



**DigIT**

# MANUAL DE FORMAÇÃO

PROMOVER  
COMPETÊNCIAS  
DIGITAIS ENTRE  
OS EDUCADORES  
DE ADULTOS DE  
GERAÇÕES MAIS  
VELHAS

## MODULO 3:

CO-CRIAÇÃO DE ATIVIDADES PARA  
PROMOVER COMPETÊNCIAS  
DIGITAIS COM SENIORES



Co-funded by  
the European Union

# #3 CO-CRIAÇÃO DE ATIVIDADES PARA PROMOVER COMPETÊNCIAS DIGITAIS COM SENIORES

## Objetivos

Este módulo pretende dar orientações claras para a co-criação de atividades de promoção de competências digitais com seniores. Terá a oportunidade de explorar a base das competências digitais e diferentes metodologias para apoiar a criação de programas educacionais de alta qualidade.

## Estrutura do Módulo:

1. As bases das competências digitais
2. Metodologia de co-criação e avaliação de atividades

## Resultados

- Fazer o enquadramento das competências digitais
- Compreender as componentes mais relevantes das competências digitais para trabalhar com a população senior
- Ter uma visão geral da situação dos seniores na Europa relativamente às competências digitais
- Refletir sobre a importância de co-criar atividades significativas para seniores sobre os temas do seu interesse
- Aprender uma metodologia sobre como co-criar atividades digitais com alunos seniores para requalificar ou aprimorar as suas competências digitais
- Aprender a transformar os resultados da avaliação de necessidades em objetivos de formação.

## Bases da competência digital

Este submódulo visa fornecer uma definição clara de competência digital e as capacidades relevantes. Também fornecerá ao formador uma visão geral do estado atual da aquisição de competências digitais pelos seniores em toda a Europa.

### Competência digital

A competência digital refere-se ao conjunto de conhecimentos e capacidades necessárias para usar as tecnologias de informação e comunicação (TICs) e media digitais para realizar tarefas, resolver problemas e comunicar de forma eficaz no trabalho e na vida diária (UNESCO, 2018). Eles permitem que as pessoas criem e compartilhem conteúdo digital, comuniquem e resolvam problemas para uma auto-realização eficaz na vida, aprendizagem, trabalho e atividades sociais em geral.

A nível da UE, o Quadro de Competências Digitais para Cidadãos (DigComp) é o modelo principal que forneceu um entendimento comum, em toda a UE e fora dela, do que é competência digital e, portanto, forneceu uma base para enquadrar a política de competências digitais.

A competência digital é uma das Competências Chave para a Aprendizagem ao Longo da Vida. Foi definida pela primeira vez em 2006 e, após uma atualização da Recomendação do Conselho em 2018, tem a seguinte redação:

“A competência digital envolve o uso confiante, crítico e responsável e o envolvimento com as tecnologias digitais para a aprendizagem, no trabalho e para a participação na sociedade. Inclui alfabetização informacional e de dados, comunicação e colaboração, alfabetização mediática, criação de conteúdo digital (incluindo programação), segurança (incluindo bem-estar digital e competências relacionadas à segurança cibernética), questões relacionadas à propriedade intelectual, resolução de problemas e pensamento crítico.”

Existem 21 competências pertinentes nesta área e que podem ser exploradas no documento oficial [aqui](#). Descrevemos as principais áreas de competências digitais mais relevantes para os seniores:

1. Habilidades para capacitar o aluno a usar dispositivos digitais (como computadores, laptops, smartphones, tablets, aplicativos, software e sistemas).

Isso inclui ter a capacidade de usar aplicativos, sistemas e software e aceder à Internet. Os idosos podem encontrar aqui um problema significativo. Isso é crucial num mundo onde cada vez mais serviços são oferecidos exclusivamente online. Na verdade, está causando uma "divisão digital" entre quem tem acesso à internet e quem não tem.

2. A capacidade de encontrar, explorar, verificar a veracidade, organizar e compartilhar dados e informações de forma adequada.

Encontrar os dados que o idoso precisa é a primeira etapa deste processo. Neste caso, o melhor procedimento é selecionar cuidadosamente os termos de pesquisa e usar o mecanismo de pesquisa apropriado. Depois disso, o sénior deve avaliar os dados recolhidos. Finalmente, o aluno deve ser capaz de armazenar dados com segurança.

