

GUÍA PRÁCTICA COMPETENCIAS DIGITALES

para la vida

Dirigida a **PROFESIONALES** que acompañan a personas con discapacidad intelectual en **centros ocupacionales, talleres formativos y recursos de apoyo**

● Edita:
Plena inclusión España



Junio 2026.
Avenida General Perón 32,
Planta 1, 28020 Madrid
www.plenainclusion.org/

● Autoría:
Virginia Ortiz
Sandra Cañón

● Diseño y maquetación:



Bárbara López de Toledo

Financiado por:



Pincha aquí para saber
más sobre esta licencia
Creative Commons



CONTENIDO



1. **Presentación: cómo usar esta guía (Pág. 4)**
2. **Objetivo del curso (Pág. 5)**
3. **Objetivo específico por bloque (Pág. 5)**
4. **Marco de derechos (Pág. 6)**
5. **Principios metodológicos y Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) (Pág. 7)**
6. **Glosario digital fácil y accesible (Pág. 9)**
 - Dispositivos y aplicaciones
 - Comunicarnos con otras personas
 - Buscar y navegar por Internet
 - Redes sociales, perfil y contenido
 - Organización y almacenamiento
 - Seguridad digital
 - Inteligencia artificial
7. **Cronograma orientativo del curso (Pág. 15)**
8. **Situaciones de aprendizaje (Pág. 16)**
 - Situación de aprendizaje 1: ¿Qué son las nuevas tecnologías? (Pág. 17)
 - Situación de aprendizaje 2: Google, Google Noticias y Google Maps (Pág. 20)
 - Situación de aprendizaje 3: WhatsApp, Telegram y videollamadas (Pág. 24)
 - Situación de aprendizaje 4: YouTube y Shazam (Pág. 28)
 - Situación de aprendizaje 5: Redes sociales e Inteligencia Artificial (Pág. 32)
 - Situación de aprendizaje transversal: Seguridad digital (Pág. 40)
9. **Propuesta de sesión tipo (90 minutos) (Pág. 43)**
10. **Evaluación: instrumentos y rúbrica de seguimiento (Pág. 44)**
 - Finalidad de los instrumentos de evaluación
 - Rúbrica transversal de seguimiento
11. **Recursos complementarios y de apoyo (Pág. 45)**
12. **Mensaje final para profesionales (Pág. 45)**
13. **Anexos (Pág. 46)**
 - Anexo 1. Evaluación inicial de intereses en nuevas tecnologías
 - Anexo 2. Ficha de evaluación de sesión
 - Anexo 3. Registro de seguimiento del curso

1. Presentación: cómo usar esta guía

Esta guía sobre competencias digitales está pensada para que un profesional de un centro ocupacional, taller formativo o cualquier recurso de apoyo pueda aplicarla directamente en el aula o centro, sesión a sesión.

Mantiene los contenidos y actividades originales del proyecto “**Navega tu Futuro: Competencias digitales para la vida.2025-2026**” de Plena inclusión y los organiza en situaciones de aprendizaje completas, con el fin de facilitar su planificación, aplicación y evaluación.

Cada SITUACIÓN DE APRENDIZAJE (una por bloque de contenido) incluye siempre los mismos apartados, para que resulte fácil de seguir:



Contextualización y justificación:

por qué es importante este contenido para la vida de las personas participantes.



Adaptaciones y accesibilidad cognitiva (DUA):

recomendaciones concretas para ajustar la actividad a distintas necesidades de apoyo.



Objetivos de aprendizaje:

qué se espera conseguir al finalizar.



Evaluación:

indicadores de logro: señales observables para valorar el progreso de cada persona, que se registran en la ficha del Anexo 2.



Ficha técnica: competencias trabajadas, duración orientativa y materiales necesarios.



Para ir más allá:

actividades opcionales de ampliación o refuerzo.



Secuencia didáctica

por fases: motivación, desarrollo, práctica guiada, generalización a la vida real y cierre, cada una con su tiempo estimado.



Antes de empezar

- Lee primero el bloque de Principios metodológicos y DUA: en él se explican las claves que atraviesan todas las situaciones de aprendizaje.
- Adapta siempre los tiempos, ejemplos y ritmos de cada sesión al grupo real con el que trabajas.
- Antes de implementar la guía, léela completamente para poder hacer las adaptaciones que necesite tu grupo (temáticas, contenidos, tiempos, orden de las sesiones...)

2. Objetivo del curso

Dotar de herramientas y metodología a los profesionales de talleres formativos, centros ocupacionales y recursos de apoyo para poder enseñar a las personas con discapacidad intelectual (PDI) a adquirir las competencias digitales necesarias para garantizar su derecho a la información, la comunicación y la participación en la sociedad.

A través del uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), este curso busca:

- Fortalecer la autonomía personal.
- Facilitar el acceso a oportunidades en la vida diaria.
- Reducir la brecha digital.
- Favorecer la inclusión social.
- Mejorar la participación comunitaria.
- Promover el ejercicio de derechos en igualdad de condiciones.

El objetivo final es que las personas puedan desenvolverse con mayor seguridad y confianza en una sociedad cada vez más digitalizada.

3. Objetivo específico por bloque

Bloque	Objetivo específico principal
1. Nuevas tecnologías	Reconocer dispositivos digitales y partir de la experiencia previa del grupo.
2. Google y Google Maps	Buscar información y planificar rutas reales de forma autónoma.
3. WhatsApp, Telegram, videollamadas	Comunicarse a distancia con personas de confianza.
4. YouTube y Shazam	Disfrutar del ocio digital de forma segura.
5. Redes sociales e IA	Participar en redes sociales con pensamiento crítico y usar la IA de forma responsable.
Transversal. Seguridad digital	Proteger los datos personales y saber pedir ayuda.

4. Marco de derechos

Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad

Esta formación se fundamenta en la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de Naciones Unidas (2006). Diferentes artículos de la Convención resaltan la importancia del desarrollo de competencias digitales para las personas con discapacidad.

Artículo 9. Accesibilidad

Las personas con discapacidad tienen derecho a acceder a la información, las comunicaciones, las tecnologías de la información y comunicación, Internet y los servicios digitales.

Aplicación práctica: Enseñar a utilizar un teléfono móvil, una aplicación o Internet no es únicamente enseñar tecnología; es garantizar un derecho.

Artículo 21. Libertad de expresión y acceso a la información

Reconoce el derecho a buscar, recibir y compartir información, y a utilizar sistemas de comunicación accesibles.

Aplicación práctica: Aprender a buscar información en Google o enviar mensajes permite ejercer este derecho.

Artículo 24. Educación

Las personas con discapacidad tienen derecho a una educación inclusiva y adaptada.

Aplicación práctica: Los talleres de alfabetización digital son una herramienta educativa fundamental.

Artículo 26. Habilitación y rehabilitación

Promueve apoyos que favorezcan la independencia, la participación social y la autonomía.

Aplicación práctica: Las TIC pueden convertirse en apoyos para organizar rutinas, comunicarse y desenvolverse mejor en la comunidad.

Artículo 29. Participación en la vida política y pública

La participación social requiere acceso a información y herramientas digitales.

Aplicación práctica: Conocer redes sociales o acceder a noticias facilita una ciudadanía más activa.

5. Principios metodológicos. Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)

Estos **OCHO PRINCIPIOS** deben aplicarse de forma transversal en todas las situaciones de aprendizaje de esta guía:

1

Lenguaje claro y sencillo. Evitar tecnicismos



"Debes configurar la geolocalización".



"Vamos a activar la ubicación para que el teléfono nos diga dónde estamos".

2

Explicación paso a paso. No presentar demasiada información al mismo tiempo.

Ejemplo, para enseñar Google Maps:

Paso 1 → Abrir aplicación.

Paso 2 → Escribir dirección.

Paso 3 → Pulsar "Cómo llegar".

Paso 4 → Elegir caminar o autobús.

3

Repetición y práctica frecuente. Las habilidades digitales requieren repetición.

Explicar.

Practicar.

Repetir.

Generalizar en situaciones reales.

4

Uso de apoyos visuales.

Utilizar fotografías, capturas de pantalla, pictogramas, flechas visuales y carteles de pasos.

5

Aprendizaje funcional.

Enseñar herramientas que tengan utilidad real.

No enseñar Google Maps de forma abstracta: trabajar "¿Cómo llego desde el centro ocupacional al supermercado?".

6

Tiempo adaptado.

Permitir más tiempo, repeticiones y descansos. Evitar la presión.

7

Refuerzo positivo. Reconocer los avances.



"Lo has hecho muy bien".



"Ya sabes enviar una ubicación".

8

Aprendizaje significativo.

Relacionar siempre la tecnología con situaciones cotidianas:

- transporte
- compras
- ocio
- relaciones personales
- salud
- participación social...

Del papel a la práctica: el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)

El DUA complementa estas recomendaciones ofreciendo **TRES CLAVES** que se repiten en cada situación de aprendizaje de esta guía:

Principio DUA 1

Cómo se aplica en este curso

REPRESENTACIÓN (el "qué" del aprendizaje)

- Combinar siempre palabra + imagen + pictograma + objeto o pantalla real.
- Usar lectura fácil en todos los textos y noticias.
- Apoyar cada paso con capturas de pantalla numeradas.

Principio DUA 2

Cómo se aplica en este curso

ACCIÓN Y EXPRESIÓN (el "cómo" se demuestra el aprendizaje)

- Permitir responder señalando, hablando, escribiendo o mostrando el dispositivo.
- Aceptar el dictado por voz como alternativa a escribir.
- Ofrecer tarjetas de clasificación como alternativa a explicaciones orales largas.

