
Programme de Formation

S'initier à l'ordinateur & à la bureautique

Description

Maîtrisez les compétences numériques essentielles pour le monde professionnel. Cette formation couvre les 5 domaines du référentiel européen DigComp : informations et données, communication etc.

Points Forts

Formation complète aux 5 domaines de compétences numériques. Préparation certification DigComp TOSA niveau Opérationnel (551-725 points). Éligible CPF.



Public visé

Toute personne souhaitant développer ses compétences numériques professionnelles et obtenir une certification reconnue. Salariés, demandeurs d'emploi, travailleurs indépendants, agents publics.



Objectifs pédagogiques

Cette formation prépare aux compétences du niveau Opérationnel DigComp (Tosa). À l'issue de la formation, vous serez capable de :

- **Domaine 1 (Informations et données)** : Naviguer, rechercher et filtrer des informations numériques de manière efficace, évaluer la crédibilité des sources, gérer et organiser les données dans des environnements numériques professionnels
- **Domaine 2 (Communication et collaboration)** : Interagir avec autrui via les outils numériques, partager des contenus de manière sécurisée, collaborer efficacement à distance, maîtriser la netiquette et gérer son identité numérique professionnelle
- **Domaine 3 (Création de contenus numériques)** : Créer et modifier des contenus numériques professionnels (documents, présentations, multimédia), comprendre les droits d'auteur et licences, appliquer les bases de la programmation
- **Domaine 4 (Protection et Sécurité)** : Protéger ses appareils et données, comprendre le RGPD et les données privées, appliquer les bonnes pratiques de santé numérique et réduire l'impact environnemental
- **Domaine 5 (Résolution de problèmes)** : Identifier et résoudre des problèmes techniques, adapter les outils numériques à ses besoins professionnels, utiliser les technologies de façon créative, identifier ses lacunes et se former en continu

Organisation

Durée : 28 heures

Mode d'organisation : Mixte

Contenu pédagogique



Description

Programme structuré autour des 5 domaines de compétences DigComp niveau Opérationnel (551-725 points), aligné sur le référentiel européen des compétences numériques.

Module 1 : Fondamentaux de l'informatique et Windows (4h)



Les Fondamentaux

- Clarification des termes techniques (processeur, mémoire, disque dur, Cloud, Wifi, Bluetooth)
- Identification du rôle du système d'exploitation
- Pare-feu, antivirus, cookies : comprendre les bases de la sécurité

Découverte de l'environnement Windows

- Navigation dans l'interface utilisateur (menu Démarrer, vignettes, bureau, barre des tâches)
- Gestion des applications (ouverture, fermeture, passage d'une application à une autre)
- Manipulation des fenêtres (redimensionnement, organisation)
- Personnalisation du bureau (épinglage programmes, arrière-plan)
- Organisation du travail (création dossiers, gestion fichiers : copie, déplacement, renommage, suppression)

Module 2 : Informations et données numériques (3h)

Naviguer, rechercher et filtrer

- Explorer Internet avec navigateurs et moteurs de recherche
- Formuler des requêtes de recherche efficaces (mots-clés, filtres)
- Développer des méthodes de recherche pour besoins professionnels
- Utiliser des options de recherche avancées

Évaluer les données et contenus numériques

- Connaître les critères de fiabilité et pertinence des sources
- Localiser l'origine des données et vérifier leur provenance
- Reconnaître les signes de désinformation et contenu trompeur
- Comparer des informations de plusieurs sources

Gérer les données numériques

- Introduction au Cloud (stockage, travail collaboratif)
- Organiser et stocker les données dans des structures logiques
- Appliquer les bases de la sauvegarde des données
- Utiliser des conventions de nommage efficaces

Module 3 : Communication et collaboration numériques (4h)

Utilisation d'une messagerie professionnelle

- Comprendre les principes de la messagerie électronique (Outlook, Gmail)
- Création et envoi de messages professionnels
- Gestion de la boîte de réception (lecture, réponse, transfert, suppression)
- Annexer des fichiers aux messages

Interagir et collaborer en ligne

- Sélectionner les outils de communication adaptés au contexte professionnel
- Réaliser des interactions courantes : chat, visioconférence, webinaire
- Utilisation des réseaux sociaux en contexte professionnel
- Adapter ses stratégies de communication en fonction du contexte

Partager des contenus numériques

- Utiliser des plateformes de stockage et outils de transferts sécurisés
- Citer les sources d'information dans un document partagé
- Connaître les éléments du droit de la propriété intellectuelle

Nétiquette et identité numérique

- Connaître les règles de la nétiquette pour un usage respectueux du numérique

- Respecter les règles de civilité et le droit des personnes en ligne
- Gérer son identité numérique publique
- Connaître les règles de l'e-réputation

Module 4 : Création de contenus numériques (7h)

Initiation à Microsoft Word

- Saisie de texte et navigation dans un document
- Modification et correction de documents
- Présentation et mise en forme de documents professionnels
- Mise en page et impression
- Intégration de tableaux dans des documents Word

Initiation à Microsoft Excel

- Construction de tableaux (saisie nombres et libellés)
- Ajout de formules de calcul simples
- Application de formats (nombres, dates, texte)
- Enregistrement et impression

Créer du contenu numérique

- Concevoir des contenus textuels sur différents supports (documents, présentations)
- Importer, éditer et modifier des contenus existants
- Choisir le format de diffusion adéquat en fonction du public cible
- Systématiser une mise en forme (utilisation de modèles)

Droits d'auteur et licences

- Organiser des contenus numériques en vue de leur consultation/réutilisation
- Adapter les formats des contenus pour les diffuser
- Identifier du contenu numérique à télécharger légalement
- Appliquer les règles du droit d'auteur et des licences