3. A capacidade de manter os alunos mais velhos seguros no mundo digital.

A maioria dos idosos provavelmente já ouviu falar de vírus de computador, mas muitas vezes, eles não estão cientes das precauções que devem tomar para evitá-los.

Existem inúmeras maneiras seguras de explorar ao usar um computador, especialmente se estiver conectado à Internet. Cada computador, por exemplo, possui uma quantidade considerável de dados pessoais, incluindo informações sobre sua residência, informações de contas bancárias e aniversários de familiares. Embora muitas dessas informações possam parecer insignificantes para os idosos, elas podem ser uma mina de ouro para roubo de identidade ou hacking de senha nas mãos erradas.

4. A capacidade de comunicar e colaborar com outras pessoas on-line ou remotamente.

Esta é uma das habilidades que os alunos mais velhos estão mais interessados em aprender. Falar com seus entes queridos com mais frequência e por meio de canais como whatsapp ou facebook é um de seus principais interesses. No entanto, é importante trabalhar a segurança e a alfabetização digital mediática ao criar esses tipos de formação.

5. A capacidade de usar recursos digitais para fins específicos, como aprendizagem, compras, transações bancárias ou até mesmo trabalho.

O mundo digital está repleto de uma grande variedade de ferramentas e aplicações para facilitar o dia a dia dos idosos. É possível fazer transações bancárias, trabalhar (sim, há idosos que ainda têm uma vida profissional ativa!), aprender e comprar online. Férias, livros, eventos e até carros podem ser comprados online.

Encontrar informações sobre quase tudo e obter o que os idosos desejam agora é muito mais fácil graças a essa mudança. Mas também trouxe consigo seus próprios problemas e dificuldades, como a segurança dos pagamentos online, páginas falsas, vírus...

6. A capacidade de gerir a pegada digital e o legado digital do sénior.

A área final das habilidades digitais é ser capaz de gerir a pegada digital do idoso: sua presença online. É importante consciencializar os alunos seniores de que o que eles publicam, por exemplo, nas redes sociais, é público para todos e pode influenciar a opinião de outras pessoas sobre eles. Como cada vez mais vivemos grande parte de nossas vidas online, deixamos cada vez mais informações lá, ou na nuvem. É fundamental que os idosos pensem em como isso será administrado quando eles partirem e pode ser um tema para trabalhar com eles (existem até aplicativos para facilitar esse processo!).

### **Seniores e competências digitais na Europa**

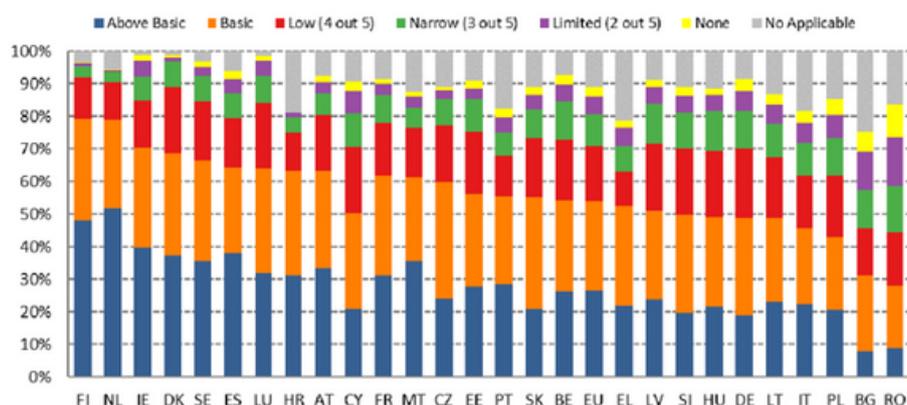
Na sequência do apelo da presidente da Comissão, Ursula von der Leyen, a uma maior liderança digital e de uma visão comum para 2030, bem como ao pedido do Conselho Europeu para que a UE desenvolva uma Bússola Digital, a Comissão adotou em março de 2021 a Bússola Digital 2030: o Caminho Europeu para a Década Digital. Define as ambições digitais da UE e apresenta sua visão para a transformação digital até 2030.