Principio DUA 3

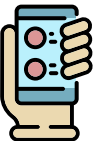
Cómo se aplica en este curso

IMPLICACIÓN (el "por qué" de la motivación)

- Partir siempre de intereses reales del grupo (música, deporte, cocina, familia).
- Dejar elegir el dispositivo, la app de práctica o el ejemplo de búsqueda.
- Reforzar cada logro, por pequeño que sea, de forma inmediata y concreta.

6. Glosario digital fácil y accesible

Palabras importantes para usar el móvil, Internet y las redes sociales, organizadas por temas. Consejo importante: si no se entiende una palabra digital, buscar su icono ayuda a comprender mejor el significado.

DISPOSITIVO Y APLICACIONES		
	TÉRMINO	QUÉ SIGNIFICA
	Móvil o smartphone	Teléfono que permite llamar, enviar mensajes, hacer fotos y usar aplicaciones. Ejemplo: Samsung, iPhone o Motorola.
	Aplicación (App)	Programa que se instala en el móvil para realizar una tarea. Ejemplos: WhatsApp, Instagram, YouTube, Shazam.
	Play Store	Tienda de aplicaciones para móviles Android. Sirve para descargar, actualizar y eliminar aplicaciones.
	Instalar	Descargar una aplicación en el móvil para poder utilizarla.
	Desinstalar	Borrar una aplicación que ya no se utiliza.
	Actualizar	Instalar una versión nueva de una aplicación. Las actualizaciones mejoran la seguridad, la velocidad y corrigen errores.

COMUNICARNOS CON OTRAS PERSONAS

TÉRMINO	QUÉ SIGNIFICA
 WhatsApp	Aplicación para comunicarse con otras personas. Permite mensajes, llamadas, videollamadas y enviar fotos.
 Videollamada	Llamada donde se puede ver y escuchar a la otra persona.
 Chat	Conversación escrita entre personas.
 Contacto	Persona guardada en la agenda del móvil.
 Micrófono	Herramienta para grabar voz o hablar en llamadas.
 Altavoz	Parte del móvil por donde sale el sonido.
 Auriculares	Dispositivo para escuchar sonido sin molestar a otras personas.
 Correo electrónico	Sistema para enviar y recibir mensajes por Internet. Ejemplo: nombre@gmail.com.

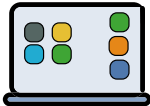
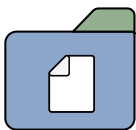
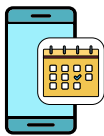
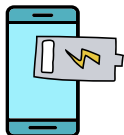
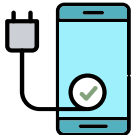
BUSCAR Y NAVEGAR POR INTERNET

	TÉRMINO	QUÉ SIGNIFICA
	Google	Buscador de Internet. Sirve para buscar información, leer noticias, buscar vídeos o recetas.
	Google Maps	Aplicación para encontrar lugares y rutas: ir caminando, en coche, en transporte público o compartir la ubicación.
	Internet	Red mundial que conecta millones de dispositivos. Permite enviar correos, usar WhatsApp o ver YouTube.
	WiFi	Conexión a Internet sin cables. Suele encontrarse en casa, centros de trabajo o cafeterías.
	Datos móviles	Internet en tu móvil o Tablet. Te lo da una compañía telefónica.
	Buscar	Escribir palabras para encontrar información.
	Código QR	Cuadrado con dibujos en blanco y negro que sirve para abrir páginas web, ver menús o acceder a información.

REDES SOCIALES, PERFIL Y CONTENIDO

TÉRMINO	QUÉ SIGNIFICA
 Instagram	Aplicación para compartir fotos y vídeos. Permite publicar, seguir perfiles, dar "me gusta" y comentar.
 Facebook	Red social para compartir información y comunicarse: encontrar amigos, compartir imágenes, leer publicaciones.
 YouTube	Aplicación para ver vídeos. Permite escuchar música, aprender cosas nuevas y ver entretenimiento.
 Shazam	Aplicación que reconoce canciones: escuchar la canción, abrir Shazam y pulsar el botón. La aplicación te dirá el nombre de canciones.
 Perfil	Información personal que aparece en una aplicación: foto, nombre, información persona.
 Foto de perfil	Imagen que identifica a una persona en una aplicación.
 Me gusta	Botón para indicar que una publicación gusta.
 Compartir	Enviar una foto, vídeo o mensaje a otra persona.
 Notificación	Aviso que aparece en el móvil: un mensaje nuevo, una llamada perdida, un recordatorio.
 Selfie	Foto que una persona se hace a sí misma.
 Nombre de usuario	Nombre que se utiliza para entrar en una aplicación.

ORGANIZACIÓN Y ALMACENAMIENTO

TÉRMINO	QUÉ SIGNIFICA
 Galería	Aplicación donde se guardan las fotos y vídeos.
 Archivo	Documento, foto, vídeo o música guardada en un dispositivo.
 Carpeta	Lugar donde se guardan archivos en el móvil.
 Nube	Espacio en Internet donde se guardan archivos: fotos, documentos, vídeos.
 Widget	Pequeña ventana en la pantalla principal que muestra información rápida: el tiempo, la hora, el calendario.
 Pantalla principal	Primera pantalla que aparece al encender el móvil.
 Calendario	Aplicación para recordar citas y actividades.
 Alarma	Aviso que suena a una hora determinada.
 Batería	Energía que necesita el móvil para funcionar.
 Cargador	Cable y adaptador para cargar la batería.

SEGURIDAD DIGITAL

TÉRMINO	QUÉ SIGNIFICA
 Contraseña	Palabra secreta para acceder a una cuenta. Debe ser privada y no debe compartirse.
 Privacidad	Conjunto de medidas para proteger la información personal.
 Spam	Mensajes no deseados. Muchas veces son publicidad o estafas.
 Estafa digital	Intento de engañar a una persona por Internet. Nunca hay que compartir contraseñas ni datos bancarios.

INTELIGENCIA ARTIFICIAL

TÉRMINO	QUÉ SIGNIFICA
 Inteligencia Artificial	Tecnología que ayuda a realizar tareas: responder preguntas, crear textos, ayudar a aprender.
 Asistente de voz	Herramienta que responde cuando se le habla. Ejemplos: Google Assistant, Siri...

7. Cronograma del curso

PROPUESTA de distribución en **12 sesiones de 90 minutos** (una sesión semanal, aproximadamente un trimestre). Cada centro puede adaptar el ritmo según las características de su grupo.

SESIÓN	CONTENIDO	DURACIÓN
1	BLOQUE 1 → ¿Qué son las nuevas tecnologías?	90 minutos
2	BLOQUE 2 → Google y Google Noticias	90 minutos
3	BLOQUE 2 → Google Maps (con salida real o simulada)	90 minutos
4	BLOQUE 3 → WhatsApp	90 minutos
5	BLOQUE 3 → Telegram y videollamadas	90 minutos
6	BLOQUE 4 → YouTube y Shazam	90 minutos
7	BLOQUE 5 → Redes sociales (Instagram y Facebook)	90 minutos
8	BLOQUE 5 → Pensamiento crítico ante la información	90 minutos
9	BLOQUE 5 → Inteligencia Artificial y uso responsable	90 minutos
10	Situación transversal → Seguridad digital	90 minutos
11	Repaso general y actividades de ampliación a elección del grupo	90 minutos
12	Cierre del curso: evaluación final y celebración de logros	90 minutos

8. Situaciones de aprendizaje

A continuación, se desarrolla cada bloque de contenido como una situación de aprendizaje completa, **lista para aplicar en el aula**. Estas situaciones de aprendizaje pueden apoyarse con presentaciones digitales y apoyos visuales.

Recomendamos leer todas las situaciones de aprendizaje antes de implementarlas ya que puede variar el orden de las sesiones en función de las necesidades del grupo.



¿Qué son las nuevas tecnologías?



Contextualización y justificación

Esta es la primera toma de contacto del curso. Antes de enseñar cualquier aplicación concreta, es necesario que el grupo reconozca qué dispositivos y herramientas digitales ya conoce, para partir de sus experiencias reales y no de cero.

Esta situación funciona como diagnóstico inicial y como generador de motivación: cuanto más se conecte con lo que cada persona ya usa en casa o en el centro, más significativo será el aprendizaje posterior.



Objetivos del aprendizaje

- Reconocer los principales dispositivos digitales (móvil, tablet, ordenador) y su función.
- Identificar qué tecnologías utiliza cada participante en su vida diaria.
- Perder el miedo o la desconfianza inicial hacia la tecnología, mediante manipulación directa de dispositivos.

CONTENIDO	BLOQUE 1: INTRODUCCIÓN
Duración orientativa	1 sesión de 90 minutos (sesión de apertura del curso).
Competencias trabajadas	● Reconocimiento de dispositivos y vocabulario básico. ● Expresión de experiencias propias. ● Autonomía personal.
Materiales y recursos	● Un móvil, una tablet y (si es posible) un ordenador real para manipular. ● Tarjetas con fotografías de dispositivos (móvil, tablet, ordenador, televisión, videoconsola). ● Pizarra o papel continuo para anotar respuestas del grupo ● Pictogramas de apoyo (ARASAAC) de "móvil", "internet", "aplicación".



Secuencia didáctica

Fase 1. Motivación e ideas previas

- Preguntar de forma abierta y en corro:

• “¿Qué tecnología utilizas en tu día a día?”

- Anotar en la pizarra las respuestas del grupo (por ejemplo: WhatsApp, YouTube, Google, Facebook), sin corregir ni valorar.

Fase 2. Desarrollo del contenido

- Explicar con lenguaje sencillo qué son las nuevas tecnologías: herramientas digitales que usamos para comunicarnos, buscar información, aprender, orientarnos, escuchar música, ver vídeos y hablar con otras personas.
- Repasar las algunas definiciones del glosario.
- Mostrar ejemplos físicos en la medida de lo posible: móvil, tablet, ordenador, router de internet, aplicaciones instaladas en la pantalla del móvil.
- Apoyar cada concepto con el pictograma o la fotografía correspondiente.

