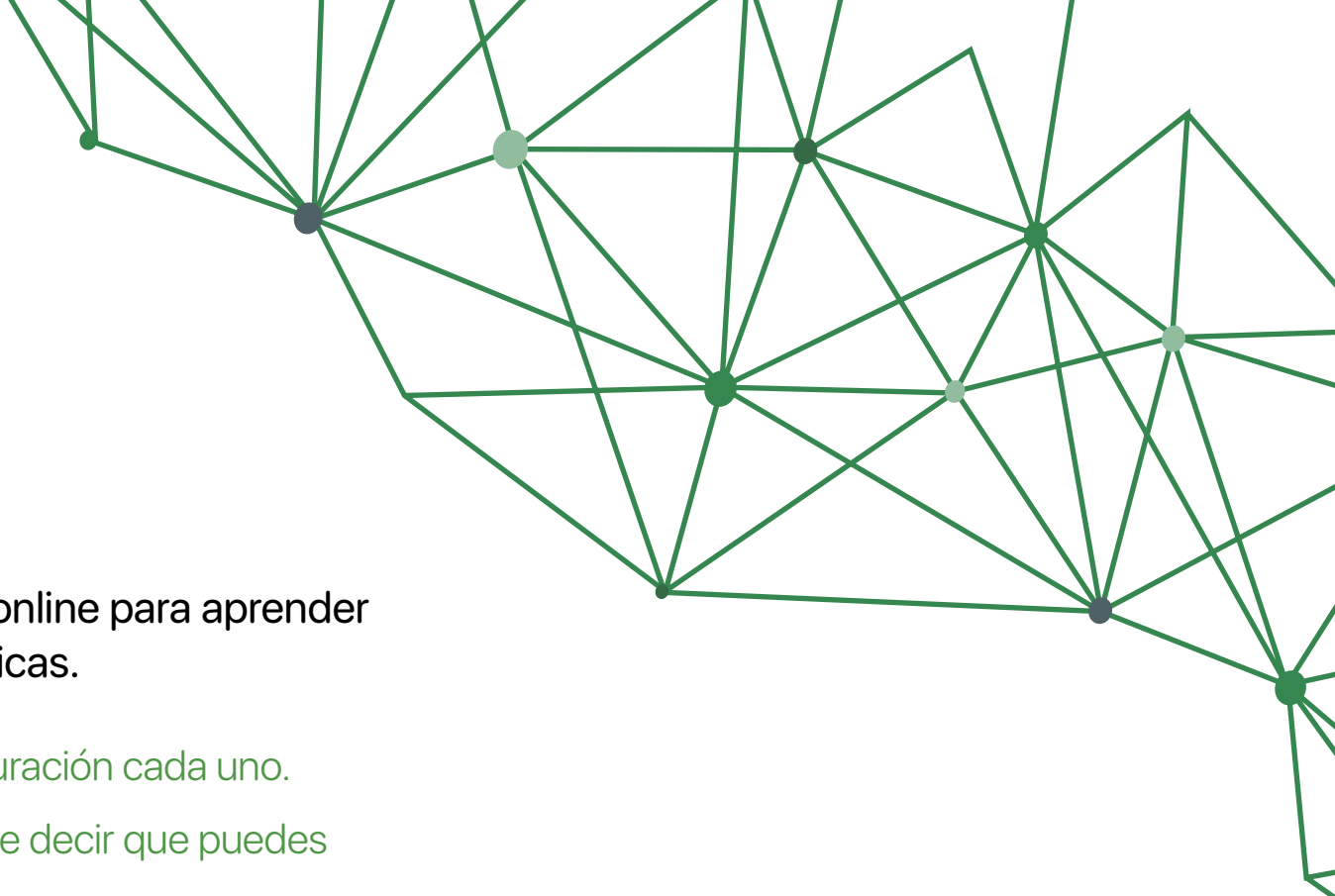




# Aprendiendo a utilizar herramientas tecnológicas

Catálogo de cursos formativos dirigidos a personas con discapacidad intelectual y del desarrollo para mejorar las competencias digitales



Te presentamos un catálogo de cursos online para aprender a utilizar algunas herramientas tecnológicas.

- Son 10 cursos gratuitos de 2 horas de duración cada uno.
- Son cursos de autoformación, esto quiere decir que puedes hacer los cursos a tu ritmo.
- Puedes hacer los 10 cursos o sólo los que te interesen.

**¡Para inscribirte en uno o más cursos, accede al formulario!**  
<https://www4.plenainclusion.org/l/918103/2023-11-28/tc7v1>

**Más información:**

<https://www.plenainclusion.org/l/transformacion-digital/>

## CONTENIDOS

1. Uso básico del sistema operativo
2. ¿Qué es internet?
3. Tratamiento de la información
4. Google y sus aplicaciones



**DIRIGIDO A:** Personas con discapacidad intelectual y del desarrollo interesadas en conocer qué es internet y cómo funciona un ordenador en un nivel básico.

**OBJETIVO:** Mejorar las competencias digitales.

## CONTENIDOS

1. Competencias digitales
2. ¿Cómo utilizar internet de forma segura?
3. Peligros de internet
4. ¿Qué es público y qué es privado?
5. Formas básicas de uso de medios informáticos para garantizar la seguridad
6. Definición de seguridad informática
7. Tipos de seguridad informática
8. Principio de seguridad informática
9. Consejos básicos de seguridad en dispositivos móviles
10. Las amenazas de seguridad en la red
11. ¿Qué medidas de protección puedo aplicar?
12. Copias de seguridad
13. Copias de seguridad en la nube
14. Copias de seguridad en Windows
15. Copias de seguridad en dispositivos móviles
16. Actualización del sistema operativo y otras aplicaciones
17. El firewall

**DIRIGIDO A:** Personas con discapacidad intelectual y del desarrollo interesadas en conocer qué es la seguridad informática y como aplicarla.