O Conselho Europeu apoiou a abordagem da Comissão. Conforme projetado na comunicação e em resposta a um apelo do Conselho Europeu, em 15 de setembro de 2021, a Comissão adotou uma proposta de decisão sobre um caminho para a década digital, estabelecendo as metas digitais que a UE, como um todo, deve alcançar até o final da década. A meta da Bússola Digital para 2030 é que pelo menos 80% dos cidadãos tenham pelo menos habilidades digitais básicas.

Os dados mais atuais sobre literacia digital na Europa são fornecidos por um relatório publicado anualmente pelo Índice de Economia e Sociedade Digital da Comissão Europeia (DESI), que monitora o desempenho digital geral da Europa e acompanha o progresso dos países da UE na sua competitividade digital. Todos os anos, o DESI inclui perfis de países que apoiam os Estados-Membros na identificação de áreas que requerem ação prioritária, bem como capítulos temáticos que oferecem uma análise a nível europeu das principais áreas digitais, essenciais para apoiar as decisões políticas.

Segundo os dados do DESI 2022, enquanto 87% das pessoas (16-74 anos) usavam a internet regularmente em 2021, apenas 54% possuíam pelo menos habilidades digitais básicas. A Holanda e a Finlândia são os líderes na UE, enquanto a Roménia e a Bulgária estão ficando para trás. Uma grande parte da população da UE ainda carece de competências digitais básicas. A meta proposta para 2030 do Caminho para a Década Digital é que pelo menos 80% dos cidadãos tenham pelo menos habilidades digitais básicas.

Em 2021, os fatores sociodemográficos continuam a influenciar os níveis de competências digitais. Por exemplo, 71% dos jovens adultos (de 16 a 24 anos), 79% dos indivíduos com educação do Ensino secundário e 77% dos estudantes do ensino superior têm pelo menos habilidades digitais básicas. Em contrapartida, apenas 42% das pessoas com idade entre 55 e 64 anos e 25% após os 65 anos possuem pelo menos habilidades digitais básicas. A diferença entre as áreas rurais e urbanas é ainda significativa no que diz respeito às competências digitais da população: apenas 46% dos indivíduos que vivem nas áreas rurais têm pelo menos competências digitais básicas em comparação com as pessoas que vivem nas áreas predominantemente urbanas (61%).



Source: Eurostat, Community survey on ICT usage in Households and by Individuals

As baixas competências em tecnologia da informação e comunicação (TIC) parecem continuar a ser uma barreira para uma participação significativa numa sociedade digital, especialmente para a população mais velha. Além disso, a COVID-19 tornou mais do que claro o leque de efeitos da digitalização nos adultos mais velhos – desde novas oportunidades de participação a novos riscos de exclusão social. Isto aplica-se em particular aos sistemas educativos e às possibilidades de participação dos idosos, destacando a importância de explorar a forma como os idosos adquirem literacia digital para garantir a sua inclusão digital.

A inclusão digital dos seniores é um processo complexo que consiste na interação entre fatores estruturais/externos e individuais/internos e no qual o envelhecimento desempenha um papel impulsionado pelo contexto e pela experiência de vida. Portanto, é necessário considerar a dinâmica entre os parâmetros socioculturais e psicológicos/individuais em relação à inclusão digital dos seniores.

Ao nível do conteúdo das formações, as iniciativas que incluem ou se dirigem especificamente para os seniores tendem a abranger de forma mais sistemática competências relacionadas com as utilizações básicas de dispositivos digitais (muitas vezes disponibilizadas por associações ou Universidades da Terceira Idade), criação de conteúdos digitais, segurança online e resolução de problemas, do que iniciativas destinadas a outros grupos sociais ou etários. O ponto de partida para a formação deve ser o mundo da vida do indivíduo e a sua experiência. Isto significa que os idosos a serem formados devem ser envolvidos na conceção e planeamento dos cursos de formação, conforme iremos explorar no próximo módulo.

### **Preocupações dos seniores**

- Usabilidade Tecnológica – Simplicidade On/Off, Instruções Claras Não Técnicas Com Letras Grandes e Visual!
- Proteção de Dados – Informação
- Mais alfabetização digital, incluindo familiaridade com a terminologia
- Mais alfabetização para os tecnólogos!
- Menos desafios físicos: fonte grande, sem muita demanda por habilidades motoras finas e sem conexão de carregamento de bateria fora de vista
- Ferramentas ativadas por voz

### **Conclusões e dicas**

A exclusão digital é uma realidade que afeta idosos e pessoas de comunidades desfavorecidas: neste sentido, os grupos vulneráveis estão mais expostos a não ter acesso a equipamentos informáticos ou à internet para poderem participar na aprendizagem. As ações destinadas a reduzir o fosso digital devem, portanto, ser orientadas para uma iniciativa complexa que leva em conta uma série de diferentes fatores ao nível social e individual.

