



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN A DISTANCIA**

**GUIA DIDÁCTICA**

**Introducción a Internet, correo y multimedia**

**Curso 2009-2010**

## **Introducción: El aprendizaje en el Adulto Mayor**

Se ha demostrado que las personas disponen de capacidad de aprender a lo largo de toda la vida. La investigación ha puesto de relieve que el aprendizaje es una necesidad permanente, que no puede darse por concluido a ninguna edad, ni etapa de la vida. El aprender forma parte de la naturaleza humana, de tal manera que al ser humano se le considera sujeto y objeto del aprendizaje. Sin esta capacidad, no le sería posible la vida, ni su supervivencia. Desde esta perspectiva podemos afirmar también, que cuando un sujeto deja de aprender está poniendo seriamente en peligro su capacidad de vivir.

Es preciso dar respuesta al numeroso colectivo de los Adultos Mayores, a fin de, proporcionarles un aliciente intelectual y práctico que colme sus expectativas y necesidades. La UNED pretende responder al desarrollo integral de esta población, con el fin de satisfacer su deseo de aprender.

Una de las finalidades que persigue la UNED-SENIOR es lograr la participación activa, por parte del individuo en el proceso de su propio aprendizaje.

Los avances en el campo neuropsicológico y educativo cuestionan, actualmente, las teorías que defendían la disminución de las capacidades en el adulto. Esto no quiere decir que las características intelectuales y personales de cada sujeto, que tienden a mantenerse estables, aún durante la vejez, se deterioren como consecuencia del envejecimiento físico. Éste se expresa en todos los órganos de forma diferente, según sus funciones, y con distinta aceleración.

Al hilo de estas consideraciones es necesario resaltar que, el aprendizaje a lo largo de la vida, es un elemento imprescindible para adaptarse a las demandas que impone una sociedad en transformación y participar activamente en la construcción del futuro con todos los ciudadanos.

### **Aprender a lo largo de la vida.**

Aprender (a-prehendere) significa adquirir el conocimiento de algo por medio de la experiencia o el estudio. El hecho de aprender es una habilidad propia de la persona

humana, que es un ser abierto, capaz de adquirir a lo largo de la vida nuevos conocimientos, valores, destrezas, competencias, etc., a partir de los cuales interpreta y actúa en el entorno.

En cada etapa de la vida está presente el aprendizaje, aunque con características diferenciales; de ahí, que sea absolutamente necesario profundizar en las claves del aprender para lograr el mayor fruto.

Todo el esfuerzo y sentido del proceso de enseñanza-aprendizaje se dirige al logro de un aprendizaje autónomo -aprender a aprender-, gracias al cual, el sujeto se desarrolla aprendiendo y aprende desarrollándose. Se produce, de este modo un proceso cíclico, interactivo, entre las capacidades del ser y el medio, dando lugar al desarrollo y el aprendizaje.

En todo proceso de aprendizaje es preciso diferenciar una serie de pasos, a través de los cuales, el individuo percibe, asimila, retiene, transforma, integra, e incluso engendra la respuesta adecuada para adaptarse a lo nuevo.

Conseguir niveles de autonomía, en las distintas dimensiones del ser, es un objetivo del aprendizaje, que busca tanto el proceso de desarrollo como el de la maduración del sujeto.

Alcanzar el objetivo de ser una persona autónoma es una meta propia de cada etapa del aprender. La autonomía de la Adulthood se caracteriza por la posibilidad de aprender por sí mismo. Para que este aprendizaje se produzca es necesario adquirir la capacidad de (Aebli, 1991:153):

- ✘ Establecer contacto, *por sí mismo*, con cosas, personas, e ideas.
- ✘ Comprender *por sí mismo*, fenómenos, textos, etc.
- ✘ Plantear *por sí mismo*, acciones y resolver problemas.
- ✘ Ejercitar actividades *por sí mismo*, para poder manejar la información mentalmente.
- ✘ Mantener *por sí mismo*, la motivación para la actividad y el aprendizaje.

Podemos preguntarnos en qué situaciones es deseable, o necesario, el aprendizaje autónomo. Desde una vertiente práctica, dicho aprendizaje hace posible el seguir aprendiendo sin contar con la ayuda del Maestro, tan imprescindible en el aprendizaje infantil.

