

Este proyecto ha sido cofinanciado con el apoyo del programa Erasmus+ de la Comisión Europea. Esta publicación refleja únicamente las opiniones de sus autores, y ni la Comisión Europea ni el SEPIE se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información aquí contenida.

Tema

Competencias para la vida y la carrera profesional

Duración

45 minutos

Nivel

Principiante

Pasos del pensamiento computacional utilizados

Descomposición
Reconocimiento de patrones
Abstracción
Pensamiento algorítmico

CAJA DE APRENDIZAJE DE ACTIVIDADES DESENCHUFADAS

¿Qué tan resilientes somos? Mantén la calma.

Esta actividad ayuda a adultos con baja cualificación a desarrollar una resiliencia práctica y habilidades de toma de decisiones estructurada para situaciones críticas. Se presenta a los participantes un escenario de emergencia realista en el que los servicios públicos podrían verse interrumpidos y donde las personas podrían necesitar permanecer en interiores, buscar refugio o evacuar. La situación se desglosa en cinco áreas manejables: comprender la situación, garantizar la seguridad inmediata, preparar artículos esenciales, comunicarse con los demás y evaluar la información. A continuación, los participantes identifican qué acciones corresponden a cada área y debaten sobre la necesidad de determinadas medidas. La actividad permite a los participantes distinguir entre los preparativos que deben realizarse antes de una emergencia y las acciones que requieren atención inmediata durante una crisis. Mediante la clasificación de tarjetas de acción y el análisis de diversas situaciones, los participantes practican la interpretación de información visual y estructurada.

Grupo objetivo

Adultos con baja cualificación y escasas competencias digitales
Adultos con baja cualificación y escasa formación académica o profesional
Adultos con baja cualificación y escasa participación en programas de formación continua

Objetivos de aprendizaje

Desglosar una situación crítica en tareas claras y manejables;
Distinguir entre acciones inmediatas y otras menos urgentes;
Determinar qué acción debe llevarse a cabo en una situación concreta;
Centrarse en resolver problemas en lugar de dejarse llevar por las emociones.

Áreas de Competencia

a) Competencias de Innovación

Creatividad
Pensamiento crítico

Enfoque metodológico

Gamificación
Aprendizaje basado en retos
Aprendizaje colaborativo
Aprendizaje experiencial

Resolución de problemas
Comunicación
Colaboración

b) Competencias de Alfabetización Informacional

Capacidad para acceder, comprender y analizar críticamente la información
Interpretación de contenido digital y visual
Conciencia de la influencia y los sesgos de los medios de comunicación

c) Competencias para la Vida y la Carrera Profesional

Flexibilidad y adaptabilidad
Iniciativa y autonomía
Sociabilidad y competencia intercultural
Productividad
Liderazgo y responsabilidad

Resultados del Aprendizaje

Comprender que una situación crítica se compone de varios problemas menores;

Dividir una situación crítica compleja en otras más pequeñas y determinar qué actividades deben realizarse en un área específica;

Reducir la confusión e identificar qué tareas requieren atención inmediata.

Notas

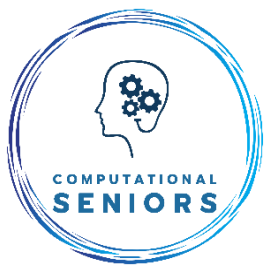
Utilice un lenguaje sencillo y cercano, y explique los términos desconocidos antes de comenzar la actividad.

Presente la situación de emergencia con calma y haga hincapié en que el objetivo es fomentar la preparación, no generar miedo.

Permita que los participantes propongan sus propias categorías y acciones antes de presentar las cinco áreas predefinidas.

Anime a los participantes a explicar por qué cada acción pertenece a una categoría concreta y qué acciones deberían priorizarse.

Ofrezca apoyo adicional a los participantes con bajo nivel de alfabetización o competencias digitales mediante el uso de colores claros, material visual, ejemplos prácticos e instrucciones reiteradas.



Cofinanciado por
la Unión Europea

**¿Qué tan resilientes
somos? Mantén la
calma.**

Paso 1: Descomposición

El facilitador pide a los participantes adultos que imaginen que han recibido una alerta oficial de emergencia.

«Reciben una advertencia oficial de que ha surgido una amenaza militar. Es posible que los servicios públicos sufran interrupciones y que se indique a los residentes que permanezcan en el interior, busquen refugio o evacúen».

Se pide a los participantes que desglosen la situación en cinco áreas distintas. ¿Cuáles son estas áreas clave?