Os programas de literacia digital podem capacitar os idosos, promover a participação social e aumentar a autonomia dos idosos. Além disso, a independência e as iniciativas de formação personalizada entre pares ou intergeracionais voltadas para pessoas mais velhas provaram ser eficazes no aprimoramento de sua literacia digital.

Ter em mente um quadro prático de competência digital é crucial para escolher o conteúdo e a metodologia do programa de formação.

Para ser totalmente inclusivo, o plano de ação de educação digital também deve procurar:

- melhorar a acessibilidade do conteúdo de aprendizagem online;
- melhorar a acessibilidade 'física' de dispositivos digitais;
- incentivar a frequência de formações digitais em locais onde os idosos estão e vivem, como em serviços de longa permanência ou bibliotecas públicas;
- integrar plenamente as oportunidades de aprendizagem não formal e informal.

# Metodologia de codesign e avaliação das atividades

Este submódulo tem como objetivo fornecer diretrizes detalhadas sobre como coprojetar atividades significativas para alunos seniores nos tópicos do seu interesse.

## Definição de Codesign

A cocriação ou codesign é uma forma de criatividade colaborativa que foi iniciada pelas empresas primeiro para permitir a inovação com, e não simplesmente para seus clientes. Cocriação ou codesign refere-se ao envolvimento voluntário de usuários/beneficiários em qualquer projeto, gestão, entrega e/ou avaliação de serviços/programas/produtos.

## Porquê co-projetar

De um robô a um programa de envelhecimento ativo, envolver idosos em codesign capacita e proporciona um sentido de responsabilidade na tomada de decisões e mais motivação para se comprometer. Estes novos tipos de processos encorajam novos comportamentos, papéis e relacionamentos. Os alunos não são passivos, participam como membros ativos do programa, fornecendo informações para o conteúdo da formação e tornando-se uma fonte de informações muito valiosa devido à perspectiva do usuário final.

Da mesma forma, a ambição de co-projetar processos de aprendizagem é promover uma abordagem verdadeiramente de baixo para cima, envolvendo os idosos e todas as partes interessadas relevantes para criar programas significativos e relevantes para os alunos seniores.

## Fases de um Processo de Codesign

Podemos considerar três fases importantes antes da definição ou implementação de qualquer currículo de formação:

### Fase 1- Preparação para o codesign

- Identificação de atividades, ferramentas e recursos off-line ou on-line para conduzir uma avaliação de necessidades significativa
- Elaboração de calendário de atividades
- Envolvimento da comunidade e identificação e recrutamento de participantes
- Elaboração de metodologia de cocriação

### Fase 2 – Implementação de atividades de cocriação

- Organização de pelo menos dois eventos de cocriação, no formato preferencial (online, offline, híbrido)
- Recolha de input para alimentar os objetivos da formação
- Sensibilização para o potencial e importância das competências digitais

### Fase 3 Monitorizando a cocriação e relatando os resultados

- Acompanhamento de atividades, levantamento e avaliação
- Versão final da estrutura da formação

## **Codesign passo a passo**

### **Passo 1: Defina o perfil do participante, alguns dos critérios de inclusão e o número de participantes.**

O número certo de participantes depende da dinâmica e objetivos de cada evento. No entanto, quantidade não significa qualidade, pois quanto maior o grupo, menos tempo disponível para cada pessoa participar e contribuir. Uma sugestão geral é que cada workshop de cocriação tenha em média no máximo 20 participantes.

Motivação e atitude em relação ao assunto. O ideal é que as pessoas que vão participar nos eventos tenham interesse em fazê-lo. Envolver participantes com forte interesse no assunto pode ser um forte incentivo e garantir o envolvimento no processo geral de cocriação.

