

«Согласовано»

Начальник отдела социальной защиты
Администрации
Центрального района

« 03 » сентября 2022 года
С.Д. Ильина



«Утверждаю»

Директор СПб ГБУ

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

« 03 » сентября 2022 года
Т.И. Муравьева



ПРОГРАММА

«КОМПЬЮТЕРНАЯ ГРАМОТНОСТЬ»

Координатор программы:

Культорганизатор

социально-досугового отделения №1

Темирова Инна Эдуардовна

Заведующий отделением:

Краснова Елена Николаевна

Санкт – Петербург

2022 год

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Общие положения о программе	3
1.1.	Целевая группа	3
1.2.	Цели и задачи	3
1.3.	Формы проведения работы	3
1.4.	Структура программы	3
2.	Этапы реализации программы	4
2.1.	Общие положения о технологии проведения занятий	4
2.2.	Тематический план занятий	4
2.2.1.	Урок 1. Введение. Компьютер – что это такое? Составные части и виды компьютеров. Операционная система. Клавиатура. Назначение клавиш.	5
2.2.2.	Урок 2. Окно Windows. Управление окнами. Создание файлов и папок. Работа с файлами и папками	5
2.2.3.	Урок 3. Текстовые редакторы. Работа с документом Word. Работа с файлами и папками	5
2.2.4.	Урок 4. Работа в Интернете. Интернет-провайдеры и браузеры. Поиск информации в Интернете. Сохранение информации на ПК. Возможности браузеров	6
2.2.5.	Урок 5. Безопасная работа в сети Интернет. Электронная почта.	6
2.2.6.	Урок 6. Электронный почтовый ящик. Настройки почтового ящика. Облако. Яндекс-диск	6
2.2.7.	Урок 7. Портал государственных услуг gosuslugi.ru. Портал ГИС ЖКХ dom.gosuslugi.ru. Личный кабинет на сайте	7
2.2.8.	Урок 8. Сайты жилкомсервисов. Личный кабинет на сайте поставщика коммунальных услуг	7
2.2.9.	Финансовая безопасность. Оплата услуг в Интернете. Интернет-магазины	7
2.2.10.	Сайт Пенсионного фонда России – pfr.gov.ru Сайты федеральных органов власти. Полезные сервисы	7
2.2.11.	Программы-мессенджеры. Социальные сети.	7
2.2.12.	Онлайн-библиотеки и онлайн-кинотеатры, все веб-камеры мира.	8
3.	Список литературы	9

1. Общие положения о программе

Название программы: Компьютерная грамотность.

Направление деятельности: обучающее.

1.1. Целевая группа: граждане пожилого возраста.

1.2. Цели и задачи:

Цель - вовлечение людей пожилого возраста в мир современных инновационных технологий. Получение новых возможностей для общения и самореализации. Программа направлена на решение актуальной проблемы пожилых жителей Санкт-Петербурга – социальной и информационной изоляции и одиночества.

Задачи:

1.2.1. Ознакомить слушателей с Компьютером (системный блок, клавиатура, мышь и т.д.).

1.2.2. Ознакомить с файловой системой компьютера, научить создавать файлы и папки.

1.2.3. Научить слушателей работе с текстом.

1.2.4. Освоить работу с электронной почтой.

1.2.5. Освоить базовые навыки при работе с личными кабинетами на сайтах ГИС ЖКХ, Госуслуги, gorod.gov.spb.ru и др. Научиться пользоваться онлайн-кинотеатрами и онлайн-библиотеками.

1.2.6. Ознакомить слушателей с программами-мессенджерами, научить пользоваться социальными сетями.

1.2.7. Ознакомить с сайтами виртуальных путешествий, онлайн-кинотеатрами и библиотеками.

1.3. Формы проведения занятий:

1.3.1. Занятия проводятся в группе из 6 человек

1.4. Структура программы

1.4.1. Курс включает в себя 12 занятий.

1.4.2. Количество занятий - 2 раза в неделю, продолжительность по 2 академических часа.

2. Этапы реализации программы

2.1. Общие положения о технологии проведения занятий

Занятия проводятся на базе компьютерного класса СДО №1. (Приложение 2 – вопросник для слушателей курса; Приложение 3 – Правила). Занятия начинаются в 11:00 и 14:30. В качестве теоретической основы курса используется учебно-методический материал совместного проекта ПАО Ростелеком Пенсионного фонда России «Азбука Интернета». Каждое занятие состоит из теоретической и практической части, слушатели выполняют различные упражнения, им раздается наглядный учебный материал. Для закрепления пройденного материала даются задания для самостоятельной работы. В течение курса задания, выполненные слушателями, отправляются по электронной почте преподавателю, а также используются переносные носители информации для демонстрации домашнего задания. По окончании курса впечатления о прослушанном курсе слушатель может отправить преподавателю в виде сообщения-отзыва по электронной почте.