Fase 3. Actividad práctica guiada

- Semáforo tecnológico: Cada participante recibe 3 tarjetas de colores (verde, amarillo, rojo). El monitor muestra imágenes de aparatos (móvil, tablet, ordenador, cajero, altavoz Alexa...). Los participantes levantan la tarjeta:
 - Verde: lo uso mucho.
 - Amarillo: lo conozco, pero lo uso poco.
 - Rojo: no lo uso o no lo conozco.
- Mi dispositivo favorito: cada participante muestra o dibuja el dispositivo que más usa y explica, con una frase, para qué lo usa.
- Turno de manipulación: en pequeño grupo, encender la pantalla del móvil o la tablet, identificar el botón de encendido y reconocer la pantalla principal.
- Términos del glosario: Juego de emparejar términos del glosario (el picto del término lo emparejamos con la definición, app genially).
Juego sugerido: Genially

Fase 4. Generalización a la vida real

Construir entre todos un mural (papel continuo) con los elementos tecnológicos que el alumnado conoce o desea conocer, pueden ser dibujos, recortes o palabras. Este mural queda expuesto en el aula y se retoma al inicio de cada sesión posterior del curso.

Fase 5. Cierre y evaluación

- Preguntar:
 - ¿Qué hemos aprendido hoy?
 - ¿Para qué sirve la tecnología?
- Cerrar con refuerzo positivo grupal e individual (ver recomendación metodológica 7).



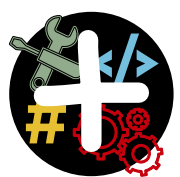
Adaptaciones y accesibilidad cognitiva (DUA)

- Representación: combinar siempre palabra + imagen + objeto real (nunca solo texto).
- Acción y expresión: permitir responder señalando, mostrando el dispositivo o hablando, según la persona.
- Implicación: dejar elegir el dispositivo con el que se quiere practicar primero.
- Para personas con mayores necesidades de apoyo: trabajar por parejas con un compañero o profesional de referencia.



Evaluación: indicadores de logro

- Para valorar el progreso de cada participante en esta situación, observar si:
 - Señala o nombra al menos dos dispositivos digitales.
 - Explica, con o sin ayuda, para qué usa un dispositivo en concreto.
 - Participa en la actividad grupal del mural.
- Registrar los resultados en la Ficha de evaluación (Anexo 2).



Para ir más allá: actividades de ampliación

- Fotografiar el mural y usarlo como portada del cuaderno personal del curso.
- Repetir la pregunta inicial al final del curso para comparar cómo ha evolucionado el vocabulario del grupo.

Google, Google Noticias y Google Maps

**Contextualización y justificación**

- Buscar información y orientarse en la comunidad son dos competencias que impactan directamente en la autonomía diaria. Esta situación conecta con el artículo 21 (acceso a la información) y el artículo 9 (accesibilidad) de la Convención.
- Se recomienda desarrollarla en dos sesiones: una centrada en Google y Google Noticias (búsqueda de información) y otra en Google Maps (orientación y movilidad), esta última idealmente conectada con una salida real o simulada del centro.

**Objetivos del aprendizaje**

- Utilizar el buscador de Google para encontrar información sencilla y útil.
- Leer y comentar una noticia sencilla en Google Noticias.
- Planificar una ruta real desde el centro ocupacional a un lugar conocido usando Google Maps.

CONTENIDO	BLOQUE 2: BUSCAR INFORMACIÓN Y ORIENTARSE
Duración orientativa	2 sesiones de 90 minutos.
Competencias trabajadas	● Búsqueda y lectura crítica de información. ● Orientación espacial y movilidad autónoma. ● Planificación de una tarea en pasos.
Materiales y recursos	● Móviles o tablets con conexión wifi y la app de Google instalada. ● Mapa físico o cartel de la localidad con los lugares habituales señalados. ● Tarjetas de "lugares habituales" (supermercado, ayuntamiento, centro de salud, parada de autobús). ● Una noticia impresa en lectura fácil como apoyo visual. Puedes encontrarla aquí: Planeta Fácil.



Secuencia didáctica

Fase 1. Motivación e ideas previas (Sesión 1)

- Preguntar: "¿Alguna vez habéis buscado algo en Internet? ¿Qué cosas os gustaría buscar?"
- Recoger 2-3 ejemplos reales para usarlos en la práctica guiada.

Fase 2. Google: qué es y para qué sirve

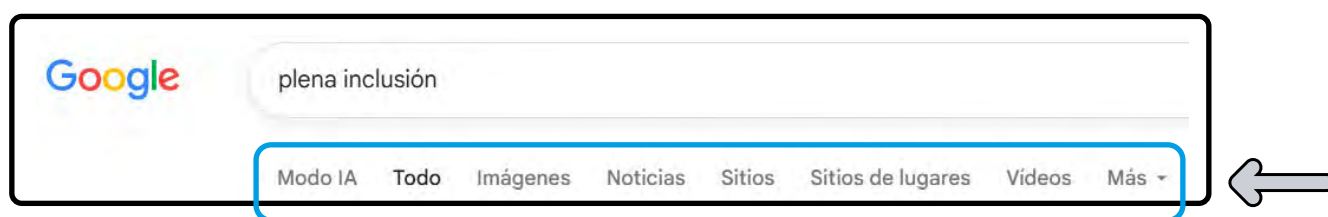
Google es un buscador de internet. Sirve para encontrar información como, por ejemplo: horario de autobús, el tiempo, recetas, noticias, centros de salud.

Es como una gran biblioteca, pero en la pantalla. Puedes buscar una palabra o hacer una pregunta.



Puedes escribir en una "barra de búsqueda" o usar tu voz para preguntar.

Puedes buscar: Imágenes, Noticias, Sitios, Videos y más.



- Actividad práctica: buscar juntos "tiempo hoy en mi ciudad". Explicar dónde se escribe la búsqueda y cómo leer el primer resultado, señalando cada elemento en la pantalla.



Fase 3. Google Noticias: informarse de una forma sencilla

- Explicar que Google Noticias muestra noticias actualizadas para estar informado y leer temas de interés (deportes, cultura, el barrio). Explicar que existen fuentes de noticias en lectura fácil: [Planeta Fácil](#).
- Actividad: leer entre todos una noticia sencilla (en lectura fácil) y preguntar “¿de qué habla?”, “¿te parece importante?”.

Fase 4. Google Maps: orientarse y llegar a un lugar (Sesión 2)

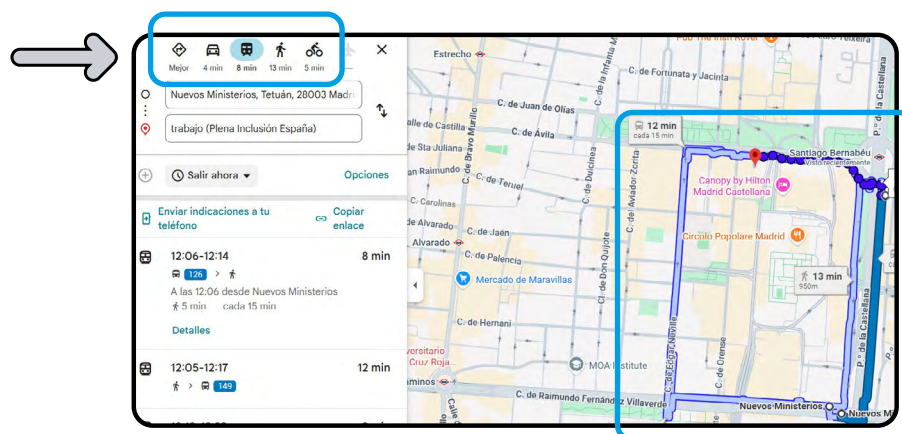
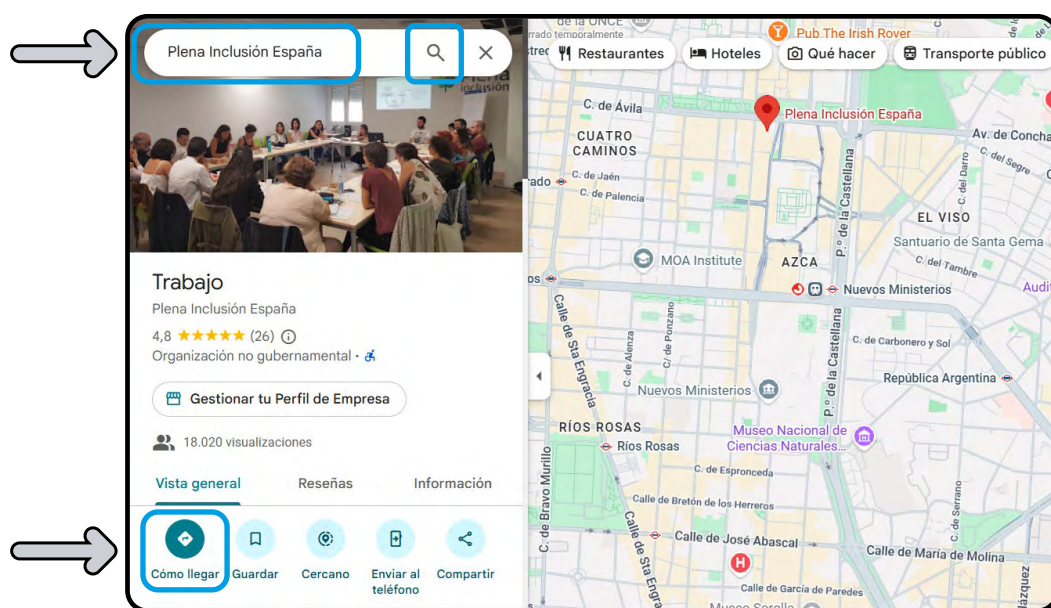
- Explicar que Google Maps permite buscar lugares, ver rutas, saber cuánto se tarda y compartir la ubicación.
- Actividad guiada, paso a paso: “Vamos a buscar cómo llegar desde nuestro centro al ayuntamiento.” Explicar y señalar cada una de las partes que de Google Maps.

