



Co-funded by  
the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται και εκφράζονται αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκπαιδευτικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

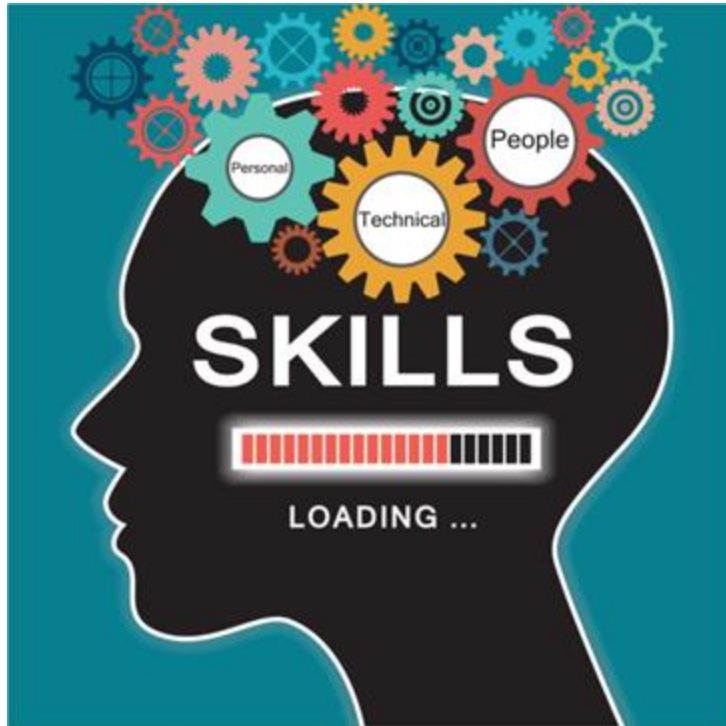
# Mothers Looking Ahead

Ενότητα 5: Προώθηση των ψηφιακών δεξιοτήτων σας για εκπαίδευση και εξέλιξη σταδιοδρομίας



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 License.

## Σκοπός Ενότητας



### Ενότητα 5: Προώθηση των ψηφιακών δεξιοτήτων σας για εκπαίδευση και εξέλιξη σταδιοδρομίας

Αυτό το μάθημα στοχεύει στην ενίσχυση της ψηφιακής ικανότητας για την κάλυψη των απαιτήσεων των σύγχρονων εκπαιδευτικών και επαγγελματικών περιβαλλόντων. Αντιμετωπίζει τα κενά στις ψηφιακές δεξιότητες που έχουν εντοπίσει οι συμμετέχοντες, τονίζοντας ότι οι ισχυρές ψηφιακές ικανότητες είναι απαραίτητες για την επιτυχία στη σημερινή αγορά εργασίας. Η ενότητα υποστηρίζει τα άτομα στη συνεχή ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων, βοηθώντας τα να συμβαδίζουν με τις εξελισσόμενες προσδοκίες και τις τεχνολογικές εξελίξεις, ακόμη και σε περιοχές όπου τα επίπεδα δεξιοτήτων είναι ήδη υψηλά. Η εστίαση είναι στη συνεχή βελτίωση, τονίζοντας τη σημασία των ψηφιακών δεξιοτήτων τόσο για την επαγγελματική όσο και για την εκπαιδευτική εξέλιξη.



## Μαθησιακά Αποτελέσματα

Μετά την ολοκλήρωση αυτής της ενότητας, θα έχετε αποκτήσει τις ακόλουθες **γνώσεις, δεξιότητες, στάσεις**:

### Γνώση

1. Βασικές γνώσεις ψηφιακών εργαλείων και πλατφορμών που διατίθενται για επαγγελματική εξέλιξη.
2. Τεκμηριωμένη γνώση των βέλτιστων πρακτικών για την ασφάλεια στο διαδίκτυο και την προστασία της ιδιωτικής ζωής.
3. Πρακτικές γνώσεις εφαρμογών, πλατφορμών και προγραμμάτων που διατίθενται για τη δημιουργία και την κοινή χρήση της εργασίας τους.

### Δεξιότητες

1. Χρήση λογισμικού παραγωγικότητας για διαφορετικές καταστάσεις, όπως προγραμματισμός εργασιών, διαχείριση εργασιών, διοργάνωση εκδηλώσεων όπως συναντήσεις κ.λπ..
2. Βελτίωση του ψηφιακού γραμματισμού και των δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων.

### Στάσεις

1. Ανοικτότητα στη συνεχή αναζήτηση τρόπων βελτίωσης των επιπέδων ψηφιακού γραμματισμού κάποιου.

Προθυμία χρήσης εφαρμογών και λογισμικού για τη βελτίωση της προσωπικής τους παραγωγικότητας καθώς και της ποιότητας της εργασίας τους. Ευαισθητοποίηση σχετικά με τις διαδικτυακές απειλές και τις πιθανές επιπτώσεις τους. Δημιουργήστε εμπιστοσύνη και προσαρμοστικότητα στη χρήση της τεχνολογίας.



