

Программа занятий

в целях создания условий для укрепления здоровья, увеличения периода активного долголетия и продолжительности здоровой жизни граждан старшего поколения в Тюменской области
по направлению просвещение, получение дополнительных знаний по различным направлениям

Паспорт программы

Название Программы	«Основы компьютерной грамотности» (начальный уровень)
Цели и задачи Программы	Цель: формирование у слушателей компетенций в области цифровой грамотности, позволяющих уверенно использовать современные технологии в повседневной жизни Задачи: • Ознакомить с устройством персонального компьютера и основными принципами работы в операционной системе (ОС). • Сформировать практические навыки работы с офисными программами, интернет-сервисами и электронной почтой. • Обучить правилам безопасной работы в сети Интернет и способам защиты от мошенничества. • Содействовать повышению финансовой грамотности и обучению пользованию порталом «Госуслуги».
Целевая аудитория	Граждане старшего поколения (55+), проживающие на территории Тюменской области, с начальным уровнем владения компьютером или его отсутствием.
Краткое описание Программы	Программа направлена на поэтапное обучение граждан старшего возраста работе на персональном компьютере. Включает изучение устройства ПК, работы с файловой системой, текстовыми редакторами, поиском информации в интернете, электронной почтой, порталом «Госуслуги», а также основами финансовой и цифровой безопасности.
Срок (период) реализации и объем Программы	Трудоемкость программы: 20 академических часов. Режим занятий: 4 академических часа в день (5 календарных дней)
Формат проведения мероприятий Программы	Очная форма обучения, а также очно-заочная форма с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ).
Форма проведения мероприятий Программы	Лекционные занятия, практические работы, тестирование.
Периодичность,	Занятия проводятся ежедневно в течение 5 дней по 4

продолжительность занятий	академических часа (1 академический час = 45 минут).
Приемы, методы, методики, использованные в Программе	• Объяснительно-иллюстративный метод; • Практические упражнения за компьютером (метод индивидуального и группового выполнения заданий); • Метод анализа практических ситуаций (кейсов); • Метод проектов (создание документов, выполнение поиска, оформление заявок на «Госуслугах»); • Метод проблемного обучения.
Рекомендации к уровню подготовки (компетенциям, опыту) специалистов, реализующих мероприятия по Программе	Специалист (преподаватель/тренер) должен иметь высшее или среднее профессиональное образование в области информатики, педагогики или опыт работы в ИТ-сфере не менее 1 года, опыт обучения взрослых пользователей с низким уровнем подготовки и навыки работы в программах различных ОС, офисных пакетах и почтовых сервисах.
Рекомендации (требования) к материально-техническому обеспечению Программы	• Учебный класс с компьютерами (ПК или ноутбуками) на каждого слушателя, подключенными к сети Интернет; • Мультимедийное оборудование (проектор, экран или телевизор) для демонстрации материала; • Программное обеспечение: операционная система (лицензионная или свободно распространяемая), офисный пакет, браузеры для выхода в интернет, антивирусное программное обеспечение. • При дистанционной форме — наличие платформы для вебинаров.
Ожидаемые результаты	Слушатели: • Знают устройство ПК и принципы работы в ОС; • Умеют создавать и редактировать документы, работать с папками и файлами; • Могут самостоятельно искать информацию в сети Интернет; • Владеют навыками работы с электронной почтой и социальными сетями; • Ориентируются в портале «Госуслуги» для получения государственных услуг; • Владеют основами финансовой и цифровой безопасности; • Получают сертификат о прохождении обучения при успешной сдаче итогового тестирования.
Информация о разработке Программы	ГАУ ДО ТО «РИО-Центр»

Тематический план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов/форма обучения (очно/заочно/дистант)		
		Лекция	Практическое занятие	Самостоятельная работа
1.	Цифровая грамотность	0,2 ч.	-	-

2.	Устройство персонального компьютера	0,3 ч.	0,3 ч.	-
3.	Основы работы в ОС	1,1 ч.	3,6 ч.	-
4.	Электронный офис	0,6 ч.	1,9 ч.	-
5.	Основы работы в сети Интернет	0,8 ч.	1,7 ч.	-
6.	Интернет-сервисы	0,5 ч.	1 ч.	-
7.	Общение в сети Интернет	0,5 ч.	2 ч.	-
8.	Основы финансовой грамотности	0,6 ч.	0,9 ч.	-
9.	Противодействие идеологии терроризма в сети Интернет	0,3 ч.	-	-
10.	Электронные государственные и муниципальные услуги	1,1 ч.	1,6 ч.	-
11.	Компьютерная безопасность	0,3 ч.	0,2 ч.	-
12.	Итоговое тестирование	-	-	0,5 ч.
	ИТОГО			

Содержание занятий

Тема 1. Цифровая грамотность. Понятие цифровой грамотности. Цифровые компетенции. (0,2 часа)

Тема 2. Устройство персонального компьютера. Изучение устройства системного блока, периферийных устройств (монитор, клавиатура, мышь, принтер, сканер). Работа с мышью и клавиатурой. (0,6 часа)

Тема 3. Основы работы в ОС. Знакомство с операционной системой. Рабочий стол, панель задач. Библиотеки, Проводник. Файлы, папки, операции с ними. Меню «Пуск», стандартные приложения. Действия при сбоях. Диспетчер задач. (4,7 часа)

Тема 4. Электронный офис. Работа с текстовым редактором (набор, редактирование, форматирование). Обзор табличного редактора и редактора презентаций. (2,5 часа)

Тема 5. Основы работы в сети Интернет. Понятие интернета, способы подключения. Работа с браузерами. Поиск информации: поисковые системы, формулировка запросов, сохранение информации. (2,5 часа)

Тема 6. Интернет-сервисы. Обзор информационных, новостных, развлекательных и образовательных сервисов. Работа с облачными хранилищами. (1,5 часа)

Тема 7. Общение в сети Интернет. Регистрация и работа с электронной почтой. Знакомство с социальными сетями и программами для видеозвонков и обмена сообщениями. (2,5 часа)

Тема 8. Основы финансовой грамотности. Ведение личного бюджета. Интернет-покупки. Основы безопасности и защита от финансового мошенничества. (1,5 часа)

Тема 9. Противодействие идеологии терроризма в сети Интернет. Основные формы пропаганды в интернете. Формирование антитеррористической идеологии. (0,3 часа)

Тема 10. Электронные государственные и муниципальные услуги. Регистрация на портале

Госуслуги. Получение государственных услуг в электронном виде. Обзор иных официальных порталов (СФР, ФНС, Росреестр, ГИС ЖКХ и пр.). (2,7 часа)

Тема 11. Компьютерная безопасность. Виды компьютерных угроз (вирусы, трояны, шпионское ПО). Основы антивирусной защиты. (0,5 часа)

Тема 12. Итоговое тестирование. Проверка знаний и навыков, полученных в ходе обучения. Выдача сертификатов. (0,5 часа)