

**INTELLECTUAL OUTPUT I.O.3  
DISEÑO DE ACTIVIDADES DE  
FORMACIÓN.  
3. PLAN DE AUTOEMPLEO EN EL  
CONTEXTO DE LA ECONOMIA  
COLABORATIVA**

El presente proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea. Esta Publicación es responsabilidad exclusiva de su autor. La Comisión no es responsable del uso que pueda hacerse de la información aquí difundida.

<b>ACTIVIDAD FORMATIVA EXPERIENCIAL ÍNDICE</b>	
PRESENTACIÓN INTELLECTUAL OUTPUT	p. 3
FORMACIÓN DEL CURSO.	p. 6
ACTIVIDAD EXPERIMENTAL DE FORMACIÓN 3. INTRODUCCIÓN.	p.7
SESIONES DE FORMACIÓN PRESENCIAL. RECOMENDACIONES, DURACIÓN Y HERRAMIENTAS.	p.7
SESIONES DE FORMACIÓN ONLINE 1 Y 2. RECOMENDACIONES, DURACIÓN Y HERRAMIENTAS.	p.9
SESIÓN DE FORMACIÓN TRANSVERSAL. ESPACIO DE COWORKING Y COACH/ MENTOR.	p.10

## PRESENTACIÓN INTELLECTUAL OUTPUT

Este producto intelectual I.O.3, "Diseño de Actividades Formativas Experienciales", pertenece al proyecto ERASMUS + CO\_LABOURative\_LAB. Los contenidos que se muestran a continuación en las siguientes páginas son el resultado de la integración del I. O.1, "Metodología Co-Creada" y IO.2 "Materiales de Formación".

I.O.3 determina cómo se llevan a cabo las actividades de capacitación, y es el resultado final de las siguientes actividades:

- O3-A1. Diseño de actividades y materiales de formación experiencial
- O3-A2. Desarrollo de materiales para formadores
- O3-A3. Traducciones

Como se indica en el I.O.1, el Proyecto Co\_LABOURative\_LAB "*Enhancing Employability of Unemployed Persons through New Forms of Employment and Sharing Economy*" tiene como objetivo principal desarrollar e implementar un programa de capacitación para aumentar las competencias de los desempleados de larga duración, incluidos los jóvenes desempleados, y los Directores o Técnicos de Recursos Humanos (RRHH), sobre cómo explotar la Economía Colaborativa y las Nuevas Formas de Empleo para aumentar sus oportunidades de emprendimiento y empleo por cuenta propia. Co\_LABOURative\_LAB tiene como objetivo transferir a los grupos objetivo conocimientos innovadores, herramientas y prácticas basadas en una metodología de aprendizaje práctico, promoviendo la colaboración entre alumnos y la explotación de las herramientas de TIC correspondientes, a través de la cual los futuros alumnos puedan mejorar su capacitación, generando impacto en su futura vida laboral.

El curso ha sido diseñado con las siguientes características:

1. La duración del curso es de 62 horas, de las cuales:
  - a) Sesiones presenciales: 26 horas
  - b) Sesiones online: 28 horas.
  - c) Seminarios de expertos: 8 horas (6 seminarios)
2. Habrá talleres finales para todos los alumnos dedicados a la presentación de sus proyectos.
3. La metodología será activa y participativa, se llevará a cabo en diferentes talleres e incluirá las siguientes herramientas y materiales de capacitación:
  - a) Sesiones presenciales.
  - b) Sesiones online.
  - c) Seminarios web
  - d) Co-trabajo virtual.
  - e) Espacio físico para alumnos durante el curso (co-working).
  - f) Los mentores o entrenadores apoyarán a los alumnos durante el curso.
  - g) Enfoque práctico con casos de estudio, videos, seminarios de expertos, lecturas complementarias.
4. Se desarrollará una plataforma de formación online con los siguientes propósitos:
  - h) Asignación de los diferentes materiales y recursos formativos con acceso a alumnos.
  - i) Colaboración virtual.

Los alumnos tendrán los siguientes perfiles,

- Personas desempleadas (principalmente aquellas que han estado desempleadas por más de 1 año, y que son mayores de 45 años y menores de 30 años)

- Profesionales de RRHH

Se recomienda que los cursos de capacitación no tengan más de 12 a 15 alumnos por grupo de capacitación para que los recursos puedan asignarse y organizarse de manera eficiente y, por lo tanto, la capacitación puede alcanzar los objetivos.