2.1.1. Знакомство с группой слушателей

- устный опрос (Приложение 1. Вопросник для слушателей курса)

2.1.2. Цифровое неравенство. Цели и задачи учебного курса для лиц пожилого возраста

■ проблема неравенства в информационном обществе. Формирование цели и постановка задач. Знакомство с общим содержанием курса.

2.1.3. Содержание курса

- объем курса, распределение тем по часам. Рекомендация учебной литературы.

2.1.4. Психолого-педагогические аспекты в обучении пожилых людей

- принцип развивающего обучения пожилых людей. Положительный настрой, закрепление мотивации, преодоление страха перед новыми технологиями. Создание комфортного психологического климата,

нивелирование эмоционально-психологической несовместимости в группе, формирование взаимопомощи и уважительных отношений между слушателями. Неформальные коммуникации как средство эмоциональной подпитки и дополнительной мотивации к обучению.

2.2. Тематический план занятий

№ п/п	Тема занятия	Кол-во академических часов		
		всего	В том числе	
			лекционных	практических
1.	Введение. Компьютер – что это такое? Составные части и виды компьютеров. Операционная система. Клавиатура. Назначение клавиш	2	1	1
1.1	Составные части ПК и виды компьютеров. Правила безопасной работы на компьютере. Что такое операционная система? Какие бывают ОС? Меню «Пуск». Программы по умолчанию. Работа с клавиатурой (назначение клавиш, горячие клавиши)			
1.2	Выбор языка. Как работать мышью? Учимся управлять мышью. Что такое курсор? Структура окна. Кнопки управления окном.			
2.	Окно Windows. Управление окнами. Создание файлов и папок. Работа с файлами и папками	2	1	1
2.1	Файлы и папки. Безопасное хранение информации в компьютере. Как создать папку? Как переименовать папку или файл? Копирование и перемещение файла или папки. Копирование и перемещение нескольких файлов или папок. Как удалить файл или папку.			
2.2	Поиск в компьютере нужной информации. Программа-проводник.			
3.	Текстовые редакторы. Работа с документом Word	2	1	1
3.1	Работа в текстовом редакторе Word.			

	Координатные линейки, полосы прокрутки страниц. Создание нового документа. Сохранение текста. Как выделить, скопировать, вырезать или удалить текст.			
3.2	Форматирование текста. Использование разных шрифтов. Смена цвета шрифта. Как распечатать текст. Как выйти из программы Word, сохранив документ			
4.	Работа в Интернете. Интернет-провайдеры и браузеры. Поиск информации в Интернете. Сохранение информации на ПК. Возможности браузеров	2	1	1
4.1	Типы подключения к сети интернет. Как выбрать интернет-провайдера. Что такое интернет-браузер? Адресная строка браузера. Что такое ссылки и гиперссылки?			
4.2	Как поместить страницу сайта в «Закладки». Как скопировать адрес страницы сайта. Как скачать и установить браузер. Браузеры по умолчанию			
5.	Урок 5. Безопасная работа в сети Интернет. Электронная почта	2	1	1
5.1	Откуда появляются вредоносные программы на компьютере? Виды мошенничества в Сети. Закрытая и защищенная информация. Поиск информации в yandex.ru. Как начать поиск? Как правильно сделать поисковый запрос? Описание результатов поиска. Поиск по различным видам материалов. Поиск изображений и фотографий			
5.2	Что еще может поисковый сайт Яндекс. Сохранение информации из интернета на компьютере. Сохранение в компьютере изображения или фотографии из интернета. Сохранение информации на переносных устройствах (флэш-карты)			
6.	Электронный почтовый ящик. Настройки почтового ящика. Облако. Яндекс-диск.	2	1	1
6.1.	Как создать почтовый ящик на сайте mail.ru или yandex.ru Адрес и пароль электронной почты			
6.2.	Как прочитать и написать письмо. Как пользоваться облачным хранилищем и			

	яндекс-дискон. Настройки безопасности			
7.	Портал государственных услуг gosuslugi.ru. Портал ГИС ЖКХ dom.gosuslugi.ru. Личный кабинет на сайте	2	1	1
7.1.	Как зарегистрироваться на сайте госуслуги. Личный кабинет. Регистрация на сайте ГИС ЖКХ.			
7.2.	Как пользоваться сервисами сайта госуслуги			
8.	Сайты жилкомсервисов. Личный кабинет на сайте поставщика коммунальных услуг	2	1	1
8.1.	Поиск информации на сайтах жилкомсервисов. Создание личного кабинета на сайте поставщика коммунальных услуг.			
8.2.	Оплата жилищно-коммунальных услуг на сайтах поставщиков. Безопасная оплата лицевого счета			
9.	Финансовая безопасность. Оплата услуг в интернете. Интернет-магазины. Сайты бесплатных объявлений	2	1	1
9.1.	Защищенные и не защищенные сайты. Безопасное пользование банковской картой при интернет оплате. Сайт Finkult.ru			
9.2.	Регистрация на сайтах интернет-магазинов (OZON, WILDBERRIES и др.). Сайты объявлений AVITO, Юла, Из рук в руки и др.			
10.	Сайты федеральных органов власти. Сайты правительства СПб. Полезные сервисы	2	1	1
10.1	Сайт Правительства РФ, сайт ИФНС, сайт правительства СПб, gorod.gov.spb.ru и др.			
10.2	Сервис Яндекс карты, портал Объясняем РФ, картографические сервисы			
11.	Программы-мессенджеры. Социальные сети	2	1	1
11.1	Знакомство с официальным сайтом Skype. Загрузка программы Skype . Регистрация в Skype . Личные сообщения. Звонки и видео звонки.			
11.2	Что такое социальная сеть? Зачем нужны социальные сети? Примеры социальных сетей. Регистрация в одной из социальных сетей.			