## Παρακινητική ιστορία περίπτωσης

Article: Coca-Cola's Digital Transformation Through Employee Upskilling



Η Coca-Cola αναγνώρισε την ανάγκη για ψηφιακό μετασχηματισμό και δημιούργησε μια ψηφιακή ακαδημία για την αναβάθμιση των δεξιοτήτων των διευθυντών και των επικεφαλής ομάδων πρώτης γραμμής. Κατά το πρώτο έτος λειτουργίας της, η ακαδημία εκπαιδύσε περισσότερους από 500 υπαλλήλους σε ψηφιακές δεξιότητες μέσω καθηλωτικών boot camps και ενοτήτων ηλεκτρονικής μάθησης. Οι απόφοιτοι εφάρμοσαν ψηφιακές και αναλυτικές προσεγγίσεις σε πολλούς ιστότοπους, ενισχύοντας την παραγωγικότητα και την απόδοση κατά περισσότερο από 20%. Αυτή η πρωτοβουλία υπογραμμίζει τη σημασία της συνεχούς μάθησης και της ψηφιακής επάρκειας στην προώθηση της οργανωτικής επιτυχίας. Αυτές οι ιστορίες υπογραμμίζουν τον σημαντικό αντίκτυπο που μπορεί να έχει η ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων τόσο στην ατομική σταδιοδρομία όσο και στην οργανωτική ανάπτυξη.



## Δραστηριότητα προβληματισμού

### Motivating Case Story: Ο ψηφιακός μετασχηματισμός της Coca-Cola μέσω της αναβάθμισης των δεξιοτήτων των εργαζομένων

Να προβληματιστούν σχετικά με τη σημασία των ψηφιακών δεξιοτήτων στους σύγχρονους χώρους εργασίας και την αξία της συνεχούς μάθησης για προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη.

#### Προβληματιστείτε σχετικά με βασικά σημεία:

Χρησιμοποιώντας τις παρακάτω οδηγίες, σκεφτείτε τις συνέπειες της ιστορίας για το δικό σας μαθησιακό ταξίδι και την εξέλιξη της σταδιοδρομίας σας. Γράψτε σύντομες απαντήσεις για το καθένα.

- Προσδιορίστε και συσχετίστε:
  - ο Γιατί πιστεύετε ότι η Coca-Cola αποφάσισε να επενδύσει στην ψηφιακή αναβάθμιση των δεξιοτήτων των εργαζομένων της; Πώς πιστεύετε ότι οι ψηφιακές δεξιότητες συνέβαλαν στην παραγωγικότητα και την επιτυχία του εργατικού δυναμικού της Coca-Cola;
- Προσωπική αξιολόγηση:
  - ο Αναλογιστείτε τις τρέχουσες ψηφιακές δεξιότητές σας. Ποιες από αυτές τις δεξιότητες θεωρείτε ότι είναι τα δυνατά σας σημεία; Προσδιορίστε μία ή δύο ψηφιακές δεξιότητες που θέλετε να βελτιώσετε. Γιατί αυτές οι δεξιότητες είναι σημαντικές για τους επαγγελματικούς σας στόχους;
- Σχέδιο ανάπτυξης:
  - ο Φανταστείτε ότι έχετε πρόσβαση σε μια παρόμοια ψηφιακή ακαδημία. Ποιοι θα ήταν οι μαθησιακοί σας στόχοι; Περιγράψτε δύο βήματα που θα μπορούσατε να κάνετε τώρα για να αρχίσετε να δημιουργείτε τις ψηφιακές δεξιότητες που έχετε επιλέξει. Αυτά θα μπορούσαν να περιλαμβάνουν δωρεάν διαδικτυακά μαθήματα, εξάσκηση με νέο λογισμικό ή ανάγνωση άρθρων που σχετίζονται με τις ψηφιακές τάσεις στον τομέα σας.



#### Εφαρμογή πληροφοριών στον ρόλο σας:

Σκεφτείτε τον τρέχοντα ή μελλοντικό σας ρόλο. Ποια ψηφιακά εργαλεία ή διαδικασίες θα μπορούσαν να σας βοηθήσουν να γίνετε πιο αποτελεσματικοί ή καινοτόμοι; Καταγράψτε μια εφαρμόσιμη αλλαγή που μπορείτε να αρχίσετε να εφαρμόζετε για να εφαρμόσετε ψηφιακές δεξιότητες στα καθήκοντα ή τις ευθύνες σας.



## Λίστα θεμάτων - Οι ψηφιακές δεξιότητές σας για εκπαίδευση και εξέλιξη σταδιοδρομίας

### Εξέλιξη του ψηφιακού γραμματισμού

### Δημιουργία και κοινή χρήση ψηφιακού περιεχομένου

Αυτό το θέμα καλύπτει την εξέλιξη του ψηφιακού γραμματισμού, δίνοντας έμφαση στον τρόπο με τον οποίο έχει αναπτυχθεί παράλληλα με τις τεχνολογικές εξελίξεις. Οι συμμετέχοντες διερευνούν βασικά ψηφιακά ορόσημα (όπως η έλευση του διαδικτύου, των smartphones και των κοινωνικών μέσων) και πώς αυτά έχουν διαμορφώσει τα τρέχοντα εκπαιδευτικά και επαγγελματικά τοπία. Η κατανόηση αυτής της εξέλιξης επιτρέπει στα άτομα να δουν την αυξανόμενη σημασία των ψηφιακών δεξιοτήτων στην ικανοποίηση των σύγχρονων απαιτήσεων στο χώρο εργασίας.