El objetivo general del proyecto **co-LABOURative LAB** será aumentar las competencias de los Desempleados de Larga Duración, incluidos los Jóvenes Desempleados y los Directores o Técnicos de Recursos Humanos (HR), sobre cómo explotar la Economía Colaborativa (SHE) y las Nuevas Formas de Empleo (NFE) para aumentar las oportunidades de Emprendimiento y Autoempleo, a través de la transferencia de conocimientos innovadores, herramientas y prácticas basadas en el conocimiento del aprendizaje basado en el trabajo, aprender haciendo, colaboración entre alumnos y explotación de las herramientas de TIC correspondientes.

Los **objetivos específicos** son:

- Proporcionar a los participantes la conciencia y el conocimiento necesarios sobre las dinámicas de SHE y NFE, incluido el funcionamiento de las herramientas y plataformas TIC relacionadas.
- Facilitar a los participantes el desarrollo de sus propios planes de emprendimiento y autoempleo utilizando los conceptos de SHE y NFE y las plataformas TIC.
- Facilitar a los participantes la adquisición y mejora de competencias para impulsar sus planes de emprendimiento y autoempleo (creatividad e innovación, habilidades digitales, gestión de redes sociales y personal branding).
- Facilitar a los participantes la adquisición y mejora de conocimientos para tratar temas específicos como: financiación, entornos regulatorios y acceso a mercados.
- Conecta ambos lados del mercado laboral, empleadores y solicitantes de trabajo en el mismo entorno de capacitación.
- Proporcionar a los alumnos enfoques de trabajo reales y colaborativos en los que puedan aplicar las habilidades desarrolladas y aumentar su empleabilidad durante el propio curso de capacitación.

Para lograr los objetivos antes mencionados, se ha desarrollado una metodología de formación basada en las siguientes premisas:

- Adaptada y modulada a las capacidades de aprendizaje de las personas que pertenecen a los grupos objetivo (desempleados y profesionales de recursos humanos).
- La formación se basará en los conceptos de capacitación experiencial y aprendizaje mediante la práctica, por lo que la metodología de la formación será principalmente activa y práctica.
- Las sesiones de capacitación se llevarán a cabo en el aula y online, por lo que se desarrollarán materiales y herramientas que se utilizarán en ambos entornos de capacitación.
- La participación de los alumnos será una necesidad durante los cursos de formación, por lo tanto, los formadores fomentarán las actividades donde los participantes puedan interactuar e intercambiar experiencias y conocimientos entre ellos y con diferentes actores.
- El curso de capacitación tendrá un enfoque de mentoring / coaching. Los técnicos de las Cámaras de Comercio apoyarán a los alumnos a lo largo del curso de capacitación.

- Las Cámaras de Comercio proporcionarán un espacio de trabajo conjunto a lo largo del proyecto para los participantes, para que puedan desarrollar sus proyectos o planes en un entorno de apoyo.
- Se desarrollará una plataforma de formación online para facilitar las sesiones de formación online, compartir conocimientos y experiencias de los participantes y apoyar los cursos de formación a través de diferentes herramientas de formación online

En las siguientes páginas, se muestran recomendaciones para cada una de las Actividades de Formación, que incluyen:

- Estructura y contenidos en cada taller.
- Timing de cada taller con un desglose de las principales actividades a realizar.
- Algunos consejos y sugerencias y cosas que no debemos olvidar.

Estas pautas son solo una recomendación que se recomiendan para el formador, pero también se debe ser flexible, por lo que al final los formadores deben preparar cada uno de los talleres como quieran y piensen que son mejores, siempre pensando en lograr los objetivos del programa de capacitación, pero teniendo en cuenta el contexto y los participantes.