Paso 1 → Abrir Google Maps.

Paso 2 → Escribir el destino.

Paso 3 → Elegir la ruta (a pie, en autobús o en coche).

Paso 4 → Observar el tiempo que se tarda.



Fase 5. Generalización: planificamos una salida real

En pequeño grupo, elegir un destino real que el grupo vaya a visitar próximamente (una tienda, un evento, otro recurso) y planificar la ruta con Maps. Si es posible, hacer la ruta de manera práctica con el grupo.

Fase 6. Cierre y evaluación

- Repaso oral:
 - ¿Qué hemos aprendido?
 - ¿Cuándo lo usaré?"
- Refuerzo positivo.



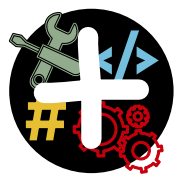
Adaptaciones y accesibilidad cognitiva (DUA)

- Apoyar cada paso de Maps con una flecha o número visual en pantalla o en una plantilla impresa paso a paso.
- Ofrecer la opción de dictar la búsqueda por voz para quien tenga dificultades de escritura.
- Usar siempre destinos reales y significativos para el grupo, nunca ejemplos abstractos.
- Trabajar en parejas de apoyo mutuo (quien ya sabe leer bien ayuda a quien tiene más dificultad).



Evaluación: indicadores de logro

- Para valorar el progreso de cada participante en esta situación, observar si:
 - Localiza el buscador de Google y escribe o dicta una búsqueda sencilla.
 - Identifica al menos un dato dentro de los resultados (por ejemplo, la temperatura).
 - Sigue, con o sin ayuda, los 4 pasos para trazar una ruta en Google Maps.
- Registrar los resultados en la Ficha de evaluación (Anexo 2).



Para ir más allá: actividades de ampliación

- Crear una libreta de "rutas favoritas" con capturas de pantalla de los trayectos habituales de cada participante.
- Comparar tiempos a pie / en autobús para un mismo trayecto y debatir cuál conviene según el día.

WhatsApp, Telegram y video llamadas

**Contextualización y justificación**

La comunicación con familia, amigos y profesionales es uno de los usos más motivadores y frecuentes del móvil. Esta situación trabaja de forma progresiva mensajes, audios, fotos y videollamadas, siempre con destinatarios reales y conocidos.

**Objetivos del aprendizaje**

- Enviar y recibir mensajes, audios y fotos por WhatsApp.
- Reconocer las diferencias y semejanzas entre WhatsApp y Telegram.
- Realizar una videollamada de principio a fin de forma autónoma o con apoyo puntual.

CONTENIDO	BLOQUE 3: COMUNICARSE A DISTANCIA
Duración orientativa	2 sesiones de 90 minutos.
Competencias trabajadas	● Comunicación digital funcional. ● Comparación y análisis sencillo entre herramientas. ● Autonomía social.
Materiales y recursos	● Móviles con WhatsApp y Telegram instalados. ● Un contacto de prueba (profesional de referencia u otro participante) para practicar envíos reales. ● Tarjeta comparativa WhatsApp / Telegram. ● Espacio tranquilo para practicar videollamadas.



Secuencia didáctica

Fase 1. Motivación e ideas previas

- Preguntar: "¿Con quién habláis por el móvil? ¿Cómo lo hacéis?" Recoger respuestas en la pizarra.

Fase 2. WhatsApp: qué es y qué permite

WhatsApp es una aplicación para comunicarse con otras personas. Permite enviar mensajes, fotos, audios, compartir ubicación y hacer llamadas y videollamadas.

Ejemplo práctico: enviar juntos el mensaje "Hola, he llegado al centro." a un contacto real de confianza.

Fase 3. Práctica guiada de WhatsApp

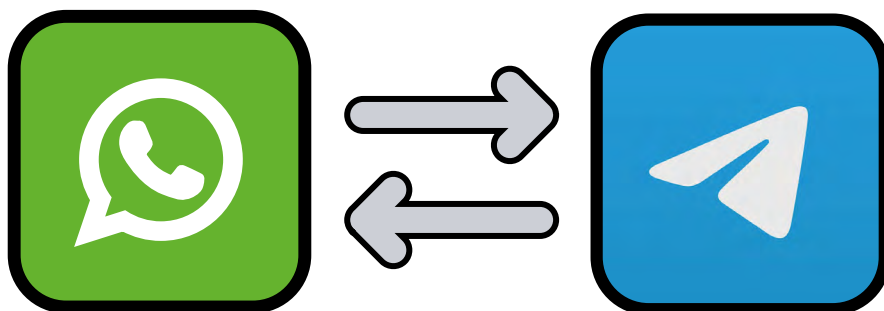
- Escribir un mensaje corto.
- Grabar y enviar un audio.
- Compartir una foto.

Fase 4. Telegram: comparamos aplicaciones

Telegram es una aplicación similar a WhatsApp. Permite mensajes, canales informativos y compartir documentos.

- **Actividad de comparación:** con la tarjeta comparativa, preguntar en grupo:

- ¿Qué tienen parecido WhatsApp y Telegram?
- ¿Qué es diferente?



TARJETA COMPARATIVA

Respuestas para el profesorado



¿QUÉ COMPARAMOS?	RESPUESTA	¿CÓMO LO EXPLICAMOS?
Enviar mensajes	Se parecen	Con WhatsApp y con Telegram podemos enviar y recibir mensajes.
Enviar fotos y videos	Se parecen	Las dos aplicaciones permiten compartir fotos y vídeos.
Enviar archivos	Se parecen	Con las dos podemos enviar documentos y otros archivos.
Hacer llamadas	Se parecen	Las dos permiten hacer llamadas y videollamadas.
Tener grupos	Se parecen	Hay una diferencia. Las dos tienen grupos. Telegram permite grupos mucho más grandes. Un grupo de WhatsApp puede tener hasta 1.024 personas. Un grupo de Telegram puede tener hasta 200.000 personas.
Tener canales	Son diferentes	Las dos tienen canales. Los canales sirven para enviar información a muchas personas.
Proteger mensajes	Son diferentes	WhatsApp protege los mensajes y llamadas personales con cifrado de extremo a extremo de forma automática. En Telegram, este tipo de protección se utiliza en los chats secretos, pero no en los chats normales.
Guardar los mensajes en la nube	Son diferentes	Telegram guarda los chats normales en su nube. Así podemos verlos fácilmente desde distintos dispositivos. Los chats secretos de Telegram no se guardan en la nube.

- Para explicar qué significa **“cifrado de extremo a extremo”**, podemos decir:

- “Es una forma de proteger una conversación.
Solo las personas que participan en la conversación pueden leer los mensajes.”

- Para **cerrar la actividad**, podemos preguntar:

- Entonces, ¿WhatsApp y Telegram son iguales?

Respuesta esperada:

No. Se parecen en muchas cosas, porque las dos sirven para comunicarnos. Pero también tienen diferencias en algunas funciones y en la forma de proteger y guardar nuestros mensajes.

Fase 5. Videollamadas

Las videollamadas permiten hablar viendo a la otra persona: familia, profesionales, amigos.

- Actividad práctica: realizar una videollamada simulada o real, trabajando por pasos:
 - Encender la cámara.
 - Activar el micrófono.
 - Finalizar la llamada correctamente.

Fase 6. Cierre y evaluación

- Repaso: "¿A quién le vais a escribir esta semana?"
- Refuerzo positivo individual.



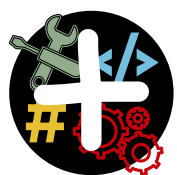
Adaptaciones y accesibilidad cognitiva (DUA)

- Usar siempre un contacto real y de confianza, nunca uno inventado, para dar sentido emocional a la práctica.
- Permitir elegir entre escribir, dictar por voz o enviar un audio según la habilidad de cada persona, incluso se pueden usar solo emoticones o gifs, si la persona no puede hablar o escribir.
- Practicar primero en pareja con el profesional y después de forma autónoma.
- Repetir la videollamada varias sesiones seguidas hasta consolidar la secuencia de pasos.



Evaluación: indicadores de logro

- Para valorar el progreso de cada participante en esta situación, observar si:
 - Envía un mensaje de texto o de audio de forma autónoma o con apoyo puntual.
 - Nombra al menos una diferencia entre WhatsApp y Telegram.
 - Completa la secuencia de una videollamada (encender cámara, hablar, colgar).
- Registrar los resultados en la Ficha de evaluación (Anexo 2).



Para ir más allá: actividades de ampliación

- Crear una lista de contactos de confianza guardada en el móvil, revisada junto con la familia o el profesional de referencia.
- Organizar una videollamada grupal entre dos centros o talleres.

YouTube y Shazam



Contextualización y justificación

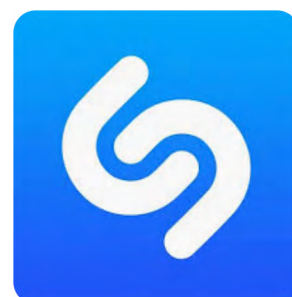
El ocio digital es una puerta de entrada muy motivadora al aprendizaje de competencias digitales. Esta situación aprovecha el interés por la música y los vídeos para trabajar búsqueda, atención y primeras nociones de seguridad (no abrir enlaces desconocidos).



Objetivos del aprendizaje

- Buscar y reproducir un vídeo en YouTube de forma guiada.
- Reconocer los elementos básicos de la pantalla de YouTube (título, duración, botón de reproducir).
- Usar Shazam para identificar una canción.
- Aplicar una primera norma de seguridad: no abrir enlaces desconocidos.