### Άριστη χρήση λογισμικού παραγωγικότητας

Αυτή η ενότητα επικεντρώνεται στην οικοδόμηση πρακτικών δεξιοτήτων σε βασικά εργαλεία παραγωγικότητας, όπως επεξεργασία κειμένου, υπολογιστικά φύλλα και λογισμικό παρουσίασης. Οι συμμετέχοντες μαθαίνουν βασικές λειτουργίες - όπως μορφοποίηση κειμένου, χρήση βασικών τύπων και σχεδιασμό διαφανειών - που ενισχύουν την αποτελεσματικότητα και υποστηρίζουν τα επαγγελματικά και ακαδημαϊκά τους καθήκοντα. Η εκπαίδευση περιλαμβάνει πρακτικές ασκήσεις για την ενίσχυση της εφαρμογής αυτών των εργαλείων σε σενάρια πραγματικού κόσμου.



Αυτό το θέμα εισάγει τους συμμετέχοντες στις βασικές αρχές της δημιουργίας ψηφιακού περιεχομένου, συμπεριλαμβανομένης της χρήσης οπτικών, συνοπτικού κειμένου και μορφοποίησης για την προσέλκυση διαδικτυακού κοινού. Χρησιμοποιώντας εργαλεία όπως το Canva, εξασκούνται στο σχεδιασμό αναρτήσεων και ενημερωτικών δελτίων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, μαθαίνοντας δεξιότητες που ισχύουν τόσο για προσωπική όσο και για επαγγελματική ψηφιακή παρουσία. Έμφαση δίνεται στην επιλογή κατάλληλων εικόνων και στη δόμηση περιεχομένου για σαφήνεια και οπτική ελκυστικότητα.

### Ασφαλείς και υπεύθυνες διαδικτυακές πρακτικές

Οι συμμετέχοντες μαθαίνουν για την ηθική και ασφαλή διαχείριση του ψηφιακού περιεχομένου, καλύπτοντας θέματα όπως το απόρρητο, τα πνευματικά δικαιώματα και η παραπληροφόρηση. Μέσω περιπτωσιολογικών μελετών και συζητήσεων, διερευνούν στρατηγικές υπεύθυνης κοινής χρήσης, συμπεριλαμβανομένου του σεβασμού των προσωπικών δεδομένων, της απόκτησης αδειών και της επαλήθευσης της ακρίβειας των πληροφοριών. Αυτές οι πρακτικές είναι ζωτικής σημασίας για τη διατήρηση μιας αξιόπιστης και ασφαλούς διαδικτυακής παρουσίας.



## Δραστηριότητα 1: Εξερεύνηση και εφαρμογή ψηφιακών δεξιοτήτων

### Στόχος:

Να ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να εξερευνήσουν νέα ψηφιακά εργαλεία και να τα εφαρμόσουν με ουσιαστικό τρόπο. Οι συμμετέχοντες αποκτούν εμπειρία στην αυτοκαθοδηγούμενη εξερεύνηση εργαλείων, δίνοντάς τους τη δυνατότητα να προσεγγίσουν ανεξάρτητα και να μάθουν νέες τεχνολογίες.

### Οδηγίες:

#### 1. Έρευνα νέων ψηφιακών εργαλείων:

Επιλέξτε ένα εργαλείο παραγωγικότητας ή μια εφαρμογή δημιουργίας ψηφιακού περιεχομένου που δεν έχετε χρησιμοποιήσει στο παρελθόν. Αυτό θα μπορούσε να είναι ένα νέο λογισμικό για τη διαχείριση έργων (π.χ. Google meet), το σχεδιασμό (π.χ. Canva) ή την οπτικοποίηση δεδομένων (π.χ. Excel).

#### 2. Μάθετε τα βασικά:

Αφιερώστε 20-30 λεπτά παρακολουθώντας σεμινάρια, διαβάζοντας άρθρα ή εξερευνώντας ενότητες βοήθειας σχετικά με τον τρόπο χρήσης των βασικών λειτουργιών αυτού του εργαλείου. Προσδιορίστε βασικά χαρακτηριστικά που είναι χρήσιμα για τις επαγγελματικές ή εκπαιδευτικές σας ανάγκες.

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτά τα σεμινάρια για αυτοδιδασκαλία:

- Google meet - <https://edu.gcfglobal.org/en/google-meet/>
- Canva - <https://edu.gcfglobal.org/en/canva/>
- Excel - <https://edu.gcfglobal.org/en/topics/excel/>





## Δραστηριότητα 1: Εξερεύνηση και εφαρμογή ψηφιακών δεξιοτήτων

### 4. Δημιουργία μικρού έργου:

Χρησιμοποιήστε το εργαλείο για να δημιουργήσετε ένα μικρό, ουσιαστικό έργο. Παραδείγματα θα μπορούσαν να περιλαμβάνουν τη δημιουργία μιας ψηφιακής λίστας υποχρεώσεων, τη σχεδίαση ενός απλού γραφικού ή τη ρύθμιση μιας απεικόνισης δεδομένων βάσει δείγματος δεδομένων.