Bases de la programmation

- Introduction aux concepts de programmation
- Mettre au point et exécuter un programme simple
- Modifier un algorithme simple

Module 5 : Protection et sécurité numériques (3h)

Protéger les appareils numériques

- Identifier les risques numériques et mettre en œuvre des stratégies de protection
- Vérifier l'absence de menace dans un contenu (ouverture, activation, installation)
- Sécuriser ses accès aux environnements numériques
- Vérifier l'identité certifiée associée à un site Internet sécurisé

Protéger les données et informations privées

- Protéger ses données personnelles dans les environnements numériques
- Sécuriser sa navigation en ligne
- Comprendre le RGPD et les données personnelles
- Repérer les traces personnelles laissées lors des utilisations de services en ligne

Santé et bien-être au travail

- Connaître les bonnes pratiques pour protéger son équilibre psychologique
- Droit à la déconnexion numérique
- Éviter les menaces pour sa santé physique (troubles musculo-squelettiques, visuels)

Protéger l'environnement

- Connaître les impacts des technologies numériques sur l'environnement
- Protéger l'environnement des impacts du numérique (éteindre appareils, éviter impressions)
- Optimiser ses actions pour une utilisation durable des technologies

Module 6 : Résolution de problèmes numériques (2h)**Résoudre des problèmes techniques**

- Différencier les problèmes liés à l'utilisation des technologies (erreur humaine, défaillance)
- Suivre une procédure pour identifier l'origine d'un problème technique
- Sélectionner des solutions adaptées
- Entretenir le système d'exploitation et les données

Identifier besoins et solutions numériques

- Configurer son environnement numérique et installer des logiciels
- Organiser ses contenus et ressources dans son environnement numérique
- Sélectionner des outils numériques adaptés aux besoins professionnels
- Personnaliser les environnements numériques selon ses besoins

Utiliser les technologies de façon créative

- Utiliser des outils numériques pour créer des contenus multimédias simples
- Modifier et personnaliser des modèles numériques
- Résoudre des problèmes conceptuels dans les environnements numériques

Identifier ses lacunes en matière de compétences numériques

- Évaluer ses compétences numériques de manière objective
- Connaître les outils de développement de compétences numériques
- Chercher des opportunités de développement personnel (cours en ligne, MOOC)
- Mettre en œuvre un plan d'action pour acquérir de nouvelles compétences

Module 7 : Entraînement spécifique DigComp TOSA (2h)

- Exercices pratiques sur les 5 domaines du référentiel DigComp
- Manipulation des environnements numériques professionnels
- Activités interactives (relier, glisser-déposer, QCM)
- Mises en situation professionnelles
- Test blanc TOSA complet avec analyse détaillée du score niveau Opérationnel (551-725)

Certification : Formation préparant au passage de la certification DigComp (Tosa) - RS6893 niveau Opérationnel. Certification obligatoire en financement CPF et optionnelle pour autres financements.

 Prérequis

Savoir utiliser un clavier et une souris. Avoir déjà utilisé un ordinateur. Test de positionnement obligatoire pour adapter la formation à vos besoins.

**Modalités pédagogiques**

- Formation réalisée en présentiel ou à distance selon la formule retenue
- Exercices concrets et cas pratiques professionnels
- Manipulation d'environnements numériques réels
- Mises en situation rencontrées en entreprise
- Quiz d'évaluation des connaissances



Moyens et supports pédagogiques

- Un poste par stagiaire, vidéoprojecteur
- Documents supports de formation avec énoncés théoriques
- Cas concrets couvrant les 5 domaines de compétences DigComp
- Environnements numériques professionnels (Windows, Office, Cloud, messagerie)
- Partage d'astuces facilitant le travail dans les environnements numériques



Modalités d'évaluation et de suivi

Positionnement en amont de la formation

- Quiz de consolidation des pré-requis pour adapter la formation aux besoins

Suivi « pendant »

- Feuilles de présence
- Exercices pratiques sur les 5 domaines
- Évaluation des acquis en fin de formation
- Formulaires d'évaluation de la formation

Évaluation finale

- Test blanc TOSA complet avec analyse détaillée
- Passage de la certification DigComp (Tosa) en centre agréé

Certification DigComp (Tosa) - RS6893 - Niveau Opérationnel

Test adaptatif évaluant la maîtrise des compétences numériques professionnelles sur les 5 domaines DigComp.

Durée totale : 75 minutes (45 questions niveau Opérationnel)

Format du test :

- Test numérique adaptatif (difficulté s'adapte au niveau)
- Activités interactives (relier, glisser-déposer, cliquer sur zone, listes déroulantes)
- QCM et exercices de mises en situation professionnelles
- Manipulation d'un ou plusieurs logiciels dans leur environnement

Scoring : Score sur 1000 points (méthode IRT - Item Response Theory)

Niveaux évalués :

- < 351 points : Attestation de passage uniquement
- Initial (351-450 points) : Non certifiable
- Basique (451-550 points) : Non certifiable
- Opérationnel (551-725 points - score requis) : Certification obtenue

Score minimum requis : 551 points (Niveau Opérationnel) pour obtenir la certification visée par cette formation.

Résultats : Attestation détaillée avec score par domaine de compétence et certificat DigComp TOSA niveau Opérationnel.

Conditions de passage : En ligne, surveillance en présentiel par un examinateur ou à distance par proctoring sécurisé.

Évaluation à froid

Suivi post-formation : Questionnaire de satisfaction à j+60 mesurant l'impact des compétences acquises en situation professionnelle.