

«Согласовано»

Начальник отдела социальной защиты
Администрации Центрального района


С.Д.Ильина
«  » 2023 года

«Утверждаю»

Директор СПб ГБУСОН

«Комплексный центр социального
обслуживания населения Центрального
района Санкт-Петербурга»

Т.П. Муравьева

«  » 2023 года

ПРОГРАММА

«ОБУЧЕНИЕ ПОЛЬЗОВАНИЮ ИНТЕРНЕТОМ ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА»

Координаторы программы:

Специалист по социальной работе

Блинова Елизавета Александровна

Заведующий социально- досуговым

отделением №2 :

Онищенко Лариса Николаевна

Санкт – Петербург

2023 г

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Общие положения о программе

1.1. Целевая группа _____	стр. 3
1.2. Цели и задачи _____	стр. 3
1.3. Формы проведения работы (в группе и индивидуально) _____	стр. 3
1.4. Структура программы _____	стр. 3

2. Этапы реализации программы

2.1. Общие положения о технологии проведения занятий _____	стр. 4
2.2. Тематический план занятий _____	стр. 4
2.2.1. Урок 1 _____	стр. 4
2.2.2. Урок 2 _____	стр. 5
2.2.3. Урок 3 _____	стр. 6
2.2.4. Урок 4 _____	стр. 7
2.2.5. Урок 5 _____	стр. 7
2.2.6. Урок 6 _____	стр. 8
2.2.7. Урок 7 _____	стр. 8
2.2.8. Урок 8 _____	стр. 9

1. Общие положения о программе

Название программы: «Обучение пользованию интернетом граждан пожилого возраста»

Направление деятельности: обучающее, информационное

1.1. Целевая группа: граждане пожилого возраста

1.2. Цели и задачи:

Вовлечение людей пожилого возраста в мир современных инновационных технологий. Программа направлена на решение актуальной проблемы пожилых жителей Санкт-Петербурга – ликвидации социальной и информационной изоляции и одиночества.

Освоение слушателями многочисленных ресурсов Интернета, получение навыков пользования различными поисковыми системами, знакомство с электронной почтой и создание собственного электронного адреса, общение в социальных сетях, обучение пользованию Порталами государственных услуг, освоение покупок по интернету.

1.3. Формы проведения работы

Занятия проводятся в группе по 4 человек, два раза в неделю, продолжительность занятия 1 час 30 мин.

1.4. Ресурсное обеспечение реализации программы

Компьютерный класс, оборудованный персональными компьютерами, подключенными к сети интернет.

1.5. Структура программы

Программа разделена на 8 тем.

2. Этапы реализации программы

2.1. Общие положения о технологии проведения занятий

Занятия проводятся по адресу: 4-ая Советская, д.6 в специально оборудованном классе, по 1 часу 30 минут для каждой группы (всего 2 группы по 4 человека) два раза в неделю. Занятия состоят из теории и практических упражнений с использованием наглядных пособий, вспомогательных материалов, приспособлений. Знания закрепляются самостоятельными работами, проверяются тестами и контрольными работами.