**TRAINING COURSE PLANNING.**

	F2F / ONLINE	PARTICIPANTS	DURATION	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5	WEEK 6	WEEK 7	WEEK 8
DETA 1. Introduction to sharing economy and new forms of employment.	F2F	ALL	4H.	1F2F SESSION							
	ONLINE	ALL	4H.	ONLINE							
DETA 2. SHE & NFE digital platforms: how to use and what to know.	F2F	ALL	8H.		1F2F SESSIONS	1F2F SESSION					
	ONLINE	ALL	8H.		ONLINE	ONLINE					
DETA 3. Self-assessment & development of an entrepreneurship / self-employment plan.	F2F	UNEMPLOYED	4H.			1F2F SESSION					
	ONLINE	UNEMPLOYED	4H.				ONLINE				
DETA 4. Legal and financing issues regarding SHE and NFE.	ONLINE	ALL	4H.				ONLINE				
		ALL					ONLINE				
DETA 5. Training in transversal skills for entrepreneurship and self-employment	F2F	UNEMPLOYED	12H.				1F2F SESSIONS	1F2F SESSIONS	1F2F SESSION		
	ONLINE	UNEMPLOYED	8H.						ONLINE	ONLINE	
DETA 6. Sharing experiences and best practices.	F2F	ALL	8H.								1F2F SESSION
WORKING ON SELF-EMPLOYMENT AND ENTREPRENEURSHIP PLANS	ALL	UNEMPLOYED	-	CONTINUOUS TASK							
WEBINARS	ONLINE	ALL	-	WB1	WB2	WB3	WB4	WB5	WB6	WB7	
EXPERTS' SEMINARS	F2F or VIDEO or STREAMING	ALL	2H.		DETA 1-ES1 & ES2 2 HOURS EACH			DETA 4-ES3 & ES4 1 HOUR EACH		DETA 5-ES5 & ES6 1 HOUR EACH	
CO-WORKING SPACE	F2F	UNEMPLOYED	-	CONTINUOUS TASK							
MENTORS / COACHES	F2F & ONLINE	UNEMPLOYED	-	CONTINUOUS TASK							

Paso	<b>ACTIVIDAD DE FORMACIÓN 3. INTRODUCCIÓN. AUTOEVALUACIÓN Y DESARROLLO DEL PLAN DE AUTOEMPLEO/EMPREDIMIENTO</b>
0	<p>- La duración de este DETA se estima en 8 horas distribuidas en 3 sesiones de capacitación,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 horas F2F</li> <li>• 8 horas en línea</li> </ul> <p>- No olvides tener lista de asistencia.</p> <p>- No olvides tomar fotos y, si es posible, grabar un video de las actividades.</p> <p>- Los descansos para tomar café en las sesiones presenciales no se incluyen en el cronograma, estimamos que pueden ser de 30 minutos, por lo que las sesiones presenciales tendrán 3 horas y 30 minutos de trabajo efectivo.</p>
0.1	<p><b>Datos de la Actividad Formativa:</b></p> <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Facilitar que los participantes desarrollen una autoevaluación de autoempleo o emprendimiento apropiado para que tengan una idea clara de sus fortalezas y debilidades en un entorno de SHE y NFE.</li> <li>• Facilitar a los alumnos los conocimientos, habilidades y herramientas para iniciar el desarrollo de sus propios planes de autoempleo o emprendimiento.</li> <li>• Validar que los planes iniciales incluyan los contenidos y la metodología relevantes para facilitar un desarrollo e implementación exitosos.</li> </ul> <p><b>Participantes:</b> Personas desempleadas.</p> <p><b>Contenidos de la capacitación:</b> TEMA 3. Pautas para desarrollar un plan de autoempleo o emprendimiento.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Autoevaluación de Capacidades y Competencias de Autoempleo y Emprendimiento.</li> <li>2. Desarrollo de mi Plan de Autoempleo o Emprendimiento.             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Determinación de intereses y metas.</li> <li>b. Resultados del inventario de autoevaluación. Recursos necesarios y planificación de la acción.</li> </ol> </li> </ol>
1	<b>SESIÓN PRESENCIAL 1 – RECOMENDACIONES, DURACIÓN Y HERRAMIENTAS</b>
1.1	<p><b>Apertura.</b></p> <p>- Una vez que los asistentes han llegado al aula, el capacitador les da la bienvenida.</p> <p>- El formador introduce los objetivos, contenidos y planificación de DETA 3.</p> <p>- El capacitador hace un breve recordatorio de los conceptos y actividades realizadas en DETA 1 y 2, y deja algo de tiempo para las dudas y preguntas que surgieron en esa DETA y que están sin resolver.</p> <p>- El objetivo de esta parte de la apertura es también conectar los contenidos y actividades que se ven en DETA 1 y 2 con los contenidos y actividades en DETA 3, para que los participantes puedan ver la coherencia y la continuidad del curso.</p> <p>- Tiempo: 30 minutos.</p> <p>- Herramienta: PPT.</p>