### **Objetivos del aprendizaje autónomo.**

Entre los objetivos del aprendizaje autónomo, destacamos los siguientes:

- ✘ Aprender más. Exige preocuparse por el propio desarrollo, conocer las capacidades personales, transferir conocimientos de un contexto a otro, habilidades sociales, etc.
- ✘ Prepararse para otros niveles superiores. Requiere aprender otros lenguajes (idiomas, TICs, pensamiento lógico-matemático, antropológico, etc.), adaptarse a otros contextos, comunicación, etc.
- ✘ Prepararse para nuevas actividades. Exige adquirir competencias en orden a la iniciativa, planificación y gestión de proyectos, responsabilidad de tareas nuevas, interés y compromiso, etc.
- ✘ Responder a las obligaciones de la vida privada y ciudadana. Planificar y desarrollar las tareas de la vida diaria, cómo financiar los desembolsos, hacer entender a otros los puntos de vista propios, auto-confianza, buscar o sostener redes de contacto social, etc.
- ✘ Hacer más enriquecedor el tiempo libre. Organizar adecuadamente el tiempo libre, desarrollar actividades de ocio que contribuyan al enriquecimiento personal, al contacto con otros, al compartir intereses y fomentar amistades y redes de encuentro, etc.

El aprendizaje continuo, es una exigencia de la sociedad actual y lo será cada vez más en el futuro. Su finalidad consiste en permitir a la persona adquirir los sillares esenciales con los que edificar su participación activa en la sociedad moderna

**La Metodología de la UNED-SENIOR ha de presentar las siguientes características:**

El Profesorado tendrá en cuenta, en el proceso de enseñanza, las características específicas de la forma de aprender de los Adultos Mayores. Fundamentalmente, habrá de considerar los siguientes aspectos:

- Las personas no aprenden, solamente, a partir de la enseñanza, sino también a partir de la experiencia.
- Los Adultos Mayores vienen a esta Universidad con un gran bagaje de aprendizajes adquiridos a lo largo de la vida.
- Estas personas manifestarán que sus aprendizajes, adquiridos en la experiencia, sean valorados, reconocidos y enriquecidos.
- El profesorado debe establecer con claridad una relación entre la “cultura” de la experiencia y la “cultura” académica, como base para el establecimiento de su relación con los participantes y para la organización del proceso de aprendizaje en cada uno de los módulos a tratar.
- La metodología de enseñanza-aprendizaje debe apoyarse sobre el fuerte tejido dinamizador que ofrecen las potencialidades personales, así como su experiencia social y laboral. Nunca debe construirse sobre la dimensión negativa del deterioro físico-psíquico.
- La metodología de enseñanza debe basarse, no en un modelo de compensación de deficiencias académicas, sino, sobre todo, en un modelo de continuidad de aprendizajes adquiridos, independientemente de cómo, dónde, cuándo y con quien los hayan adquirido.
- Se fomentarán actividades culturales, que propicien un mejor conocimiento del entorno.

Como consecuencia de lo indicado hasta aquí, la Metodología de la UNED-SENIOR ha de ser:

- **Participativa**, a través de la intervención de los estudiantes, Adultos Mayores, en las programaciones y desarrollo de propuestas curriculares.
- **Activa**, mediante el aprendizaje a través de la práctica y la aplicación de los conocimientos adquiridos.
- **Flexible**, adaptándose en cada momento a las necesidades del grupo-clase.
- **Socializadora**, basada en el trabajo en grupo y en las interacciones sociales de los estudiantes y profesores.

## **PRESENTACIÓN**

La Internet es el núcleo fundamental de la actual sociedad de la información y proporciona forma ya parte de nuestras vidas en ámbitos como el comercio, ocio acceso a noticias, videos entre otros servicios.

Con todo, el acceso a la red y los servicios que proporciona son tan novedosos y cambian en algunos momentos con tanta rapidez que es preciso comprender sus posibilidades y superar la barrera del uso de los ordenadores para poder disfrutar en toda su dimensión de ellos. Es por esta razón por la que la UNED contribuye a la difusión de la Sociedad de la Información mediante este programa, que aúna en un Curso el uso y acceso a los principales servicios de la red como son el uso de Internet, el uso del correo y el acceso a los recursos multimedia.

Internet es una red de ordenadores y sistemas que ha crecido desde los inicios en los años '60 hasta la actualidad de una manera asombrosa y con unas capacidades cada vez mayores. Actualmente la información que se recibe por Internet supone ya en los países desarrollados más de un 30% de la que se produce y la progresión de crecimiento es geométrica.

En nuestro mundo actual la Red, como normalmente se conoce a la red Internet, está ya presente en los portátiles, en dispositivos móviles, etc. y accesibles en miles de zonas (llamadas “zonas wifi”) de lugares públicos del mundo.