2.2. Тематический план занятий

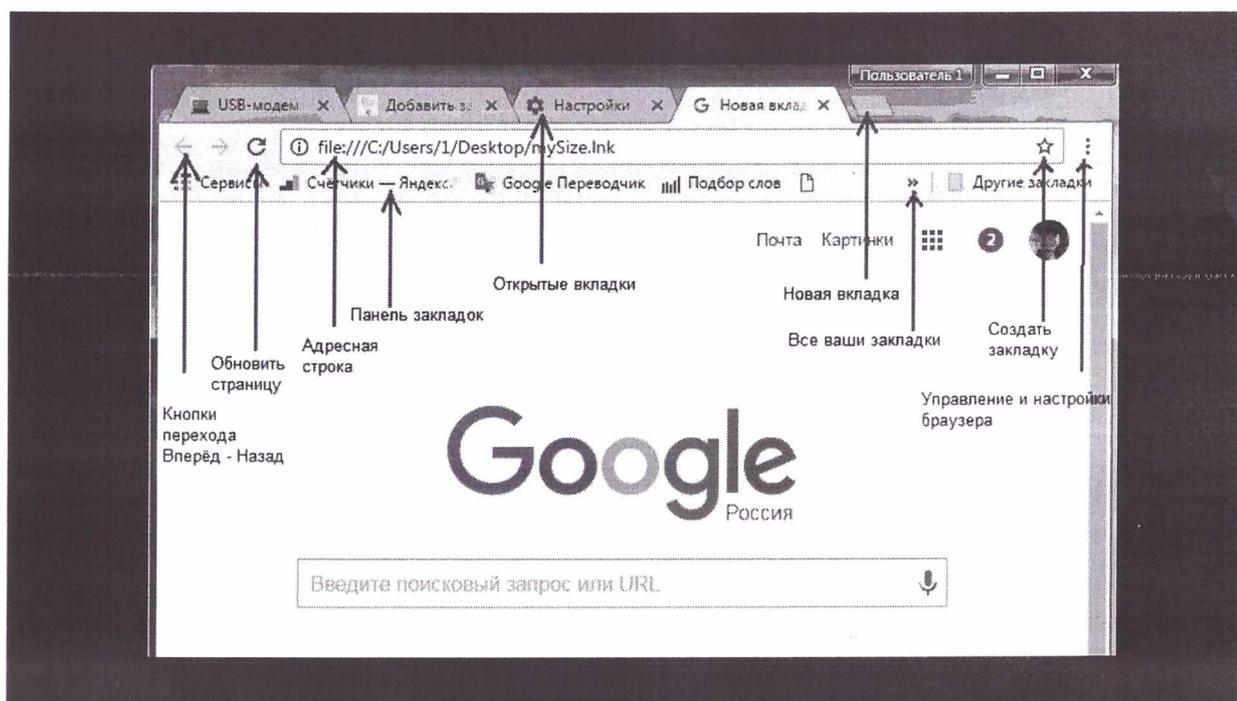
2.2.1. Урок 1

Тема: Знакомство с Internet.

Типы подключения к сети Интернет.

Что такое интернет-браузер. Адресная строка браузера.

Интернет как средство коммуникаций. Сайт, адреса сайтов, сервисы в интернете (покупка билетов на все виды транспорта, покупка товаров, заказ гостиниц, приобретение билетов в кино, театры, музеи и т.д).

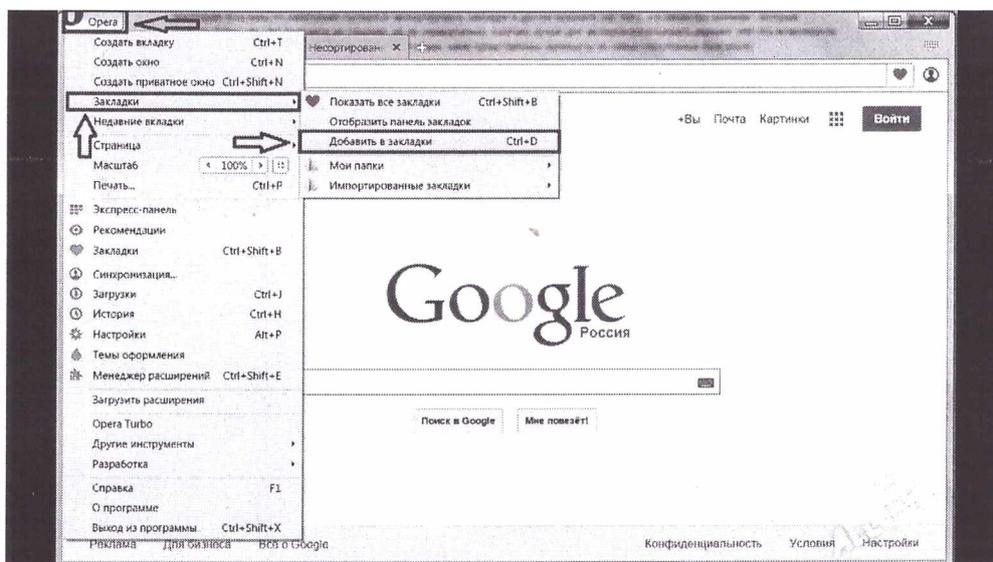


2.2.2. Урок 2

Тема: Правила поиска информации в Internet, открытие и закрытие окон. Создание закладок, избранное

Как поместить страницу сайта в «Закладки». Как скопировать адрес страницы сайта.