Una vez que los participantes han desglosado la situación, el facilitador presenta las áreas clave:

1. Comprender la situación (qué ha sucedido; de dónde procede la información; si la advertencia es oficial; qué instrucciones se han dado; si existe un peligro inmediato).
2. Garantizar la seguridad inmediata (si deben permanecer en el interior; si se les ha indicado buscar refugio; si se ha anunciado una evacuación; cuál es el lugar más seguro en ese momento; si alguien necesita asistencia urgente).
3. Preparar artículos esenciales (documentos de identidad; medicamentos necesarios; agua potable; alimentos no perecederos; teléfono móvil y cargador; linterna y pilas de repuesto; radio portátil; productos básicos de higiene; ropa de abrigo y práctica; artículos esenciales para niños, personas mayores o mascotas).

El facilitador explica que los residentes deben preparar los suministros esenciales antes de que surja una emergencia, en lugar de intentar reunir todo después de que se haya emitido una advertencia.

(Las directrices de protección civil recomiendan estar preparados para atenderse a uno mismo y a los familiares durante al menos 72 horas).

4. Comunicarse con otras personas (a qué familiar o persona de confianza contactar; qué mensaje breve enviar; dónde reunirse con los familiares en caso de separación; quién podría necesitar ayuda adicional; qué método de comunicación utilizar si fallan las redes móviles).

5. Evaluar la información.

Los participantes clasifican la información en tres grupos:

1. Información oficial y verificada;
2. Información aún no verificada;
3. Información falsa, de carácter emocional o potencialmente engañosa.

El facilitador subraya que no toda la información es neutral. Algunos mensajes pueden generar pánico, manipular las emociones, contener información desactualizada o inducir a error deliberadamente.

Paso 2: Reconocimiento de patrones

Cada grupo recibe una hoja grande dividida en cinco secciones (Apéndice 1):

- Comprender la situación
- Evaluar la información
- Garantizar la seguridad inmediata
- Preparar los artículos esenciales
- Comunicarse con los demás

Los participantes adultos colocan las tarjetas de acción (Apéndice 2) en las secciones correspondientes.

El facilitador puede preguntar: «¿Qué es lo primero que necesitan saber?», «¿Proviene esta información de una fuente oficial?», «¿Hay alguien en peligro inmediato?», «¿Qué acción debe realizarse primero?», «¿Qué se puede preparar antes de que ocurra una crisis?», «¿Quién podría necesitar apoyo adicional?».

El facilitador debe animar a los participantes adultos a distinguir entre la preparación y la acción inmediata.

La preparación de documentos, suministros, datos de contacto y un plan familiar debe realizarse, por lo general, antes de una emergencia. Durante la emergencia, los participantes adultos deben centrarse en la seguridad inmediata y en las instrucciones oficiales.

Apéndice 1



Tarjetas de acción: ¿Qué tan resilientes somos?

1 Comprender la situación Averigua qué ha sucedido y dónde se está desarrollando la acción.	2 Comprender la situación Verifica de dónde provino la advertencia y si fue emitida por una autoridad oficial.	3 Comprender la situación Lee o escucha las instrucciones completas e identifica si existe un peligro inmediato.
4 Garantizar la seguridad Decide si es más seguro permanecer en el interior o trasladarse a un refugio.	5 Garantizar la seguridad Verifica si se ha emitido una orden de evacuación y sigue las instrucciones oficiales.	6 Garantizar la seguridad Identifica si alguien en las cercanías necesita ayuda urgente, incluidos niños, personas mayores o personas con discapacidad.
7 Preparar lo esencial Lleva documentos de identificación, la medicación necesaria y la información de contacto esencial.	8 Preparar lo esencial Prepara agua potable, alimentos de larga duración, productos de higiene y ropa abrigada y práctica.	9 Preparar lo esencial Ten preparados un teléfono móvil cargado, un cargador, una linterna, pilas de repuesto, una radio portátil y artículos esenciales para niños, personas mayores o mascotas.
10 Comunicarse con otros Contacta a un familiar o a una persona de confianza y explica brevemente dónde te encuentras y si estás a salvo.	11 Comunicarse con otros Confirma dónde deben reunirse los miembros de la familia si se separan.	12 Comunicarse con otros Elige un método de comunicación alternativo, como mensajes de texto, radio o un punto de encuentro acordado, en caso de interrupción de las redes móviles.
13 Evaluar la información Verifica si la información proviene de una fuente oficial y fiable.	14 Evaluar la información Compara el mensaje con la información proporcionada por las autoridades públicas, los medios de comunicación oficiales o los servicios de emergencia.	15 Evaluar la información No compartas información no verificada, de carácter emocional, engañosa o que pueda generar pánico.