Conocer los servicios de Internet como el correo, y el acceso multimedia abre un mundo de posibilidades muy interesante para el acceso a la cultura, la comunicación y el entretenimiento en el mundo actual.

## **PRESENTACIÓN DEL EQUIPO DOCENTE**

El Equipo Docente está compuesto por los siguientes profesores:

Miguel Rodríguez Artacho

[miguel@lsi.uned.es](mailto:miguel@lsi.uned.es)

Profesor Titular de Universidad

UNED ETSI Informática

Despacho 2.15

C/ Juan del Rosal, 16

28040 Madrid

El acceso al Curso se realizará a través de la plataforma virtual aLF accesible desde la web de la UNED en la dirección

[www.uned.es](http://www.uned.es)

En caso de problemas en el acceso a la plataforma, el alumno tiene a su disposición el servicio de atención al usuario (SAU) en el teléfono 91 398 8101.

## **INTRODUCCIÓN GENERAL A LA MATERIA**

El uso de Internet se basa fundamentalmente en el conocimiento sobre los servicios que alberga, y sobre el aprovechamiento de los mismos en nuestra vida diaria.

La materia que nos ocupa permite conocer los servicios más básicos de Internet y que son aquellos que permiten el acceso a la información y la comunicación entre los usuarios.

La materia que proponemos tiene las siguientes metas:

- Buscar con efectividad contenido en Internet
- Enviar y recibir correos electrónicos con o sin ficheros adjuntos
- Conocer los formatos multimedia y los programas adecuados para reproducirlos
- Comprender las limitaciones básicas de la Internet en lo referente a correo, búsquedas y multimedia

Los aspectos más relevantes son:

- La red en sí y el uso de los navegadores, que permiten la exploración de la misma y el servicio www (La “web”)
- El correo electrónico como medio básico de comunicación interpersonal en la red
- El consumo de información procedente de la red, en forma de imagen, sonido o video.

## **OBJETIVOS**

Como objetivo general nos planteamos integrar a nuestros mayores en la sociedad de forma plena y productiva para aumentar su autoestima enriqueciendo su nivel cultural, mostrándoles su autosuficiencia y lograr que utilicen de forma efectiva sistemas modernos de información y comunicación como un recurso más, satisfaciendo sus inquietudes y desmitificando la complejidad de su manejo descubriendo otra forma de ocio y acceso a la cultura.



Este objetivo general en el ámbito de Internet se puede traducir en los siguientes objetivos generales:

- Lograr que los mayores utilicen sistemas modernos de información y comunicación como un recurso más, satisfaciendo sus inquietudes y desmitificando la complejidad de su manejo descubriendo otra forma de ocio.
- Mostrar el manejo del ordenador de una forma simple de manera que las personas mayores no encuentren dificultades.
- Acercar a estas personas a la navegación por Internet.
- Mostrar para que sirven las nuevas tecnologías y que podemos obtener con ellas, todas sus ventajas y usos.
- Formar usuarios entre los mayores que sirvan a su vez de apoyo y guía para futuros usuarios.
- Lograr que los nuevos usuarios se manejen con total independencia.
- Fomentar la participación de nuestros mayores mediante anuncios informativos de lo que son las nuevas tecnologías.
- Cubrir el tiempo libre y de ocio de estas personas, educándoles en un aspecto nuevo que abarcará el día a día de nuestra sociedad.
- Aprender de forma efectiva a comunicarse mediante e-mail
- Usar de manera efectiva el navegador de Internet para acceder a contenidos multimedia (imagen, video y audio)

## **REQUISITOS PREVIOS**

Los requisitos previos son:

- Haber usado previamente un ordenador y conocer sus periféricos como el teclado y el ratón.
- Haber abierto y cerrado aplicaciones y conocer el concepto de un fichero, de las carpetas y del nombre de los archivos.
- Será útil saber darse de alta en servicios en línea.

El alumno deberá tener una llave USB para guardar sus ejercicios. En caso de que el presupuesto lo permita, el propio Centro puede proporcionar una memoria USB a un coste simbólico.

## **LOS MEDIOS**

El Tutor identificará los medios existentes en el Centro Asociado y, también, los que puede aportar la zona.

El Centro debe contar con ordenadores conectados a la red para impartir la UNED SENIOR.

## CONTENIDOS

Los temas y secciones del Curso son los siguientes:

### TEMA 1

¿Qué es Internet?

¿Qué es una red de ordenadores?

Comunicación entre ordenadores

Servicios de Internet

- Correo electrónico
- WWW
- Grupos de noticias
- Chats
- Foros
- Videoconferencias (Skype, Yahoo, MSN, ...)