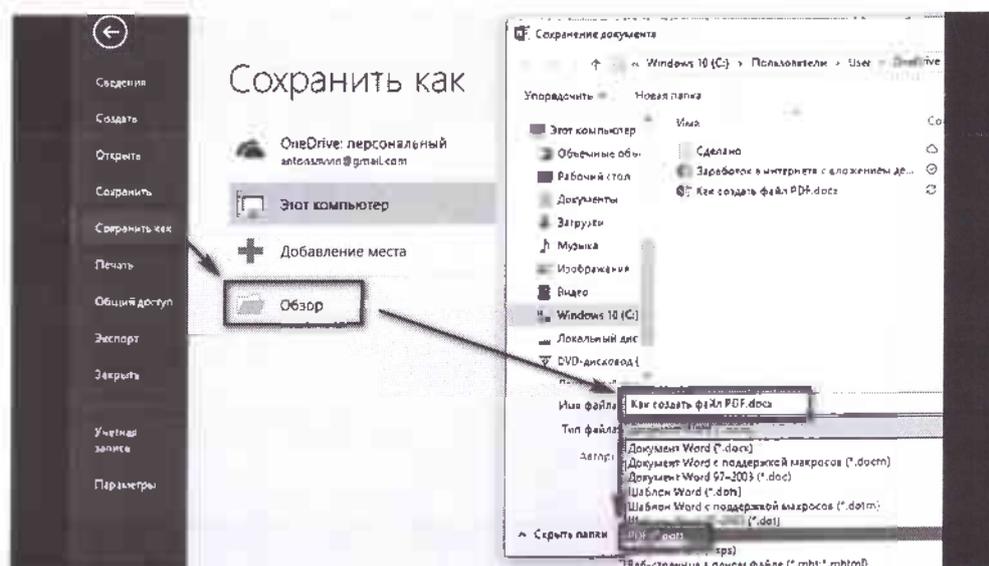
Поиск информации в интернете на любую тему: город найти, лекарство по стоимости в аптеках и др. Поместить страницу сайтов в «Закладки». Скопировать адрес страницы сайта.



2.2.3. Урок 3

Тема: Копирование информации из интернета на компьютер

Копирование и сохранение нужной информации с помощью программы Word и «Сохранить как...»



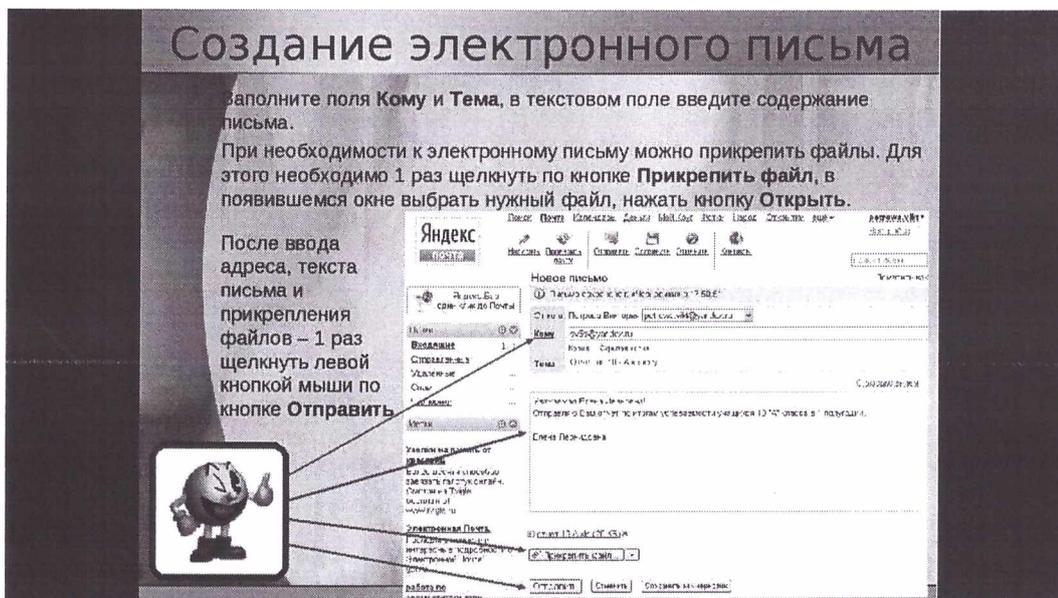
2.2.4. Урок 4

Тема: Регистрация в электронной почте. Получение e-mail адреса.

Создание электронного почтового ящика.

Работа с электронной почтой. Регистрация, вход, создание и удаление писем.

Оформление письма, прикрепление файла (вставка открытки, фотографии, рисунка)

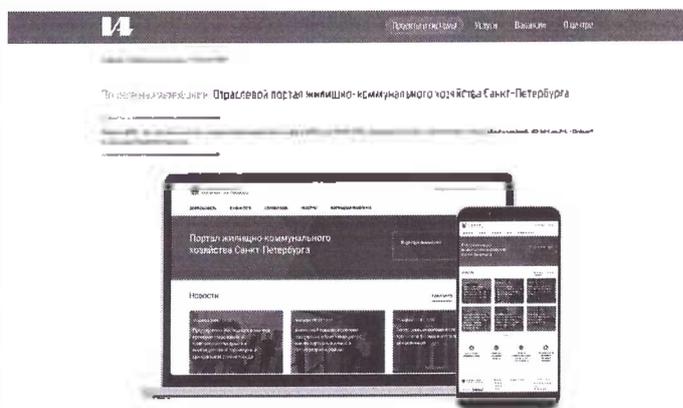


2.2.5. Урок 5

Тема: Портал Госуслуги. Оплата ЖКХ.