CONTENIDO	BLOQUE 4: OCIO DIGITAL
Duración orientativa	1 sesión de 90 minutos.
Competencias trabajadas	● Ocio digital saludable ● Atención y reconocimiento visual ● Seguridad digital básica
Materiales y recursos	● Dispositivo con YouTube y Shazam instalados ● Altavoz o auriculares ● Una canción conocida por el grupo para el juego musical





Secuencia didáctica

Fase 1. Motivación e ideas previas

- Preguntar: ¿Qué os gusta ver o escuchar en el móvil?" Anotar gustos musicales y temas de vídeos preferidos.

Fase 2. YouTube: qué es y para qué sirve

YouTube es una plataforma de vídeos. Permite aprender, escuchar música y ver tutoriales.

- **Actividad práctica:** buscar juntos "cómo cocinar tortilla" (o un tema elegido por el grupo). Identificar en pantalla: el título del vídeo, la duración y el botón de reproducir.

The image shows a YouTube search interface. At the top, a search bar contains the text "como cocinar una tortilla de patatas". Below the search bar, there are tabs for "Todo", "Shorts", "No visto", "Visto", "Vídeos", "Subidas recientes", and "En directo". The search results show a video titled "Tortilla de patatas - Receta de cocina española" by "Recetas de Cocina". The video thumbnail shows a golden-brown tortilla on a plate. The video player is shown at the bottom, with the title "Tortilla de Patata" and a duration of 0:02 / 3:17. The YouTube logo is visible on the left.

Fase 3. Seguridad al usar YouTube

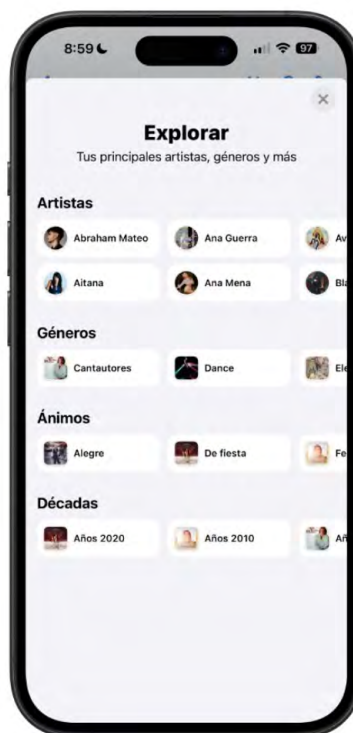
- Regla clave: no abrir enlaces desconocidos ni anuncios extraños que aparezcan sobre el vídeo.
- **Frase de apoyo: “Si aparece algo raro, no lo toco y pregunto”.**

Fase 4. Shazam: reconocer canciones

Shazam es una aplicación que reconoce canciones. La puedes usar cuando escuchas una canción y no sabes su nombre, pero te gustaría volverla a escuchar.

Ejemplo práctico:

- Escuchar una canción.
 - Abrir Shazam.
 - Pulsar el botón y esperar la identificación.
- **Actividad-Juego musical:** “¿Qué canción está sonando?”, por turnos, usando canciones elegidas por el propio grupo.



Fase 5. Generalización y cierre

Crear entre todos una lista de vídeos y canciones favoritas del grupo, que se podrá usar como “lista de reproducción” en próximas sesiones o momentos de ocio del centro.

Repaso final y refuerzo positivo.



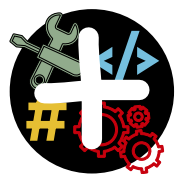
Adaptaciones y accesibilidad cognitiva (DUA)

- Dejar elegir la canción o el vídeo de la actividad siempre que sea posible: la motivación aumenta la atención.
- Usar auriculares individuales si el volumen compartido genera incomodidad a alguien del grupo.
- Apoyar el reconocimiento de botones con pictogramas,  reproducir,  pausa, etc.



Evaluación: indicadores de logro

- Para valorar el progreso de cada participante en esta situación, observar si:
 - Busca, con o sin ayuda, un vídeo relacionado con un tema de interés.
 - Identifica el botón de reproducir y el de pausa.
 - Reconoce que no debe tocar enlaces o anuncios desconocidos.
 - Usa Shazam para identificar una canción con apoyo puntual.
- Registrar los resultados en la Ficha de evaluación (Anexo 2).



Para ir más allá: actividades de ampliación

- Crear una lista de reproducción compartida del grupo para usar en momentos de descanso.
- Buscar un tutorial de un tema de interés personal (cocina, manualidades, deporte) y comentarlo en grupo.



Redes sociales e inteligencia artificial (IA)

**Contextualización y justificación**

Las redes sociales y la inteligencia artificial forman ya parte de la vida cotidiana. El objetivo de esta situación no es solo enseñar a usarlas, sino favorecer la autonomía, la participación social, el pensamiento crítico y el ejercicio de derechos, dentro de un uso seguro y responsable.

Por su extensión y su importancia, se recomienda desarrollar esta situación en tres sesiones:

- 1) redes sociales,
- 2) pensamiento crítico ante la información,
- 3) inteligencia artificial y uso responsable.

**Objetivos del aprendizaje**

- Reconocer qué son las redes sociales y su función principal (Instagram, Facebook).
- Diferenciar contenido publicitario de contenido normal, y aplicar una primera criba de fiabilidad de la información.
- Entender qué es la inteligencia artificial y para qué puede ayudar en la vida diaria.
- Aplicar normas básicas de uso responsable: no compartir datos personales y comprobar la información antes de creerla.

CONTENIDO	BLOQUE 5: PARTICIPACIÓN SOCIAL Y PENSAMIENTO CRÍTICO
Duración orientativa	3 sesiones de 90 minutos.
Competencias trabajadas	● Participación social digital ● Pensamiento crítico ante la información ● Seguridad y protección de datos personales ● Toma de decisiones informada
Materiales y recursos	● Dispositivos con Instagram, Facebook y un asistente de IA instalados ● Tarjetas de situaciones para la actividad "¿IA o persona?" Enlace genial- IA o real? ● Dos titulares de ejemplo (uno verdadero y uno claramente falso) en lectura fácil ● Cartel con la frase clave de seguridad



Secuencia didáctica

Fase 1. Qué son las redes sociales (Sesión 1)

Las redes sociales son plataformas digitales que sirven para comunicarnos y compartir información.

- En ellas podemos:

- Enviar mensajes
- Publicar fotos y vídeos
- Conocer noticias
- Seguir a otras personas
- Aprender cosas nuevas
- Participar en grupos

Algunos ejemplos son Instagram, Facebook, TikTok y YouTube.

- ¿Qué puede explicar la persona docente?

Las redes sociales pueden tener muchas cosas positivas. Nos ayudan a mantener el contacto con otras personas, aprender, compartir intereses y divertirnos.

Pero también es importante aprender a utilizarlas de forma segura y responsable.

- Conviene explicar algunas ideas básicas:

- No toda la información que vemos en redes sociales es verdadera.
- Es importante pensar antes de publicar una foto, un vídeo o un comentario.
- No debemos compartir información personal con cualquier persona.
- Debemos respetar a las demás personas cuando escribimos o publicamos.
- Si algo nos preocupa, nos incomoda o no sabemos qué hacer, podemos pedir apoyo.

- Para hacer participar al grupo

La persona docente puede preguntar:

- ¿Qué redes sociales conocéis?
- ¿Utilizáis alguna?
- ¿Para qué la utilizáis?
- ¿Qué cosas buenas podemos hacer en las redes sociales?
- ¿Qué cosas debemos hacer para utilizarlas con seguridad?

- **Mensaje clave**

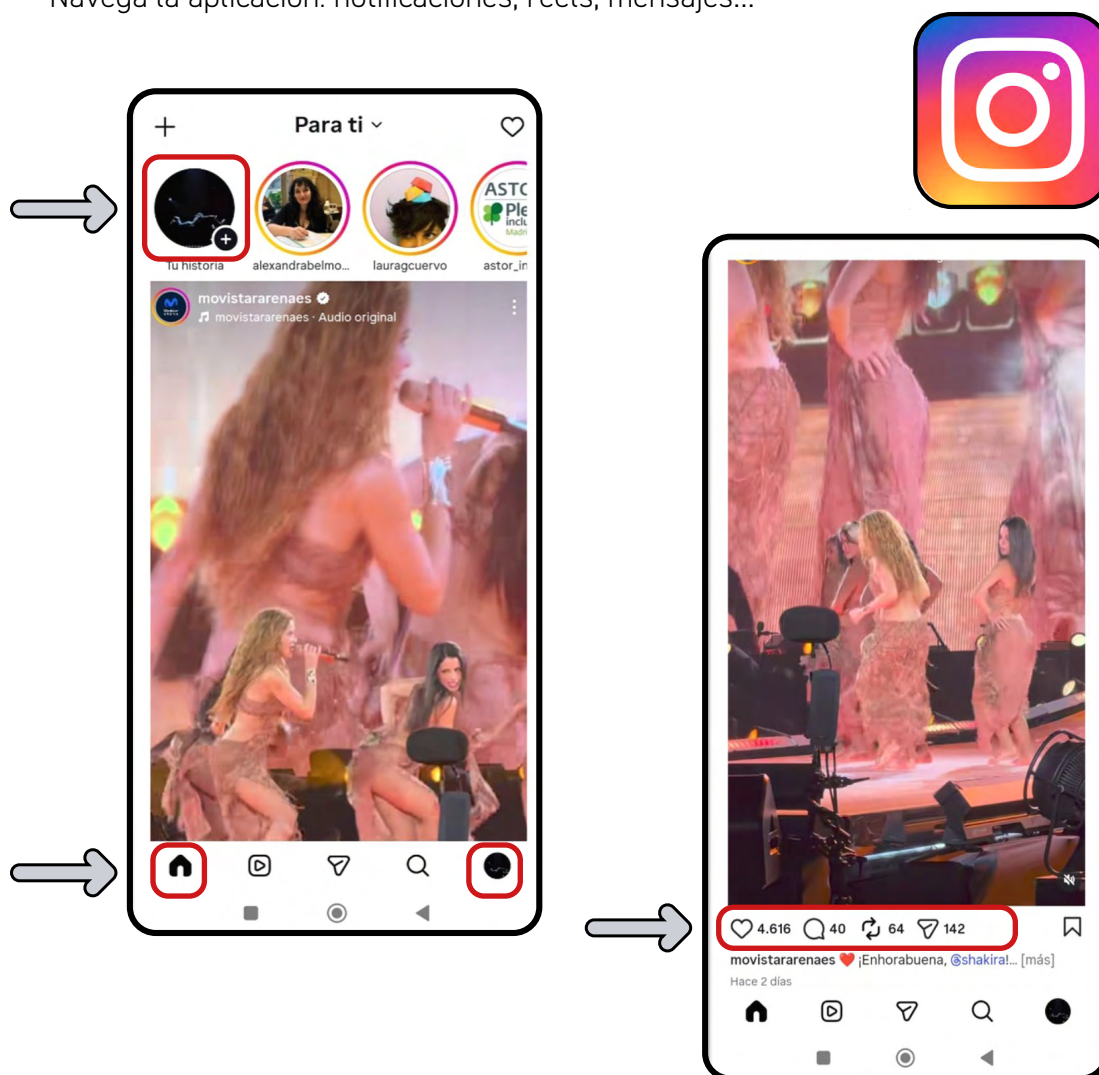
Las redes sociales pueden ser útiles y divertidas.