	Настройка личной страницы в социальной сети. Создание фотоальбома и другие возможности социальной сети.			
12.	Онлайн-кинотеатры, онлайн-библиотеки, все веб-камеры мира	2	1	1
12.1	Видеохостинги youtube.com, rutube.ru. Как пользоваться виде плеером в сети Интернет. Как найти и прочитать книгу в интернет-библиотеке			
12.2	Сайт geosam.ru – все веб-камеры мира. Как им пользоваться? Как пользоваться веб-камерами в городах России			
Итого:		24	12	12

3. Список литературы

1. Азбука Интернета.

Учебное пособие для пользователей старшего поколения:

работа на компьютере и в сети Интернет. Базовый курс.

2. Азбука интернета Учебное пособие для пользователей старшего поколения: работа на компьютере и в сети Интернет. Расширенный курс.

Настоящие учебные пособия и методические материалы размещены на сайте www.azbukainterneta.ru

ПАО «Ростелеком»

115172, г. Москва, ул. Гончарная, д. 30

Тел.: +7 499 999 82 83

Факс: +7 499 999 82 22

Сайт: www.rostelecom.ru

Пенсионный фонд Российской Федерации

119991, г. Москва, ул. Шаболовка, д. 4

Тел.: +7 495 985 89 67

Сайт: www.pfrf.ru

3. Лазарева М.Е. (ответственный редактор) «Электронный гражданин Санкт-Петербурга»//учебник; – М : 2019 – 284 стр.

4. Лазарева М.Е. (ответственный редактор) «Электронный гражданин Санкт-Петербурга»//методическое пособие; – М : 2019 – 28 стр.

1. Беляев, «Компьютер для ваших родителей». Издание 3, СПб «БХВ-Петербург», 2011

2. Конюхова М.В., Зимина А.Ю., Учебно-методический материал школы компьютерной грамотности ЦГПБ им. В.В.Маяковского. СПб., 2010.

4. Методическое пособие «Практическая работа в Интернет. Основы» Учебный центр «ОРТ СПб», 2013

5. Методическое пособие «Работа с электронной почтой» Учебный центр «ОРТ СПб», 2013

6. Методическое пособие «Основы работы в программе Skype» Учебный центр «ОРТ СПб», 2013

3. Список литературы

1. Азбука интернета. Учебное пособие для пользователей старшего поколения: работа на компьютере и в сети Интернет. – М.: 2021. – 192 с.: ил.
2. Азбука интернета Учебное пособие для пользователей старшего поколения: работа на компьютере и в сети Интернет. Расширенный курс.

Настоящие учебные пособия и методические материалы размещены на сайте www.azbukainterneta.ru

ПАО «Ростелеком»

115172, г. Москва, ул. Гончарная, д. 30

Тел.: +7 499 999 82 83

Факс: +7 499 999 82 22

Сайт: www.rostelecom.ru

Пенсионный фонд Российской Федерации

119991, г. Москва, ул. Шаболовка, д. 4

Тел.: +7 495 985 89 67

Сайт: www.pfrf.ru

3. Лазарева М.Е. (ответственный редактор) «Электронный гражданин Санкт-Петербурга»//учебник; – М : 2019 – 284 стр.

4. Лазарева М.Е. (ответственный редактор) «Электронный гражданин Санкт-Петербурга»//методическое пособие; – М : 2019 – 28 стр.

1. *Беляев*, «Компьютер для ваших родителей». Издание 3, СПб «БХВ-Петербург», 2011

2. *Конюхова М.В., Зимина А.Ю.*, Учебно-методический материал школы компьютерной грамотности ЦГПБ им. В.В.Маяковского. СПб., 2010.

4. Методическое пособие «Практическая работа в Интернет. Основы» Учебный центр «ОРТ СПб», 2013

5. Методическое пособие «Работа с электронной почтой» Учебный центр «ОРТ СПб», 2013

6. Методическое пособие «Основы работы в программе Skype» Учебный центр «ОРТ СПб», 2013