Регистрация на портале, изучение сайта.

Оплата ЖКХ при помощи QR-кода и личного кабинета.



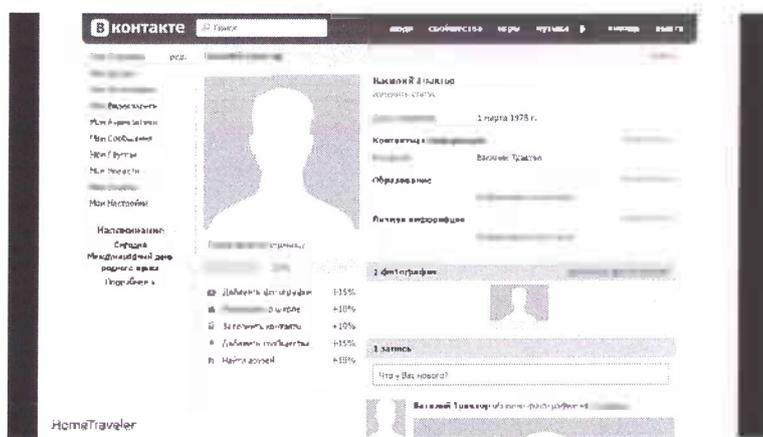
2.2.6. Урок 6

Тема: Регистрация в социальной сети «В Контакте» и сайте «Ютуб»

Регистрация, просмотр ленты новостей, репосты.

Правила поиска друзей, подписка на страницы, написание сообщений и комментариев к постам.

Поиск фильмов и видео на сайте «Ютуб»

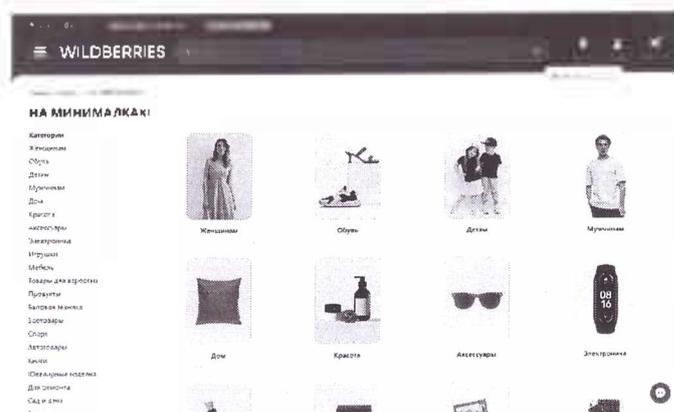
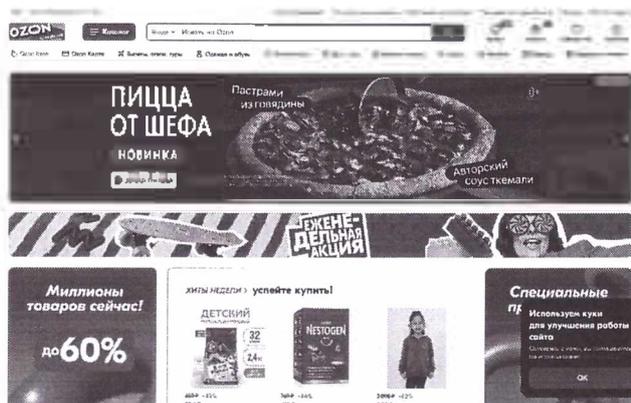


2.2.7. Урок 7

Тема: Покупки в Интернете.

Портал «Авито», Озон, Вайлдберриз. Изучение сайтов, правила интернет-покупок.

Заказ и доставка продуктов и лекарств на дом.



2.2.8. Урок 8

Тема: Интернет-безопасность.

Меры предосторожности в Сети. Безопасность при расчетах в Сети.

«Фейки», мошенничество в Сети



Знакомство с материалами раздела «Осторожно, мошенники» на сайте СПб ГБУСОН «КЦСОН Центрального района» в сети интернет.

<https://kcsон-crspb.ru/ostorogno-moshenniki.html>