Para disfrutarlas, necesitamos aprender a utilizarlas de forma segura y responsable.

Fase 2. Instagram: explorar con intereses reales

- Explicación accesible: "Instagram funciona como un álbum digital donde las personas enseñan fotos, vídeos o cosas que les gustan."
- En esta red social las personas pueden ver las publicaciones de otras personas, seguir perfiles, enviar mensajes y compartir videos diarios que desaparecen.

- Actividad: buscar una cuenta relacionada con un interés real del grupo (deporte, cocina, naturaleza, música, animales) y trabajar
- Identificar la foto de perfil y una publicación
- Diferenciar publicidad de contenido normal
- Dar "me gusta" y buscar otros perfiles
- Navega la aplicación: notificaciones, reels, mensajes...



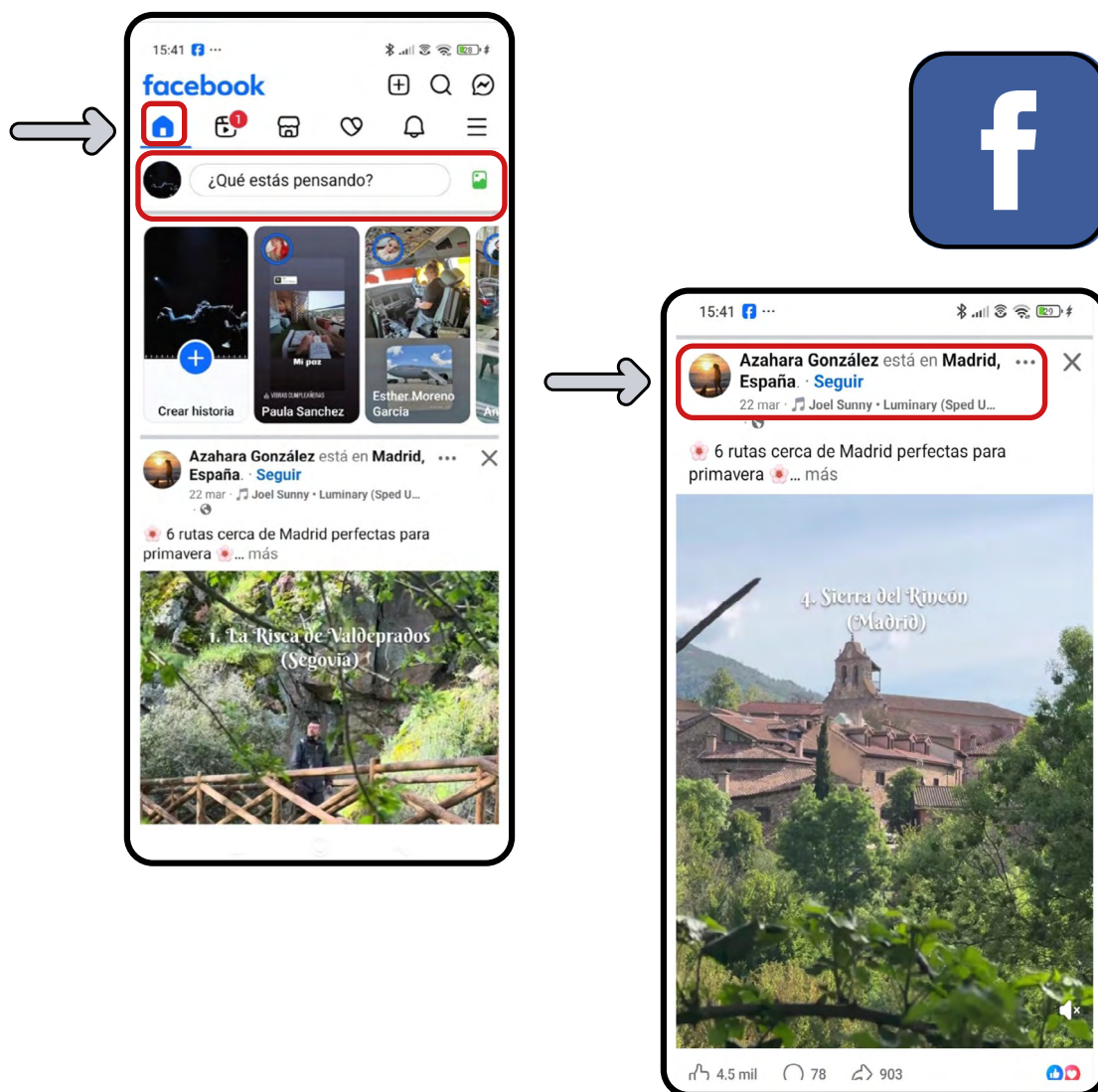
- Aspectos de seguridad: no compartir dirección, contraseñas, datos bancarios ni fotos personales sin pensar antes.

- **Frase de apoyo**: "Antes de publicar, pienso si esa información la diría también delante de muchas personas".

Fase 3. Facebook: Identificar y simular

Facebook permite compartir información, hablar con otras personas, participar en grupos, ver noticias y compartir fotografías.

- **Actividad — identificar elementos:** buscar una cuenta relacionada con un interés real del grupo (deporte, cocina, naturaleza, música, animales) e identifica: foto de perfil, comentarios, publicaciones, botón de compartir. Navega por la aplicación: videos cortos, mensajes, búsqueda...



- **Simulación:** "Queremos compartir una actividad del centro ocupacional." Reflexionar en grupo: ¿qué podemos compartir? ¿qué no debemos compartir?

Fase 4. Pensamiento crítico ante la información (Sesión 2)

- No toda la información que encontramos en Internet es verdadera. Podemos encontrar noticias falsas, mensajes engañosos, imágenes manipuladas o publicaciones que exageran para llamar nuestra atención. Mostrar ejemplos.
- Es importante enseñar a parar y pensar antes de creer o compartir una información.
- Podemos trabajar algunas preguntas sencillas sobre diferentes ejemplos de publicaciones en línea:
 - ¿Quién ha escrito esta información?
 - ¿Sé de dónde viene?
 - ¿Es una fuente fiable o conocida?
 - ¿Parece una noticia real o parece exagerada?
 - ¿Puedo comprobar esta información en otro sitio?
 - ¿Me están intentando engañar o conseguir algo de mí?
- La persona docente puede explicar que tener dudas es normal. Si no sabemos si una información es verdadera, podemos buscar otra fuente, consultar una página oficial o pedir apoyo a una persona de confianza.
- **Actividad práctica:** mostrar dos titulares o publicaciones, uno verdadero y otro claramente falso o poco fiable. Preguntar al grupo:
 - ¿Cuál os parece más fiable?
 - ¿Por qué?
 - ¿Quién lo publica?
 - ¿Cómo podríamos comprobarlo?
- La idea principal es aprender esta regla sencilla: parar, pensar y comprobar antes de creer o compartir.

Fase 5. Inteligencia artificial: qué es y para qué sirve (sesión 3)

- La Inteligencia Artificial (IA) son herramientas tecnológicas que pueden ayudarnos a hacer algunas tareas.
Por ejemplo, pueden servir para:
 - Buscar información.
 - Resolver dudas.
 - Traducir palabras o textos.
 - Ayudar a escribir mensajes.
 - Crear imágenes.
 - Organizar tareas.
 - Aprender cosas nuevas.

Algunos ejemplos de herramientas de Inteligencia Artificial son ChatGPT, Gemini y Microsoft Copilot.

- Explicación accesible: "La Inteligencia Artificial es una herramienta que puede ayudarnos, pero necesita que las personas pensemos y decidamos."

● La IA puede dar respuestas útiles, pero también puede equivocarse. Por eso, es importante revisar la información y no creer todo lo que dice sin comprobarlo.