<p>1.2</p>	<p><b>Contenidos formativos:</b> Autoempleo y Emprendimiento. Cada capacitador presentará a los asistentes los conceptos, el potencial, los pros y los contras y la vinculación con SHE y NFE. ACTIVIDAD 1. El profesor presentará los principales conceptos y datos sobre el trabajo por cuenta propia a nivel de la UE y nacional, y proporcionará información sobre los beneficios y amenazas de acuerdo con la bibliografía existente. Las Nuevas Formas de Empleo relacionadas con el autoempleo serán recordadas. Luego, se dará información directa a los participantes en base a las siguientes herramientas posibles y complementarias; - Si hay alumnos con experiencia en trabajo por cuenta propia, explicarán al resto sus propias experiencias. - Se mostrarán videos con lecciones aprendidas de personas que trabajan por cuenta propia. - Las personas que trabajan por cuenta propia que han participado en cursos anteriores de las Cámaras de Comercio también podrían transferir sus experiencias. Conclusiones. El capacitador le preguntará a la gente sobre su opinión sobre el potencial de SHE para promover el autoempleo (ventajas y desventajas, actualizaciones de la discusión de las primeras sesiones). Las opiniones serán recogidas y compartidas (asamblea). El capacitador luego agregará información basada en la bibliografía existente y resumida en los Materiales de Formación. - Tiempo: 45 minutos. - Herramienta: PPT, Videos, Asistencia de Autónomos. - Incluir tiempo para preguntas y discusión.</p>
<p>1.3.</p>	<p><b>Contenidos formativos:</b> Competencias de autoempleo y emprendimiento. El formador introducirá el concepto de Competencia (conocimientos, habilidades y actitudes). <b>ACTIVIDAD 2. Técnica del grupo nominal.</b> En grupos (de 3 a 5 personas), las personas discutirán sobre lo que creen que son las competencias clave para trabajadores autónomos (podemos darles una amplia lista de competencias de las que deben recoger las 5 a 6 competencias clave). Un representante de cada uno de los grupos llevará su selección a la pizarra. Una vez que la selección de competencias está en la pizarra, cada participante, individualmente, asignará 3 puntos a uno más importante para él o ella, 2 puntos para el segundo más importante y 1 para el tercero. Una vez que todos los alumnos han obtenido las competencias, el entrenador cuenta los votos de cada competencia y enumera las 5 competencias más votadas. El objetivo de esta actividad es presentar a los alumnos el concepto de competencia de manera aplicada al autoempleo / emprendimiento, para que al final, más o menos, sepan cuáles son las competencias más importantes que deben adquirirse o desarrollarse desde los puntos del grupo. Luego, el formador agregará información basada en la bibliografía y guiará la determinación del "Perfil de autoempleado". El capacitador explicará a las personas la plantilla de autodiagnóstico diseñada y las personas comenzarán a realizar su propio autodiagnóstico. El entrenador apoyará a las personas durante la actividad. - Tiempo: 75 minutos. - Herramienta: PPT. Cuestionario de autodiagnóstico Incluir tiempo para preguntas y discusión.</p>

1.4.	<p><b>Contenidos formativos:</b>  <b>Plan de Autoempleo y Emprendimiento. Determinación de intereses y metas.</b> Autoevaluación del inventario de resultados. Recursos necesarios y planificación de la acción.</p> <p><b>ACTIVIDAD 3.</b>  El capacitador les preguntará a los alumnos qué contenido incluirán en un plan de acción para preparar una experiencia exitosa de trabajo por cuenta propia. Se recogerán respuestas rápidas.  El capacitador presentará el contenido de un plan de autoempleo y su potencial.  El capacitador les pedirá a los participantes que hagan un primer desarrollo del Plan de autoempleo, sin investigación y reflexión, solo en base a sus primeros pensamientos, sin considerar a SHE.  El instructor explicará a los participantes lo que realizarán durante las próximas actividades de capacitación;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recibirán conocimientos y herramientas para actualizar el Plan de Autoempleo.</li> <li>- Deberán incluir enfoques SHE y Plataformas SHE para potenciarlo.</li> </ul> <p>- Tiempo: 75 minutos.  - Herramienta: ppt. Plan de autoempleo  - Incluir tiempo para preguntas y discusión.</p>
1.5	<p><b>Cierre.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El formador trata de resolver todas las dudas y preguntas posibles.</li> <li>• El formador explica a los alumnos cómo será la próxima sesión de formación online y qué se espera de ellos, y explica de manera específica las actividades que se realizarán en ella.</li> <li>• El formador les pide a los alumnos retroalimentación,</li> <li>• El entrenador convoca a los estudiantes para la próxima sesión de formación F2F.</li> </ul> <p>- Duración: 30 minutos.  - Herramienta: PPT, plataforma de formación electrónica, espacio de trabajo conjunto y formador/mentor.  - Incluir tiempo para preguntas e interacción.</p>