Aspectos demográficos, como equilíbrio de gênero e idade, podem ser considerados ao convidar pessoas para as atividades de cocriação. Finalmente, envolver participantes com diferentes origens culturais e sociais (por exemplo, cidades e áreas rurais), bem como grupos socialmente excluídos e minorias, a fim de dar oportunidade a todos os grupos interessados de serem representados.

### **Passo 2: Prepare uma informação inicial.**

O ponto de partida da comunicação com as partes interessadas deve ser a preparação de materiais informativos específicos/publicações de redes sociais e/ou uma lista de possíveis perguntas sobre as atividades de pesquisa. Por exemplo, folhetos e outros materiais visuais podem ser entregues em reuniões presenciais ou disseminados online.

### **Passo 3: Identificar e envolver multiplicadores.**

Podem ser identificados ‘multiplicadores’, ou seja, partes interessadas estratégicas ou atores locais que têm a capacidade de alcançar um grande número de indivíduos locais. Os multiplicadores locais devem ser abordados diretamente, e esforços podem ser investidos para envolvê-los nas atividades do projeto como partes interessadas participantes ou pelo menos como apoiadores, por exemplo, distribuindo informações por meio de seus canais e convidando os seus contatos para participar das atividades.

Alcance agentes e canais existentes. Para identificação e envolvimento dos grupos-alvo, os parceiros devem contar com canais e agentes já existentes nas suas áreas. Eles são encorajados a confiar em sua própria experiência local. Além disso, a comunicação informal com os membros dos grupos de partes interessadas seria muito útil (ou seja, simplesmente perguntar-lhes qual é a melhor maneira de entrar em contato com suas organizações/instituições). Nesse sentido, uma estratégia seria identificar ‘líderes’ – conhecidos e respeitados representantes das comunidades – e convidá-los para a cocriação, uma vez que podem atingir potencialmente outros indivíduos e organizações e instituições.

Organizar (no local ou online) Dias de Informação. Especialmente no caso de parceiros que têm altas metas de envolvimento de stakeholders a cumprir, a organização de um Info Day pode ser interessante para atrair um público mais amplo antes do início das atividades de cocriação.

No Info Day, eles podem fornecer informações detalhadas sobre o projeto e as atividades de cocriação abertas a voluntários dos grupos-alvo.

#### **Passo 4: Atrair e recrutar voluntários dos grupos-alvo.**

O recrutamento será acompanhado de informações essenciais sobre o projeto, os objetivos da cocriação e a estrutura. Em certos casos, também será fornecido material de referência adicional (por exemplo, resumo das descobertas dos projetos, informações sobre a metodologia e ferramentas de cocriação) como material instigante que gerará uma base comum para o assunto dos eventos.

Anúncios de atividades e/ou convites para participação serão enviados com antecedência suficiente para que as pessoas tenham dias livres em suas agendas. Para inscrever participantes, convites voluntários de manifestação de interesse podem ser lançados, por exemplo, formulário do Google, convite digital para eventos ou e-mails de inscrição abertos. Além disso, as pessoas cuja participação é imprescindível podem ser contactadas por telefone.

Para o recrutamento do grupo de idosos, os coordenadores nacionais poderão explorar, entre outros, os seguintes canais: centros de terceira idade; centros de saúde; associações de idosos; universidades de Terceira Idade; ginásios ou outras instalações que organizem cursos/atividades para seniores, etc. Uma forma eficaz de contactar e motivar os próprios idosos a participar é falar com eles em reuniões e apresentar-lhes pessoalmente as atividades do projeto. Os contactos pré-existentes com seniores, por exemplo os que participaram no inquérito e/ou nos Focus Groups, também devem ser explorados como forma de recrutar membros da CoP.

A inscrição dos voluntários dos grupos-alvo deve ocorrer, em média, 1-2 meses antes do início de cada evento de cocriação, de forma a oferecer tempo suficiente para o envio de convites adicionais em casos de participação limitada. Os facilitadores podem prever uma lista de reserva para reduzir o risco de participação limitada caso as pessoas não confirmem sua presença a tempo. Os organizadores também podem investigar a possibilidade de oferecer 'recompensas' aos participantes. Caso existam tais recompensas, elas serão mencionadas no convite, pois podem funcionar como uma motivação adicional para a participação.