### 5. Αυτο-αναστοχασμός:

Μετά την ολοκλήρωση του μίνι έργου, αναλογιστείτε την εμπειρία σας απαντώντας στα ακόλουθα:

- Πόσο εύκολο ή δύσκολο ήταν να μάθετε αυτό το εργαλείο;  
Ποια ήταν τα πιο χρήσιμα χαρακτηριστικά και πώς θα μπορούσαν να εφαρμοστούν στην εργασία ή τις σπουδές σας;  
Ποιο θα ήταν το επόμενο βήμα σας στην εκμάθηση αυτού του εργαλείου;



## Δραστηριότητα 2

### Ανάλυση Ψηφιακών Σεναρίων για Ασφαλείς Διαδικτυακές Πρακτικές

#### Στόχος:

Να εφαρμόζουν ασφαλείς και υπεύθυνες διαδικτυακές πρακτικές αναλύοντας πραγματικά ψηφιακά διλήμματα και δημιουργώντας προσωπικές κατευθυντήριες γραμμές για διαδικτυακή συμπεριφορά. Οι συμμετέχοντες αναπτύσσουν δεξιότητες κριτικής σκέψης αναλύοντας ένα σενάριο πραγματικής ζωής και δημιουργώντας βήματα για την άσκηση υπεύθυνης ψηφιακής συμπεριφοράς.

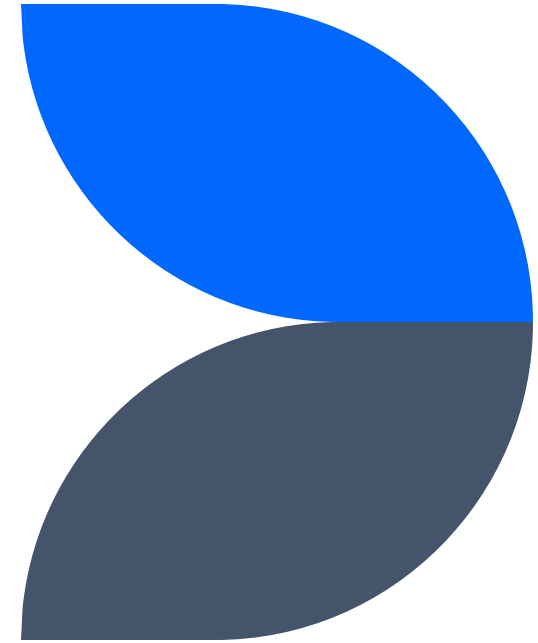
#### Οδηγίες:

##### 1. Επιλέξτε ένα σενάριο:

Επιλέξτε ένα πραγματικό σενάριο ασφάλειας στο Internet για ανάλυση. Παραδείγματα μπορεί να περιλαμβάνουν::

- ο Μια κατάσταση όπου κάποιος μοιράστηκε υπερβολικά ευαίσθητες πληροφορίες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.  
Μια περίπτωση ηλεκτρονικού ψαρέματος (phishing) ή ύποπτων μηνυμάτων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου που ελήφθησαν σε περιβάλλον εργασίας.  
Ένα σενάριο που περιλαμβάνει πνευματικά δικαιώματα και μη εξουσιοδοτημένη κοινή χρήση διαδικτυακού περιεχομένου.

\*Μπορείτε να βρείτε το σενάριο στο τέλος των οδηγιών



## Δραστηριότητα 2

### Ανάλυση Ψηφιακών Σεναρίων για Ασφαλείς Διαδικτυακές Πρακτικές

#### 2. Βέλτιστες πρακτικές έρευνας:

Αφιερώστε 15-20 λεπτά ερευνώντας προτεινόμενες ενέργειες ή οδηγίες για το χειρισμό καταστάσεων παρόμοιων με το σενάριο που επιλέξατε. Εστίαση σε πόρους από αξιόπιστες πηγές, όπως οργανισμούς ψηφιακής ασφάλειας ή επίσημους οδηγούς ασφάλειας στον κυβερνοχώρο.

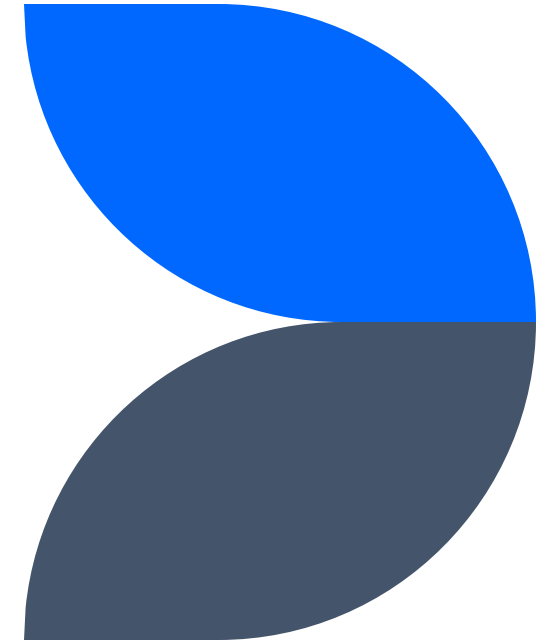
#### 3. Αναπτύξτε ένα Σχέδιο Προσωπικής Ασφάλειας:

Με βάση την έρευνά σας, γράψτε ένα σύντομο σχέδιο προσωπικής ασφάλειας που περιγράφει τα βήματα που θα κάνετε για να αποφύγετε παρόμοια προβλήματα στις διαδικτυακές σας αλληλεπιδράσεις. Συμπεριλάβετε:

- Προληπτικά μέτρα που θα λάβετε (π.χ. έλεγχος ρυθμίσεων απορρήτου, επαλήθευση πηγών). Συγκεκριμένα βήματα που θα ακολουθήσετε σε περίπτωση που αντιμετωπίσετε παρόμοιο πρόβλημα.  
Τυχόν πρόσθετες οδηγίες ή εργαλεία που σκοπεύετε να χρησιμοποιήσετε για να βελτιώσετε την ασφάλειά σας στο Internet.