Navegar por Internet

- La conexión
- El servidor
- Dirección de Internet
- Navegador

### TEMA 2

Correo Electrónico

¿Cómo funciona?

- La dirección de correo
- Enviar y recibir
- Lista de correo
- Emoticones
- Herramientas de correo
  - Clientes de correo
  - Organización de direcciones
  - Ficheros adjuntos

### TEMA 3

- Archivos multimedia

- Archivos de imágenes
  - o Formatos de imagen
- Archivos de sonido
  - o Formatos mp3 y wav
- Archivos de video
  - o Formatos avi, mov y mp4
  
- Streams (Youtube)

## **ORIENTACIONES BIBLIOGRÁFICAS:**

El material recomendado del Curso es el libro:

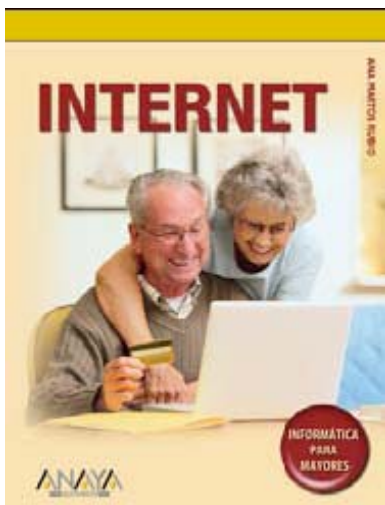
Internet. Informática para mayores

Autor: Martos Rubio, Ana

Editorial: Anaya Multimedia. Colección Informática para mayores

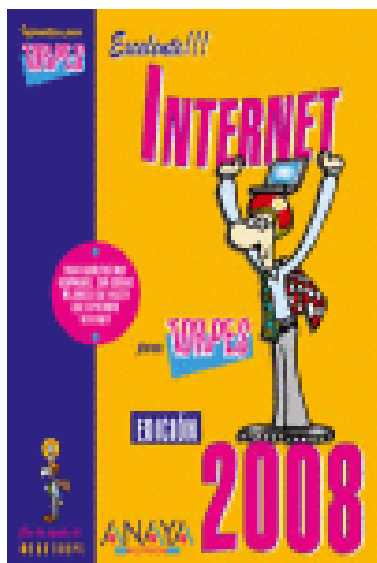
Precio: 9,90 euros

Páginas: 128



El Tutor proporcionará apuntes y enlaces que permitan en todo caso el seguimiento del Curso sin que sea necesario el uso del texto base, ya que la cantidad de recursos a este respecto en la red es bastante abundante y de una excelente calidad.

Adicionalmente se puede consultar también el siguiente texto:



Internet para TORPES  
Ana Martos Rubio  
Ed. ANAYA MULTIMEDIA  
2008 2ª edición

ISBN: 978-84-415-2267-1

### **LAS ACTIVIDADES:**

Las actividades a realizar serán fundamentalmente prácticas y su realización se orientará al uso de las herramientas de Internet, fomentando en cuanto el nivel del alumno lo aconseje, el uso de foros y recursos de Internet para el intercambio de información entre los alumnos.

Todas las actividades podrán realizarse en el Centro Asociado o en casa, siempre que se disponga de la correspondiente conexión a la red.

Las actividades a desarrollar por cada tema del Curso serán las siguientes:

#### **Tema 1: Introducción a Internet**

Las actividades versarán sobre la lectura del libro base y la realización de consultas entre los alumnos para resolver las dudas que se planteen en preguntas sencillas sobre lo leído en el tema, previa consulta del texto base.

Se realizarán actividades prácticas consistentes en:

- Búsqueda en Internet utilizando los buscadores más conocidos
- Uso del “navegador” y de los programas para la búsqueda en Internet
- Uso de los diferentes tipos de búsqueda (fotos, documentos, videos, etc)
- Uso de trucos para mejorar la búsqueda

## **Tema 2: Correo electrónico**

En este tema cada alumno se dará de alta con la ayuda del Tutor en alguno de los correos gratuitos de Internet (Preferiblemente GMAIL, YAHOO y HOTMAIL) que le permitirá acceder, comunicarse, mandar y recibir correos entre los alumnos y con las personas que desee.

Las actividades prácticas se orientarán a la realización de envíos reales de correo, configuración de aspectos importantes de las cuentas de correo. Aquellos alumnos que dispongan de dispositivos móviles con acceso a Internet podrán también disponer de la información necesaria para configurar sus dispositivos para acceder a la cuenta de correo creada.