#### **Passo 5: Escolha vários métodos para a exploração.**

Para organizar atividades tradicionais de cocriação, os educadores de adultos precisarão pensar em:

1) Estrutura física: O espaço onde serão realizadas as atividades participativas também é um fator a ser levado em consideração na hora de escolher um local adequado. Os parceiros terão de garantir um espaço seguro e acessível para a cocriação, que poderá incluir as suas próprias instalações mas também outros tipos de localizações como o aluguer de uma sala dedicada com as condições adequadas ou o aproveitamento de espaços de escolas e autarquias, bem como como instalações de uma organização parceira de longo prazo ativa com o grupo-alvo em nível local/regional, etc.

Ao selecionar o local dos workshops de cocriação, os parceiros devem ter em consideração diversos aspetos que podem exigir que o espaço físico do workshop tenha algumas características. Portanto, as configurações dos workshops serão decididas pelo respectivo organizador com base nas especificidades e necessidades de cada caso. Em geral, os workshops serão organizadas da forma mais adequada, para cada caso, em ambiente que tenha um equilíbrio adequado entre as características apresentadas a seguir:

- Disponibilidade de infraestrutura técnica adequada;
- Espaço suficiente para acomodar o número de participantes, bem como para que os métodos selecionados sejam executados de maneira otimizada;
- Iluminação adequada e circulação de ar e temperatura adequadas;
- Assentos confortáveis e flexíveis e mesas de luz para que o set-up possa ser ajustado de acordo com as necessidades do workshop;
- Espaço suficiente na parede ou superfícies independentes para pendurar posters para que possam ser vistos por todos os participantes;
- Local tranquilo e seguro;
- Fácil acesso e proximidade a transportes públicos.

Além do espaço principal onde o workshop será realizado, os locais dos workshops normalmente terão uma sala que pode ser usada caso o grupo seja dividido em subgrupos e uma sala que servirá como espaço para refeições. Podem ser servidos intervalos para almoço/café para evitar o cansaço dos participantes.

2) Calendário comunitário: Deve ser estabelecido um calendário para organizar as diferentes atividades. Os horários mais adequados para os workshops de cocriação devem ser garantidos para atrair mais pessoas, o que dependerá muito do contexto local.

3) Material de comunicação: materiais de comunicação e divulgação obrigatórios devem ser colocados em prática de forma permanente para promover o projeto e atrair mais potenciais interessados. Material para as atividades de cocriação também pode ser necessário, por exemplo, canetas, post-its, folhas em branco, painel etc., de acordo com os métodos de cocriação escolhidos. Em geral, os parceiros se certificarão de que o material necessário esteja disponível no horário e local dos eventos.

Tipo de atividades:

- Grupo Focal
- Atividades artísticas (role-play, fotografia, pintura...)
- Atividades de programação e requisitos intergeracionais
- Atividades de estímulo à criatividade com exemplos práticos de como pode ser o futuro
- Jogos, Competições de Social Media, FabLabs.
- Pesquisas e Entrevistas – Concentre-se em perguntar sobre experiências e emoções associadas à tecnologia. Questões em aberto.
- Teste no seu ambiente.

## Passo 6: Analisar os dados e criar o currículo de formação

Com todos os dados recolhidos, o formador está no momento de poder criar objetivos de aprendizagem e currículo, mas tudo em colaboração com eles! Por exemplo, deve ter em conta a visão dos idosos em relação à logística e duração do formação.

Um objetivo de aprendizagem é uma descrição do que o aluno deve ser capaz de fazer após a conclusão de uma atividade educacional. Um objetivo de aprendizagem bem escrito descreve o conhecimento, as habilidades e/ou a atitude que os alunos obterão com a atividade educacional, de maneira mensurável.

Um objetivo de aprendizagem eficaz deve incluir os seguintes 5 elementos: quem, fará, quanto ou quão bem, de quê, até quando.

O mnemónica SMART – específico, mensurável, atingível, relevante e com limite de tempo – pode ser usado para descrever os elementos de um objetivo de aprendizagem bem escrito.