#### 4. Μοιραστείτε & Προβληματιστείτε:

Εάν είναι δυνατόν, μοιραστείτε το σχέδιο ασφαλείας σας με έναν ομότιμο ή έναν μέντορα για σχόλια. Σκεφτείτε τι μάθατε και πώς θα επηρεάσει τη διαδικτυακή σας συμπεριφορά.



## Δραστηριότητα 2: Ανάλυση Ψηφιακών Σεναρίων για Ασφαλείς Διαδικτυακές Πρακτικές

### Σενάριο 1: Ρυθμίσεις απορρήτου κοινωνικών μέσων

Η Sarah πήρε πρόσφατα μια νέα δουλειά και είναι ενθουσιασμένη που μοιράζεται τα νέα με τους οπαδούς της στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Δημοσιεύει μια εορταστική φωτογραφία που περιλαμβάνει το σήμα εργασίας της και τον νέο χώρο εργασίας της, επισημαίνοντας την τοποθεσία και τον τίτλο εργασίας της. Λίγο αργότερα, λαμβάνει πολλά μηνύματα από ανθρώπους που δεν γνωρίζει, που την συγχαίρουν και την ρωτούν για τη δουλειά της και τις λεπτομέρειες της εταιρείας της.

#### Ερωτήσεις για ανάλυση:

- Ποιους κινδύνους μπορεί να αντιμετωπίσει η Sarah κοινοποιώντας δημόσια τις λεπτομέρειες της δουλειάς της;  
Πώς θα μπορούσε να προσαρμόσει τις ρυθμίσεις απορρήτου της για να ελέγχει ποιος βλέπει τις δημοσιεύσεις της;  
Ποιες γενικές προφυλάξεις πρέπει να λαμβάνουν τα άτομα όταν μοιράζονται πληροφορίες σχετικά με την εργασία στο διαδίκτυο;



## Δραστηριότητα 2: Ανάλυση Ψηφιακών Σεναρίων για Ασφαλείς Διαδικτυακές Πρακτικές

### Σενάριο 2: Απόπειρα ηλεκτρονικού "ψαρέματος" στο χώρο εργασίας

Ο Mark λαμβάνει ένα μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου που μοιάζει να προέρχεται από το τμήμα ανθρώπινου δυναμικού της εταιρείας του, ζητώντας του να κάνει κλικ σε έναν σύνδεσμο για να ενημερώσει τα στοιχεία άμεσης κατάθεσής του για μισθοδοσία. Το email περιλαμβάνει επείγουσα γλώσσα, λέγοντας ότι ο επόμενος μισθός του μπορεί να καθυστερήσει εάν δεν απαντήσει. Ο Mark παρατηρεί μερικά μικρά ορθογραφικά λάθη στο μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και μια μικρή παραλλαγή στη διεύθυνση του αποστολέα.

#### Ερωτήσεις για ανάλυση:

- Ποιες είναι μερικές κόκκινες σημαίες σε αυτό το μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου που υποδηλώνουν ότι μπορεί να είναι απόπειρα ηλεκτρονικού ψαρέματος; Πώς πρέπει ο Mark να επαληθεύσει εάν το email είναι νόμιμο πριν προβεί σε οποιαδήποτε ενέργεια; Ποιες είναι οι βέλτιστες πρακτικές για τη διαχείριση ύποπτων μηνυμάτων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου στον χώρο εργασίας;



## Δραστηριότητα 2: Ανάλυση Ψηφιακών Σεναρίων για Ασφαλείς Διαδικτυακές Πρακτικές

### Σενάριο 3: Ακούσια παραβίαση πνευματικών δικαιωμάτων

Ο Alex ετοιμάζει μια παρουσίαση για ένα σχολικό έργο και θέλει να το κάνει οπτικά ελκυστικό. Βρίσκει αρκετές εικόνες υψηλής ποιότητας μέσω μιας γρήγορης αναζήτησης στο Google και τις περιλαμβάνει στις διαφάνειές του. Μετά την παρουσίαση, συνειδητοποιεί ότι δεν έλεγξε αν οι εικόνες είχαν άδεια για δωρεάν χρήση.