Entre otras se pueden enumerar las siguientes actividades:

- Creación de una cuenta de correo en gmail o similar
- Composición de un mail
- Recepción de un mail
- Creación de correos con adjuntos
- Creación de listas de remitentes y opciones de encabezado
- Análisis de un correo y limitaciones de tamaño.

## **Tema 3: Multimedia**

En este tema el alumno aprenderá a reconocer los diferentes tipos de archivos multimedia y su utilidad.

- Archivos de imagen
- Archivos de sonido
- Archivos de video

Se conocerán los programas que pueden organizar este tipo de archivos en nuestro ordenador y se expondrán las principales utilidades de los mismos. Se realizarán actividades prácticas para:

- Visualizar fotos y realizar retoques sencillos sobre las mismas.
- Oír música a partir de archivos de canciones en los formatos conocidos *mp3* y *wav*
- Acceder y ver videos con formatos conocidos *avi*, *mov* y *mp4*

- Acceder a otro tipo de información multimedia en línea mediante portales como *youtube*

El estudiante realizará estas prácticas disponiendo de un PC con conexión a internet, bien desde el C.A. o bien desde casa con sus propios medios.

No se prevé la visita de expertos de la zona ni del profesorado de la sede central

No hay prevista la realización de visitas.

### **EVALUACIÓN:**

Se entregará un único trabajo durante el Curso consistente en el comentario de las actividades propuestas como tareas en colaboración con el resto de los alumnos en grupos de hasta 5 personas, aunque el Tutor podrá autorizar grupos de otros tamaños.

Los alumnos podrán realizar al menos una reunión por cada tema del curso, con un total de 3, en las que el tutor les comentará si el avance en el temario es el adecuado dado el calendario previsto de entregas de tareas. Se valorará que las reuniones se realicen de manera virtual.

En estas reuniones se resolverán las dudas que los alumnos planteen y se ayudará a aquellos que necesiten supervisión y guía.

Al final del Curso los alumnos deberán contestar una encuesta anónima en la que evaluarán el contenido del curso, su adecuada impartición, y la opinión sobre el profesorado y los tutor/es.

## GLOSARIO:

**Ancho de banda:** Nos indica la capacidad de comunicación, o la velocidad de transmisión de datos de una línea de conexión, por ejemplo de nuestra línea ADSL. A mayor ancho de banda, mayor rapidez en la transmisión.

**Arroba:** Carácter "@", utilizado en las direcciones de correo electrónico para separa el nombre del usuario y el nombre de dominio de la computadora. Equivale a la palabra inglesa "at" (en español: "en" con el sentido: usuario"en"dominio. Un ejemplo de dirección electrónica es *juan@uned.es*

**Browser:** Explorador, navegador.

**Correo electrónico:** Intercambio de mensajes entre computadoras.

**E-mail:** Abreviatura del inglés electronic mail, correo electrónico.

**Explorador:** Es cualquier programa que nos traduce la información a algún formato inteligible por nosotros, que normalmente suele ser gráfico.

**GIF:** Formato de intercambio de gráficos (*Graphics Interchange Format*) GIF es un formato standard de archivos de imágenes para la www

**Html:** Acrónimo del inglés HyperText Markup Language (lenguaje de etiquetado de hipertexto). Es el lenguaje que se utiliza para definir las páginas web. Permite combinar imágenes, textos y enlaces.

**Http:** Acrónimo del inglés HyperText Transfer Protocol (protocolo de transferencia de hipertexto). Es el protocolo de transferencia de datos que utiliza la www.

**Internauta:** Persona que navega por Internet.

**Internet:** Conjunto de computadoras, o servidores, conectado en una red de redes mundial, que comparten un mismo protocolo de comunicación, y que presentan servicios a las computadoras que se conectan a esa red.

**JPEG:** *Join Photographic Experts Group*. JPEG es un formato muy popular usado para comprimir imágenes fotográficas. También se llama JPG.

**Lista de distribución:** Foro de discusión haciendo uso de del correo electrónico.

Traduce la información digital en analógica y viceversa.

**Multimedia:** Combinación de texto, imagen (estática y en movimiento) y sonido.

**Navegador:** Programa que permite navegar por internet.

**Sitio Web:** Traducción del inglés *Web site*, conjunto de páginas de una institución o persona.

**W3, WWW, Web:** Forma abreviada de referirse a la World Wide Web.

**World Wide Web:** Interfaz de comunicación dentro de Internet, que hace uso de enlaces de hipertexto en el interior de una misma página o entre distintas páginas.