**OBJETIVO:** Mejorar las competencias digitales.



# Curso 3. Realiza tus gestiones desde casa

Autoformación online 2h.

## CONTENIDOS

1. Certificado electrónico y cómo obtenerlo
2. Prepara tus dispositivos para poder utilizar el certificado electrónico
3. Trámites básicos
4. Sede electrónica
5. Realizar pagos electrónicos
6. Recomendaciones de seguridad



**DIRIGIDO A:** Personas con discapacidad intelectual y del desarrollo interesadas en conocer que gestiones se pueden hacer desde casa, pagos, certificado electrónico... y como hacerlo de una forma segura.

**OBJETIVO:** Mejorar las competencias digitales.

# Curso 4. Herramientas digitales para comunicarte

Autoformación online 2h.

## CONTENIDOS

1. TIC
2. El correo electrónico
3. WhatsApp
4. Video conferencias
5. Trabajar en equipo



**DIRIGIDO A:** Personas con discapacidad intelectual y del desarrollo interesadas en conocer herramientas para comunicarte como el correo electrónico, las video conferencias...

**OBJETIVO:** Mejorar las competencias digitales.

# Curso 5. Tratamiento de textos con Word

Autoformación online 2h.

## CONTENIDOS

1. Inicio de Word
2. Componentes de la pantalla de Word
3. Abrir, guardar y cerrar
4. Obtener ayuda
5. Insertar texto
6. Desplazarse por el documento
7. Seleccionar texto
8. Formatos en Word
9. Aplicar formatos de fuente
10. Formatos de párrafo
11. Aplicar formatos al párrafo
12. Actividad práctica: formatos propios y ajenos
13. Configurar página



**DIRIGIDO A:** Personas con discapacidad intelectual y del desarrollo interesadas en conocer el programa informático Word, para escribir textos.

**OBJETIVO:** Mejorar las competencias digitales.



## CONTENIDOS

1. ¿Qué es Excel?
2. Conceptos básicos
3. El entorno de trabajo
4. Cómo trabajar con documentos
5. Trabajar con las celdas
6. ¿Qué son las fórmulas en Excel?
7. Pasos para hacer operaciones con Excel
8. Operaciones rápidas en Excel
9. Trabajar con tablas en Excel
10. Imprimir un documento de Excel
11. Recomendaciones de uso



**DIRIGIDO A:** Personas con discapacidad intelectual y del desarrollo interesadas en conocer el programa informático Excel, para hacer tablas con números, operaciones matemáticas con estas tablas de datos numéricos....

**OBJETIVO:** Mejorar las competencias digitales.



# Curso 7. Presentaciones eficaces con PowerPoint

Autoformación online 2h.

## CONTENIDOS

1. Definición y características
2. ¿Qué aplicación escogemos?
3. Microsoft PowerPoint
4. Inicio de Power Point
5. Componentes de la pantalla de Power Point
6. Abrir, guardar y cerrar
7. Obtener ayuda
8. Modos de vista
9. Trabajar con diapositivas
10. Actividad práctica: operaciones con diapositivas
11. Trabajar con texto
12. Trabajar con imágenes
13. Ejecutar la presentación
14. Transiciones entre diapositivas
15. Animaciones



**DIRIGIDO A:** Personas con discapacidad intelectual y del desarrollo interesadas en conocer el programa informático Power Point, para hacer presentaciones con el ordenador con imágenes y texto.

**OBJETIVO:** Mejorar las competencias digitales.

## CONTENIDOS

1. Introducción a Access
2. Objetos de una base de datos
3. Tablas de datos
4. Edición de datos
5. Organizar datos
6. Propiedades de los campos
7. Relaciones
8. Consultas
9. Formularios
10. Informes



**DIRIGIDO A:** Personas con discapacidad intelectual y del desarrollo interesadas en conocer el programa informático Access, para hacer bases de datos.

**OBJETIVO:** Mejorar las competencias digitales.

## CONTENIDOS

1. ¿Qué es la creación de contenidos digitales?
2. Tipos de contenidos digitales
3. Contenidos digitales en formato texto
4. Contenidos digitales en formato imágenes
5. Contenidos digitales en formato Audio
6. Contenidos digitales en formato Video
7. ¿Cómo empezar a crear tus contenidos digitales?
8. Claves para crear contenidos digitales exitosos
9. Herramientas para crear contenidos digitales
10. Bancos de recursos digitales

**DIRIGIDO A:** Personas con discapacidad intelectual y del desarrollo interesadas en conocer diferentes formatos digitales (audio, imagen, video, texto) y como crearlos.

**OBJETIVO:** Mejorar las competencias digitales.



## CONTENIDOS

1. Conceptos básicos
2. Historia de las redes sociales
3. La privacidad en las redes sociales
4. Buenos hábitos de privacidad en redes sociales
5. Diferentes usos de las redes sociales
6. Recomendaciones de uso de las redes sociales



**DIRIGIDO A:** Personas con discapacidad intelectual y del desarrollo interesadas en conocer diferentes redes sociales, como se usan adecuadamente, algunos peligros y como protegerse en redes sociales.

**OBJETIVO:** Mejorar las competencias digitales.



Estos cursos forman parte del proyecto Transformación Digital para la Inclusión. Esta acción contribuye al cumplimiento de la Línea de Actuación 5, impulsando la reducción de la brecha digital en las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo. Es un proyecto apoyado por el Ministerio de derechos sociales y agenda 2030 y financiado por el Fondo Europeo de Recuperación, Transformación y Resiliencia.