#### Ερωτήσεις για ανάλυση:

- Γιατί είναι σημαντικό να επαληθεύσετε την αδειοδότηση εικόνων ή περιεχομένου πριν τα χρησιμοποιήσετε σε παρουσιάσεις;  
Ποιοι είναι μερικοί τρόποι με τους οποίους ο Alex μπορεί να βρει δωρεάν εικόνες για μελλοντικά έργα;  
Πώς μπορεί η μη τήρηση των πνευματικών δικαιωμάτων να επηρεάσει άτομα ή οργανισμούς;

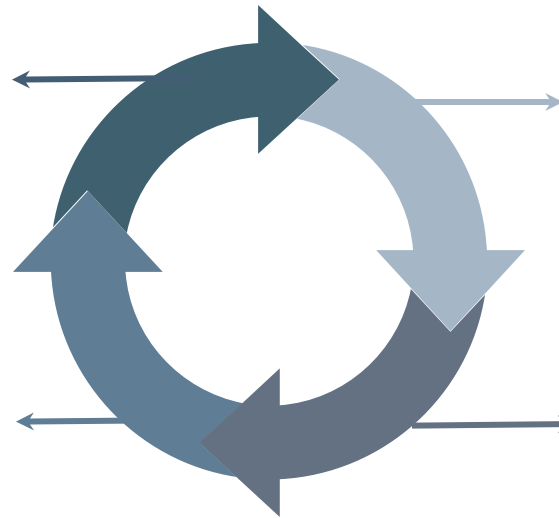




## Συμβουλές μάθησης

Το άρθρο [Η χαρά της μάθησης](#) από το GCFGlobal υπογραμμίζει τα οφέλη της μάθησης, όπως η ικανοποίηση της περιέργειας, η βελτίωση των δεξιοτήτων και η προώθηση της προσωπικής ανάπτυξης. Ενθαρρύνει τους αναγνώστες να αγκαλιάσουν την περιέργεια, να ξεπεράσουν τα εμπόδια και να εξερευνήσουν νέα θέματα, δίνοντας έμφαση στον μετασχηματιστικό αντίκτυπο της μάθησης στη ζωή και τις προοπτικές.

Το άρθρο [Learning from Failure](#) από το GCFGlobal επισημαίνει την αποτυχία ως πολύτιμη μαθησιακή εμπειρία. Μέσα από μια προσωπική ιστορία, δείχνει πώς οι αποτυχίες διδάσκουν ανθεκτικότητα και αυτοβελτίωση, ενθαρρύνοντας τους αναγνώστες να προβληματιστούν, να προσπαθήσουν ξανά και να χρησιμοποιήσουν την αποτυχία ως βήμα προς την ανάπτυξη και την ανάπτυξη δεξιοτήτων.



Το άρθρο [Discover Your Learning Style](#) από το GCFGlobal εξηγεί ότι η γνώση του μοναδικού στυλ μάθησης - οπτικό, ακουστικό, ανάγνωση / γραφή ή κιναισθητική - μπορεί να βελτιώσει την αποτελεσματικότητα της μελέτης. Ενθαρρύνει τη χρήση προσαρμοσμένων στρατηγικών για την ενίσχυση των μαθησιακών αποτελεσμάτων.

Το άρθρο [Memorization Methods and Why They Work](#) από το GCFGlobal εξηγεί αποτελεσματικές τεχνικές απομνημόνευσης, συμπεριλαμβανομένου του chunking, του οραματισμού, της ομιλίας δυνατά και της διδασκαλίας άλλων. Αυτές οι στρατηγικές ενισχύουν τις νευρικές συνδέσεις, διευκολύνοντας την ανάκληση. Δίνει έμφαση στην κατανόηση του υλικού πριν από την απομνημόνευση και την τακτική εξάσκηση για τη βελτίωση των δεξιοτήτων μνήμης.

## Πρόσθετοι πόροι για την υποστήριξη της αυτοδιδασκαλίας για την ενότητα σχετικά με την ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων:



### [Khan Academy - Computer Science and Digital Literacy](#)

Η Khan Academy προσφέρει δωρεάν μαθήματα στις βασικές αρχές της επιστήμης των υπολογιστών, την ασφάλεια στο διαδίκτυο και τον ψηφιακό γραμματισμό, τα οποία μπορούν να βοηθήσουν στην οικοδόμηση θεμελιωδών ψηφιακών δεξιοτήτων



### [Applied Digital Skills by Google](#)

Αυτή η πλατφόρμα παρέχει δωρεάν μαθήματα σε θέματα όπως η ψηφιακή συνεργασία, το λογισμικό παραγωγικότητας, η ασφάλεια στο διαδίκτυο και η αποτελεσματική διαδικτυακή επικοινωνία. Έχει σχεδιαστεί για αυτο-ρυθμισμένη μάθηση και περιλαμβάνει ασκήσεις που βασίζονται σε έργα.



### [Microsoft Digital Literacy Program](#)

Η Microsoft προσφέρει ένα δωρεάν πρόγραμμα σπουδών ψηφιακού γραμματισμού, το οποίο καλύπτει βασικές δεξιότητες στο λογισμικό παραγωγικότητας, την ασφάλεια στο διαδίκτυο και τη δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου. Ιδανικό για αρχάριους έως ενδιάμεσους μαθητές.



### [GCFGlobal - Learning Tips and Digital Skills](#)

Το GCFGlobal παρέχει άρθρα και βίντεο σχετικά με θέματα ψηφιακού γραμματισμού, συμπεριλαμβανομένης της χρήσης λογισμικού παραγωγικότητας, της δημιουργίας ψηφιακού περιεχομένου και ασφαλών διαδικτυακών πρακτικών. Είναι κατάλληλο για αυτοδιδασκαλία με ελκυστικούς πόρους.



