

FORMACIÓN TRONCAL ÚNICA (65 HORAS)

COMPETENCIAS DIGITALES (35 HORAS)

Unidad 1. Tecnología digital y uso del ordenador y sistema operativo

1. Conceptos básicos de las tecnologías de información y comunicación.
2. El PC, hardware y software.
3. El Sistema Operativo.
4. Los Virus y el Antivirus.

Unidad 2. Navegación y comunicación en el mundo digital

1. Navegadores
2. Buscadores web
3. Protegerse contra Internet
4. Funciones básicas del correo electrónico

Unidad 3. Tratamiento de textos

1. Conociendo el entorno.
2. Operaciones básicas con el texto del documento
3. Formato de letra
4. Formato de párrafo
5. Configuración de la página
6. Imprimir documentos

Unidad 4. Tratamiento de hoja de cálculo

1. Conceptos generales y características fundamentales de la aplicación de hoja de cálculo
2. Acciones básicas en un libro de trabajo
3. Tipos de datos
4. Gráficos

EMPLEABILIDAD Y HABILIDADES SOCIALES (30 HORAS)

Unidad 1. Ámbito laboral

1. SAE y SEPE
2. Alta en seguridad social e informe de vida laboral
3. Bonificaciones como usuarios/as de garantía juvenil
4. Tipos de contratos. Cómo se lee una nómina.

Unidad 2. Habilidades sociales y personales

1. ¿Qué son las habilidades sociales?
2. Autoconciencia emocional
3. Auto-regulación: aprender a manejar las propias emociones.
 - a. Resiliencia como manera de afrontar los problemas
4. Auto-motivación: utilizar el potencial existente

5. Empatía: saber ponerse en el lugar de otros/as
6. Primeras habilidades sociales
7. Conductas sociales
8. Crear relaciones sociales
9. Presentaciones eficaces: aprender a escuchar y hablar en público.
10. Práctica: Mi Elevator Pitch.

Unidad 3. Habilidades para la empleabilidad

1. Preparación de un CV efectivo
2. Las entrevistas: individuales y grupales