2	<p><b>SESIÓN ONLINE 1 – RECOMENDACIONES, DURACIÓN Y HERRAMIENTAS</b></p>
2.0	<p>El formador ya ha diseñado la sesión en línea y la ha subido a la plataforma de e-Training.  Los participantes deben leer (y descargar, si lo desean), los materiales de capacitación (PPT, documento de Word, lecturas complementarias, etc.) para el Tema 3</p>
2.1	<p><b>Actividad 1.</b>  - Revisión de Planes de Autoempleo; Las primeras versiones de los Planes de autoempleo se subirán a la Plataforma de capacitación y serán revisadas por los participantes (cada alumno revisará 3 Planes de autoempleo y dará comentarios, incluidas propuestas de Plataformas SHE según su propia investigación)  Tiempo estimado: 2 horas</p>

3	<b>SESIÓN ONLINE 2– DIRECTRICES, TIEMPOS Y HERRAMIENTAS</b>
3.0	El formador ya ha diseñado la sesión en línea y la ha subido a la plataforma de e-Training. Los participantes deben leer (y descargar, si lo desean), los materiales de capacitación (PPT, documento de Word, lecturas complementarias, etc.) para el Tema 3
3.1	<b>Actividad 2. Webinar.</b> El capacitador convocará a los participantes a un seminario web. El formador mostrará el Plan de Autoempleo seleccionados en la anterior actividad como "mejorpráctica" y los alumnos preguntarán y discutirán al respecto. Tiempo estimado: 2 horas

3	<b>ENTRENAMIENTO TRANSVERSAL - ESPACIOS DE TRABAJO EN COWORKING Y ENTRENADOR / MENTOR</b>
3.1	Los alumnos tendrán acceso a un espacio de trabajo conjunto durante el curso en las instalaciones de la entidad organizadora de la formación. En estos espacios de trabajo conjunto, trabajarán en las actividades del curso de capacitación y también impulsarán sus planes y actividades de emprendimiento y trabajo por cuenta propia. Las instalaciones tendrán conexión a internet y los participantes del curso de capacitación podrán decidir asistir a las sesiones en línea en estos espacios. Respecto a DETA 3, los alumnos trabajarán en: Actualización de autodiagnóstico: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los alumnos probarán y usarán varias herramientas de autodiagnóstico disponibles proporcionadas por los capacitadores.</li> <li>• Los participantes actualizarán su autodiagnóstico y los presentarán como "cosas para mejorar" en el plan de autoempleo.</li> </ul> Actualización del Plan de Autoempleo: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los participantes se profundizarán y evaluarán qué tipo de entornos y plataformas de SHE podrían encajar mejor con su propio plan de autoempleo.</li> </ul>
3.2	Los alumnos recibirán apoyo a lo largo del curso durante el curso (en línea y/o F2F) de un formador/mentor, quien los ayudará a desarrollar las actividades y tratará de responder las dudas que puedan surgir. El soporte puede ser en línea y/o F2F. El objetivo principal de este formador/mentor es facilitar a los aprendices, no solo lograr los objetivos de la capacitación, sino que también deben apoyar sus planes de emprendedores o de autoempleo. El formador/mentor, proporciona, facilitará una agenda alternativa con eventos de SHE y NFE, foros, programas de televisión, artículos de prensa, etc., para mantener a los alumnos actualizados con todo lo que sucede en torno a los conceptos de SHE y NFE en sus ciudades y en el mundo. El formador/mentor también impulsará el intercambio de conocimientos entre los participantes. Con respecto a DETA 3, el entrenador / mentor, hará un seguimiento de: Sesión 1 online, actividad 1 Sesión 2 online, actividad 2. Compartir conocimientos en el espacio co-virtual e impulsar el foro mediante el envío de preguntas a los alumnos, reflexiones sobre el tema, noticias que él o ella ha encontrado, etc. El Coach/Mentor estará disponible en un horario específico para la verificación y el apoyo a los alumnos