# Είστε έτοιμοι να δοκιμάσετε τις γνώσεις σας;

Έρθε η ώρα να δοκιμάσετε τις ικανότητές σας...

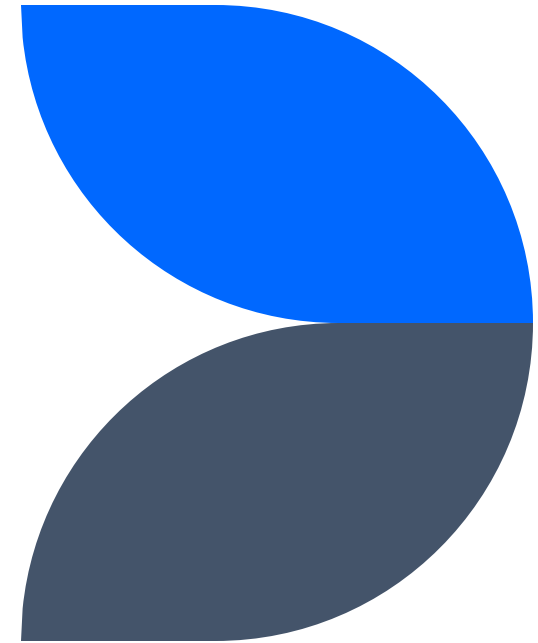
**ΞΕΚΙΝΗΣΤΕ ΤΩΡΑ**



Co-funded by  
the European Union

## Ερωτήσεις αυτο-αναστοχασμού

- E1: Σε ποια ψηφιακή δεξιότητα αισθάνεστε σήμερα πιο σίγουροι και πώς σας ωφελεί στην καθημερινή σας ζωή, τις σπουδές ή την εργασία σας;
- E2: Λαμβάνοντας υπόψη το προτιμώμενο στυλ μάθησης, ποιες συγκεκριμένες στρατηγικές ή εργαλεία θα μπορούσαν να σας βοηθήσουν να βελτιώσετε μια δεξιότητα που θεωρείτε δύσκολη; Πώς μπορείτε να αρχίσετε να τα ενσωματώνετε στη μαθησιακή σας ρουτίνα;
- E3: Σκεφτείτε μια πρόσφατη ηλεκτρονική αλληλεπίδραση ή δημοσίευση όπου μοιραστήκατε προσωπικές πληροφορίες. Πώς θα μπορούσατε να βελτιώσετε τις ρυθμίσεις απορρήτου σας ή να τροποποιήσετε αυτά που μοιράζεστε για να διασφαλίσετε μεγαλύτερη ασφάλεια στο μέλλον;



## Συμπέρασμα

Σε αυτή την ενότητα, διερευνήσαμε βασικές ψηφιακές δεξιότητες που υποστηρίζουν τόσο την προσωπική όσο και την επαγγελματική ανάπτυξη σε έναν ψηφιακό κόσμο. Ξεκινήσαμε κατανοώντας την **πρόοδο του Ψηφιακού Γραμματισμού**, εξετάζοντας πώς οι ψηφιακές δεξιότητες έχουν εξελιχθεί με τις τεχνολογικές εξελίξεις και γιατί η συνεχής μάθηση είναι απαραίτητη. Στη συνέχεια, εξασκήσαμε την **άριστη χρήση του Λογισμικού Παραγωγικότητας**, αποκτώντας πρακτική εμπειρία με εργαλεία όπως επεξεργασία κειμένου, υπολογιστικά φύλλα και παρουσιάσεις για τη βελτίωση της αποδοτικότητας και της αποτελεσματικότητας σε διάφορες εργασίες.

Καλύψαμε επίσης τη **δημιουργία και την κοινή Χρήση Ψηφιακού Περιεχομένου**, εστιάζοντας στο σχεδιασμό οπτικά ελκυστικού και σχετικού περιεχομένου για διαδικτυακό κοινό, το οποίο είναι όλο και πιο πολύτιμο στις σημερινές ψηφιακές επικοινωνίες. Τέλος, ασχοληθήκαμε με τις **Ασφαλείς και Υπεύθυνες Διαδικτυακές Πρακτικές**, τονίζοντας τη σημασία του απορρήτου, της ηθικής ανταλλαγής περιεχομένου και της ασφάλειας στο διαδίκτυο για τη διασφάλιση μιας ασφαλούς και σεβαστής ψηφιακής παρουσίας.

Με την απόκτηση αυτών των δεξιοτήτων και πρακτικών, οι συμμετέχοντες είναι καλύτερα εξοπλισμένοι για να πλοηγηθούν στο ψηφιακό τοπίο, υποστηρίζοντας την εκπαίδευσή τους, την εξέλιξη της σταδιοδρομίας τους και την προσωπική τους ανάπτυξη.