● Ejemplos de uso diario:

Podemos utilizar una herramienta de IA para:

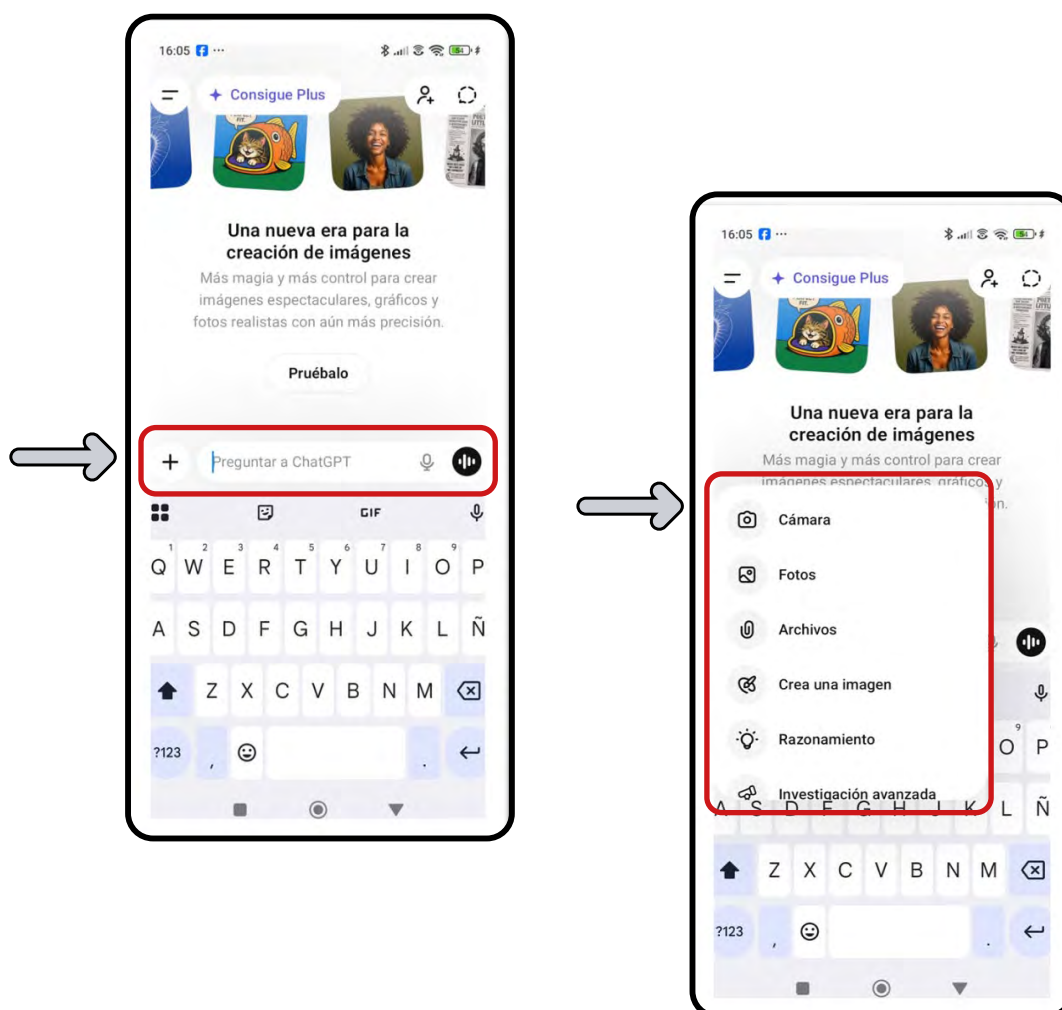
- Preguntar: "¿Qué tiempo hará mañana?"
- Pedir ayuda para escribir un mensaje.
- Traducir una palabra a otro idioma.
- Organizar una lista de tareas.
- Pedir ideas para preparar una comida.
- Explicar una palabra difícil de una forma más sencilla.
- Crear una imagen: "Dibuja un perro jugando en un parque".

● La persona docente puede preguntar al grupo:

- ¿Conocéis alguna herramienta de Inteligencia Artificial?
- ¿La habéis utilizado alguna vez?
- ¿Para qué podría ayudarnos?

● **Idea importante:** la Inteligencia Artificial puede ayudarnos, pero la decisión final siempre la tomamos las personas.

● **Actividad:** Utilizar Chat GPT (disponible sin necesidad de crear cuenta), hacer varias preguntas con ayuda del alumnado y explorar las diferentes funciones de la herramienta.



Fase 6. Uso responsable de la inteligencia artificial (IA)

- Tres mensajes clave que deben repetirse en la sesión:
 - La IA ayuda, pero no siempre tiene razón: no todo lo que dice Internet o una Inteligencia Artificial es correcto. Hay que comprobar la información, preguntar si hay dudas y pensar antes de creer algo.
 - No compartir datos personales: nunca escribir DNI, contraseñas, dirección o datos bancarios.
 - La persona decide: "La tecnología ayuda. Las personas deciden".

Fase 7. Actividad práctica: "¿IA o persona? ¿Real o IA?"

- Objetivo: aprender a diferenciar cuándo una acción la realiza una persona y cuándo interviene una herramienta de Inteligencia Artificial.
- Material: tarjetas con situaciones y juego de Genially.
- **¿Persona o IA?**
Leer diferentes situaciones. El grupo debe decidir si la acción la realiza una persona o una herramienta de IA.

Ejemplos:

- "Un amigo me llama por teléfono" → Persona.
- "ChatGPT me ayuda a escribir un mensaje" → IA.
- "Una profesional del centro me explica una tarea" → Persona.
- "Una herramienta de IA traduce un texto" → IA.
- "Mi hermana me recomienda una película" → Persona.
- "Una IA me propone ideas para preparar una comida" → IA.

Después de cada ejemplo, preguntar:

- ¿Cómo lo sabemos?
- ¿Quién está haciendo la tarea?

Importante: no todas las aplicaciones o herramientas digitales son IA. Por ejemplo, una calculadora o una alarma del móvil son herramientas digitales, pero no necesariamente utilizan Inteligencia Artificial.

● ¿Esta imagen está creada con IA?

Explicar de forma sencilla: "La Inteligencia Artificial también puede crear imágenes. Le podemos escribir lo que queremos ver y la herramienta crea una imagen nueva."

Ejemplos:

- "Crea una imagen de un perro con gafas montando en bicicleta."
- Una herramienta de IA puede crear esa imagen, aunque esa escena nunca haya ocurrido.

A continuación, realizar el juego ¿Es inteligencia artificial? →
El grupo observa cada imagen y decide.



Fase 8. Actividad práctica: “Preguntamos a la IA”

- Formular preguntas sencillas a un asistente de IA, por ejemplo:
 - ¿Qué ropa me pongo si llueve?
 - ¿Qué puedo cocinar con arroz?
 - ¿Cómo se recicla una botella?

Después, reflexionar en grupo: ¿la respuesta sirve? ¿hay algo que comprobar? ¿necesito preguntar a alguien más?



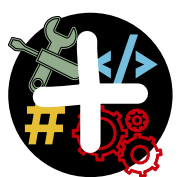
Adaptaciones y accesibilidad cognitiva (DUA)

- Elegir cuentas, temas y preguntas siempre a partir de intereses reales del grupo (deporte, música, cocina, animales).
- Apoyar la actividad “¿IA o persona?” con pictogramas o dibujos en las tarjetas, no solo texto.
- Realizar el ejercicio de titulares verdadero/falso siempre en pequeño grupo, con lectura en voz alta y apoyo visual.
- Reforzar constantemente el mensaje “si tengo dudas, pregunto a una persona de confianza”, sin generar alarma ni miedo a la tecnología.



Evaluación: indicadores de logro

- Para valorar el progreso de cada participante en esta situación, observar si:
 - Identifica al menos un elemento básico de una red social (foto de perfil, publicación, comentario).
 - Ante dos titulares, señala cuál le genera más confianza y explica por qué.
 - Explica con sus palabras qué es la IA (“una herramienta que ayuda, pero no siempre acierta”).
 - Clasifica correctamente al menos 3 de las 4 tarjetas de la actividad “¿IA o persona?”.
 - Es capaz de detectar al menos imágenes simples creadas con IA.
 - Nombra al menos un dato que nunca debe compartir en Internet.
- Registrar los resultados en la Ficha de evaluación (Anexo 2).



Para ir más allá: actividades de ampliación

- Crear un mural de “lo que sí comparto / lo que no comparto” con recortes o pictogramas.
- Repetir la actividad “Preguntamos a la IA” con dudas reales que vayan surgiendo a lo largo del curso.

Seguridad digital



Contextualización y justificación

La seguridad digital no se enseña en una única sesión: debe recordarse en cada bloque del curso, cada vez que se abre una aplicación nueva. Aun así, se recomienda dedicar una sesión específica para consolidar las normas básicas antes de avanzar al Bloque 5 (redes sociales e IA), donde estos riesgos son más frecuentes.



Objetivos del aprendizaje

- Reconocer qué datos personales nunca deben compartirse por Internet.
- Identificar señales de alarma: premios falsos, mensajes desconocidos, enlaces extraños.
- Interiorizar la norma de pedir ayuda ante cualquier duda o situación extraña.

CONTENIDO	TRANSVERSAL: PRESENTE EN TODAS LAS SESIONES
Duración orientativa	1 sesión específica de 90 minutos, reforzada de forma breve en todas las demás sesiones
Competencias trabajadas	● Protección de datos personales ● Detección de señales de riesgo ● Petición de ayuda como estrategia de autoprotección
Materiales y recursos	● Cartel grande con la frase clave "Si no estoy seguro, pregunto" ● Ejemplos impresos de mensajes sospechosos (premio falso, enlace extraño) ● Tarjetas de "esto lo comparto / esto no lo comparto"





Secuencia didáctica

Fase 1. Motivación e ideas previas

- Preguntar: “¿Os ha llegado alguna vez un mensaje raro o extraño al móvil? ¿Qué hicisteis?”

Fase 2. Qué no se comparte nunca

- Trabajar con tarjetas la regla: nunca se comparten contraseñas, el DNI ni datos bancarios.
 - Clasificar tarjetas de datos en “sí se puede compartir” (por ejemplo, el nombre) y “nunca se comparte” (por ejemplo, la contraseña).