Recomendações:

- Cada objetivo de aprendizagem deve responder às seguintes questões: quem fará, quanto ou quão bem, de quê, até quando?
- Identificar áreas de conteúdo que se espera que os participantes aprendam.
- Escolha um verbo de ação que seja mensurável e observável para especificar o desempenho desejado do aluno, seguido de uma descrição do conteúdo.
- Use verbos de ação mais complexos ou de ordem superior, quando apropriado.
- Evite usar verbos de ação como “compreender, conhecer, aprender, apreciar, acreditar, estar familiarizado, compreender”, etc.
- Cada objetivo de aprendizagem deve ser separado: duas ações distintas (como diagnóstico e tratamento) ou tópicos (como broncoespasmo e hipotensão) não devem ser combinadas.
- Especifique a condição em que a ação ocorrerá. Um exemplo de uma boa maneira de começar a afirmação é: “Após a conclusão desta atividade de aprendizagem, os participantes deverão ser capazes de...”

Os objetivos de aprendizagem SMART são:

- Específico: Que ação será realizada e por quem?
- Mensurável: Como o sucesso será medido? Os objetivos devem quantificar a quantidade de mudança esperada.
- Alcançável: Este objetivo pode ser alcançado dentro de um determinado prazo e com os recursos disponíveis?
- Relevante: Os objetivos estão alinhados com o método de ensino e avaliação?
- Prazo: Quando este objetivo será alcançado? Os objetivos devem fornecer um prazo que indique quando o objetivo será alcançado.

## Revisão da Taxonomia de Objetivos de Aprendizagem de Bloom

### ÁREA COGNITIVA

1. Lembre-se
2. Entenda
3. Inscreva-se
4. Analise
5. Avalie
6. Criar

### PROCESSO COGNITIVO

1. Recuperar conhecimentos relevantes da memória de longo prazo.
2. Construir significado a partir de mensagens instrucionais, incluindo comunicação oral, escrita e gráfica.
3. Execute ou utilize um procedimento em uma determinada situação.
4. Divida o material em suas partes constituintes e determine como as partes se relacionam entre si e com uma estrutura ou propósito geral.
5. Faça julgamentos com base em critérios e padrões.
6. Unir elementos para formar um todo coerente ou funcional: reorganizar elementos num novo padrão ou estrutura.

### VERBOS DE AÇÃO

1. Descrever, descrever, reproduzir, selecionar, declarar, etc.
2. Esclarecer, explicar, revisar, representar, resumir, etc.
3. Aplicar, usar, preparar, relacionar, descobrir, praticar, etc.
4. Selecionar, inspecionar, debater, contrastar, analisar, etc.
5. Recomendar, avaliar, revisar, avaliar, justificar, etc.
6. Desenvolver, projetar, planejar, estabelecer, preparar, etc.

### Passo 7: Implementar o currículo de formação e avaliar os resultados com os participantes

Após a implementação das sessões de formação, é importante avaliar os conhecimentos, atitudes e habilidades dos participantes. Se eles corresponderam às suas próprias expectativas!

Você pode fazer isso por meio de atividades criativas, como grupos focais, jogos ou até pesquisas individuais.

Um exemplo é o 5W:

- Dê 15 minutos para os participantes percorrerem os três primeiros gráficos, preenchendo seus pontos de vista.
- O primeiro gráfico terá o 1º W: O que você aprendeu neste percurso?.
- O segundo quadro (tendo em mente o que os participantes aprenderam ao longo dos módulos), tem os seguintes 4 Ws: (1) Por que essas aprendizagens são importantes para si?; (2) Quando ficou mais surpreendido com os aprendizagens que fez? (3) Onde pode aplicá-lo? (4) Quem pode envolver se quiser explorar ou agir em relação ao que aprendeu?
- O último gráfico deve ter “Como pretende continuar esta jornada daqui para frente?”.

## Conclusões e dicas

1. Em primeiro lugar, o conhecimento que é fornecido aos idosos deve ser útil para aprender e deve responder às necessidades pessoais e sociais dos idosos.
2. Em segundo lugar, a formação visando a melhoria da literacia digital de adultos mais velhos deve ser cooperativo e colaborativo. Isso significa que a instrução deve incluir trabalho em equipa e interação para alcançar uma aprendizagem mais proativa.
3. Em terceiro lugar, a formação também deve promover a inclusão social, fornecendo conhecimento sobre as possibilidades de ampliar a comunicação por meio da web com os seus amigos e parentes.
4. Em quarto lugar, a formação deve promover a autonomia dos idosos para que sejam protagonistas da sua própria aprendizagem. Portanto, o conteúdo da formação deve ser pensado considerando os estilos de aprendizagem dos idosos, interesses e expectativas do indivíduo.