**Ενδυναμώστε τον εαυτό σας με ψηφιακές δεξιότητες για να ανοίξετε νέες ευκαιρίες και να εμπνεύσετε τα παιδιά σας δείχνοντάς τους ότι η μάθηση και η ανάπτυξη δεν έχουν όρια! 😊**

## Αναφορές

FutureLearn. (n.d.). *Digital Skills Courses*. FutureLearn. Retrieved from <https://www.futurelearn.com/>

Google. (n.d.). *Applied Digital Skills*. Google Applied Digital Skills. Retrieved from <https://applieddigitalskills.withgoogle.com/>

GCFGlobal. (n.d.). *Learning Tips: Discover Your Learning Style*. GCFGlobal. Retrieved from <https://edu.gcfglobal.org/en/learning-tips/discover-your-learning-style/1/>

GCFGlobal. (n.d.). *Learning Tips: Memorization Methods and Why They Work*. GCFGlobal. Retrieved from <https://edu.gcfglobal.org/en/learning-tips/memorization-methods-and-why-they-work/1/>

GCFGlobal. (n.d.). *Learning Tips: Learning from Failure*. GCFGlobal. Retrieved from <https://edu.gcfglobal.org/en/learning-tips/learning-from-failure/1/>

## Αναφορές

Hague, C., & Williamson, B. (2009). Digital Participation, Digital Literacy, and School Subjects: A Review of the Policies, Literature, and Evidence. Futurelab.  
<https://www.nfer.ac.uk/media/suugq2ar/futl08.pdf>

Khan Academy. (n.d.). *Computer Science and Digital Literacy*. Khan Academy. Retrieved from <https://www.khanacademy.org/>

Microsoft. (n.d.). *Digital Literacy Program*. Microsoft Digital Literacy. Retrieved from <https://www.microsoft.com/en-us/digitalliteracy>

Selwyn, N. (2016). *Is Technology Good for Education?* Polity Press. 42-45.  
<https://journalhosting.ucalgary.ca/index.php/cjeap/article/view/42078/30057>

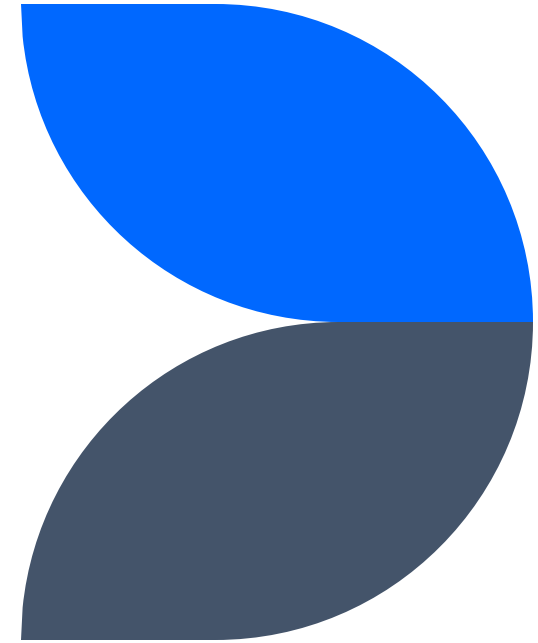
West, D. M. (2018). *The Future of Work: Robots, AI, and Automation*. Brookings Institution Press.  
[https://www.researchgate.net/publication/329877216\\_The\\_future\\_of\\_work\\_Robots\\_AI\\_and\\_automation](https://www.researchgate.net/publication/329877216_The_future_of_work_Robots_AI_and_automation)





Co-funded by  
the European Union

Συγχαρητήρια για την  
ολοκλήρωση αυτής της  
ενότητας!

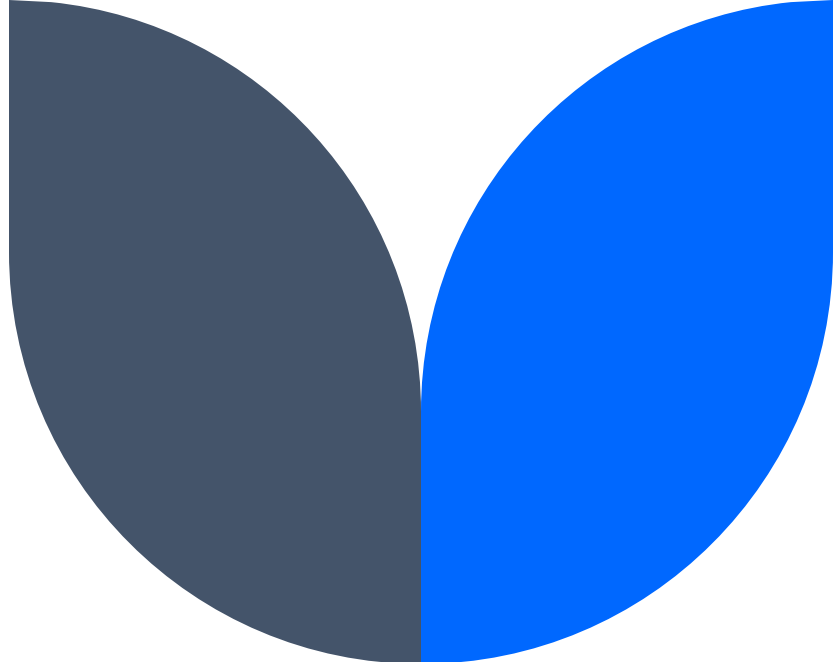




Co-funded by  
the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνα για τις εκφραζόμενες απόψεις.

# Mothers Looking Ahead



This work is licensed under a Creative Commons Attribution – NonCommercial – ShareAlike 3.0 License.