antes del 14 de Mayo	Sesiones formativas de los profesionales a las personas con DI/DD. YouTube y Shazam.
14 de Mayo 16:00 – 17:30	5-Sesión formativa para los profesionales. Redes sociales/ Inteligencia Artificial y seguridad.
2 sesiones antes del 11 de Junio	Sesiones formativas de los profesionales a las personas con DI/DD. Redes sociales/ Inteligencia Artificial y seguridad.
JUNIO 2026	FASE EVALUACIÓN
11 de Junio	Puesta en común de los proyectos / productos finales de aprendizaje.

16:00 - 17:30	Sesión online para compartir acciones y resultados con todos los participantes del proyecto. Rellenar cuestionario de satisfacción final. Enviar certificado de participación.
----------------------	---

La encuesta de participación se debe diligenciar antes del **7 de noviembre**.

Encuesta de inscripción: <https://forms.gle/qj1PC5UFFUWYUNjj8>