

Curso: Uso de los cursos virtuales y manejo de la ansiedad

Objetivos

Conocer las herramientas básicas de los cursos virtuales y su funcionamiento con el fin de poder evitar los fallos derivados de un uso incorrecto.

Aprender a manejar la ansiedad que genera el uso de una nueva tecnología.

Contenidos

- Funcionamiento básico de sistema operativo
- Funcionamiento básico de los programas de procesamiento de texto
- Funcionamiento básico de las aplicaciones de Internet
- Funcionamiento básico de las comunidades virtuales.
- Dificultades habituales en el uso de las TIC
- Procesos psicológicos desencadenados por los errores de programas y sistemas.
- Manejo cognitivo de la ansiedad
- Entrenamiento en relajación. (5 horas)

Seguimiento

El período de seguimiento es durante todo el curso académico mediante cuestionarios de uso y satisfacción de los cursos virtuales de la UNED:

Evaluación

Se realizará una evaluación continuada durante el curso. Utilizando cuestionarios que evalúen la frecuencia, la satisfacción y la ansiedad. Se prevén tres pases.

Duración

30 horas. 15 presenciales, 15 en línea.

Docentes

Joaquín Morata Jarque - Marisa Ricart Yll

Pendiente de concesión de un crédito de libre configuración

Precio: 50 euros. Inscripción: spa@girona.uned.es