Fase 3. Desconfiar de señales de alarma

- Mostrar ejemplos sencillos de mensajes sospechosos: un premio falso, un mensaje de un desconocido, un enlace extraño.
 - Analizar en grupo cada ejemplo: “¿por qué parece sospechoso?”
 - Practicar la reacción correcta: no pulsar, no responder, avisar a alguien de confianza.

Fase 4. Pedir ayuda: la frase clave

- Presentar y repetir en grupo la frase clave: “Si no estoy seguro, pregunto.”
Role-play breve: simular que llega un mensaje extraño y practicar acudir a un profesional o familiar de confianza.

Fase 5. Cierre y compromiso grupal

- Cada participante repite en voz alta un dato que nunca compartirá. Cierre con refuerzo positivo.



Adaptaciones y accesibilidad cognitiva (DUA)

- Usar siempre ejemplos visuales y concretos, nunca solo advertencias abstractas.
- Repetir la frase clave con apoyo gestual o pictograma asociado.
- Practicar el role-play tantas veces como sea necesario, con distintos ejemplos, hasta consolidar la respuesta.



Evaluación: indicadores de logro

- Para valorar el progreso de cada participante en esta situación, observar si:
 - Identifica al menos un dato que nunca debe compartir por Internet.
 - Reconoce un ejemplo de mensaje sospechoso cuando se le muestra.
 - Verbaliza o representa la frase clave "si no estoy seguro, pregunto".
- Registrar los resultados en la Ficha de evaluación (Anexo 2).



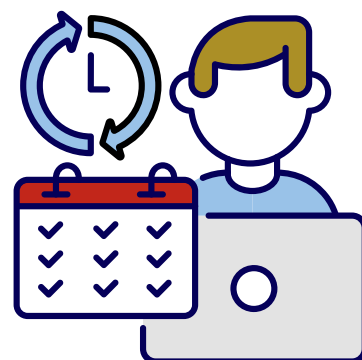
Para ir más allá: actividades de ampliación

- Elaborar un cartel de seguridad digital para colgar en el aula, elaborado por el propio grupo.
- Retomar brevemente (5 minutos) esta situación al inicio de cada sesión posterior del curso, como recordatorio..



9. Propuesta de sesión tipo (90min.)

Todas las situaciones de aprendizaje de esta guía siguen, en mayor o menor medida, esta estructura general de sesión. Sirve como plantilla para diseñar nuevas sesiones o adaptar las existentes.



FASE	QUÉ HACER	DURACIÓN
1. Bienvenida y explicación	Objetivos claros de la sesión, explicados con lenguaje sencillo. Recuperar brevemente lo trabajado en la sesión anterior	10 min.
2. Contenido teórico	Explicación breve del concepto, siempre acompañada de una demostración práctica con el dispositivo real	20 min.
3. Actividad guiada	Uso real de la herramienta por parte de cada participante, con el apoyo necesario según la persona	30 min.
4. Evaluación práctica	Por ejemplo: "Busca una dirección en Google Maps" o "Envía un mensaje de WhatsApp". Se observa y registra el desempeño (Anexo 2)	20 min.
5. Repaso y cierre	Preguntar: ¿qué hemos aprendido?, ¿para qué sirve?, ¿dónde lo usaré? Cierre con refuerzo positivo	10 min.

● Ejemplo aplicado (sesión de Google Maps)

1. Bienvenida: "Hoy vamos a aprender a llegar a un sitio nuevo con el móvil"
2. Contenido teórico: mostrar la app abierta y sus botones principales
3. Actividad guiada: cada participante busca la ruta al ayuntamiento, paso a paso
4. Evaluación práctica: "Busca cómo llegar al centro de salud"
5. Cierre: "¿Para qué nos sirve esto en la vida real?"



10. Evaluación

Instrumentos y rúbrica de seguimiento

● Finalidad de los instrumentos de evaluación

La evaluación inicial (Anexo 1) permite identificar los conocimientos previos, intereses y expectativas de las personas participantes, facilitando la adaptación de los contenidos y estrategias metodológicas.

La evaluación de cada sesión (Anexo 2) permite verificar la adquisición progresiva de conocimientos, valorar el grado de satisfacción y detectar posibles necesidades de refuerzo o mejora durante el desarrollo de la acción formativa.

El registro de seguimiento (Anexo 3) permite tener una visión de conjunto de todo el curso, sesión a sesión.

● Rúbrica transversal de seguimiento

Además de los indicadores propios de cada situación de aprendizaje, se recomienda valorar estos cinco criterios generales en cada sesión, útiles para todas las situaciones del curso:

CRITERIO	LO CONSIGUE SOLO O SOLA	LO CONSIGUE CON AYUDA	NECESITA APOYO CONSTANTE
Comprende la tarea	Entiende qué se le pide sin ayuda	Entiende la tarea con explicación adicional	Necesita que se le muestre el ejemplo completo
Participa en la actividad	Participa de forma activa y espontánea	Participa si se le anima o pregunta	Participa poco o se muestra pasivo
Sigue los pasos	Sigue la secuencia de pasos sin ayuda	Sigue los pasos con apoyo puntual	Necesita que se le acompañe en cada paso
Autonomía	Repite la acción solo/a en otra sesión	Repite la acción con un pequeño recordatorio	Necesita ayuda constante para repetirla
Generaliza a la vida diaria	Menciona haber usado lo aprendido fuera del aula	Reconoce cuándo podría usarlo si se le pregunta	No relaciona el contenido con su vida diaria

11. Recursos

Complementarios y de apoyo

Recursos que pueden ayudar a preparar y enriquecer las sesiones de esta guía:

- **Pictogramas ARASAAC:** banco de pictogramas gratuitos, útil para elaborar tarjetas de apoyo visual y carteles de pasos. [AAC Symbols and shared resources - ARASAAC](#)
- **Lectura fácil:** adaptar siempre textos, noticias y consignas siguiendo las pautas de lectura fácil (frases cortas, una idea por frase, vocabulario cotidiano). En esta web puedes encontrar noticias en lectura fácil: [Inicio - Planeta Fácil](#)
- **Materiales y guías de Plena inclusión:** documentos y recursos sobre accesibilidad cognitiva y apoyos para personas con discapacidad intelectual. [Publicaciones, libros en lectura fácil y guías | Plena inclusión](#)
- **Materiales sobre competencias digitales:** Presentaciones del proyecto "Líderes digitales en el aula"- [Proyecto de educación inclusiva - Plena inclusión](#)
- **Funciones de accesibilidad del propio dispositivo:** letra grande, subtítulos automáticos, control por voz y lector de pantalla, que pueden activarse según las necesidades del grupo.
- **Familias y profesionales de referencia:** mantener informado al entorno de apoyo de cada participante sobre lo trabajado en cada sesión, para reforzar la generalización en casa. Las participantes, facilitando la adaptación de los contenidos y estrategias metodológicas.

12. Mensaje final para profesionales

La competencia digital no consiste únicamente en enseñar aplicaciones. Consiste en generar oportunidades para que las personas con discapacidad intelectual ejerzan su autonomía, su comunicación y su participación social.

- Conclusiones
 - La tecnología favorece la autonomía.
 - La tecnología facilita la comunicación.
 - La tecnología permite acceder a información.
 - La tecnología ayuda a participar en la comunidad.
- Las tecnologías pueden convertirse en apoyos para la inclusión, la autodeterminación y el ejercicio pleno de derechos.
- Enseñar competencias digitales es también enseñar ciudadanía, participación y autonomía.

13. Anexos

Estas fichas son fotocopiables. Se recomienda imprimir una copia de cada anexo por participante y por sesión.

Anexo 1. Evaluación inicial de intereses en nuevas tecnologías

Para saber qué conocimientos previos tiene cada participante.

Permite partir de sus intereses y motivarle en la adquisición de conocimientos.

Sesión

Fecha

Entidad

Persona

¿Te interesan las nuevas tecnologías?

☐ Sí☐ Un poco☐ No

¿Qué aparatos y aplicaciones conoces o usas?

☐ Móvil☐ Ordenador☐ Tablet☐ TV inteligente☐ Videojuegos☐ Inteligencia Artificial / ChatGPT☐ Apps que crean imágenes y textos☐ Apps que indican rutas para llegar a un sitio☐ Apps que recomiendan música o vídeos

¿Qué te gustaría aprender?

☐ Usar mejor el móvil☐ WhatsApp y mensajes☐ Internet☐ Aplicaciones de IA☐ Hacer fotos o vídeos☐ Otro: _____

Seguridad digital

☐ Sé poner contraseñas☐ Quiero aprender a proteger mis datos☐ No compartir datos personales☐ Reconocer mensajes falsos☐ Pedir ayuda si tengo dudas

Observaciones

(Temas de interés personal, qué es lo que me motiva, dificultades...)

Anexo 2. Ficha evaluación de sesión

Con estos datos se puede comprobar si la persona adquiere los conocimientos que se buscan en cada sesión.

Sesión

Fecha

Entidad

Nombre

Grupo/curso

¿Qué producto final ha hecho?

☐ Dibujo

☐ Trabajo digital

☐ Cartel

☐ Otro: _____

EVALUACIÓN	OPCIÓN 1	OPCIÓN 2	OPCIÓN 3
Comprende la tarea	☐ Sí	☐ A veces	☐ No
Participa en la actividad	☐ Mucho	☐ Un poco	☐ Poco
Sigue los pasos para hacer el producto	☐ Sí	☐ Con ayuda	☐ No
Termina el producto final	☐ Sí	☐ Casi	☐ No

Valoración final en función de los indicadores de logro

Anexo 3. Registro de seguimiento del curso

Ficha de continuidad para llevar una visión de conjunto de todas las sesiones del curso de un mismo grupo.

SESIÓN	FECHA	SITUACIÓN TRABAJADA	OBSERVACIONES
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

