

**ООО «Березниковский рабочий»  
Учебный центр**

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ООО «Березниковский рабочий»

Пасютин М.А.  
01 сентября 2016 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
– общеразвивающая –  
ПРОГРАММА**

**«Планшет для пенсионеров»**

Уровень образовательной программы: дополнительное образование взрослых.  
Возраст слушателей: 45-85 лет.  
Форма обучения: очная.  
Срок обучения: 20 часов на один курс.  
Документ по окончании: сертификат.

Автор: Вяткина Елена Валерьевна,  
руководитель учебного центра ООО «Березниковский рабочий»

Березники  
2016 г.

## Пояснительная записка

### Актуальность и практическая значимость для слушателей

Компьютерная грамотность нужна любому современному человеку вне зависимости от возраста для эффективного решения личных и общественных задач. Поскольку люди старших возрастных групп, пенсионеры, не имели в свое время возможности получить базовые компьютерные знания в школе или высшем учебном заведении, именно сейчас необходимо предоставлять им возможность приобрести эти знания, обучая базовым навыкам работы с современной компьютерной техникой, закладывая основы с нуля, с тем, чтобы они могли максимально эффективно использовать возможности компьютеров в самых разных сферах жизни: обучение, развлечение, работа, общение и т.д.

На данный момент информационные технологии проникли практически во все сферы человеческой жизнедеятельности. В этой связи готовность к продолжению образования и овладению компьютерной грамотностью дает возможность взрослому человеку адаптироваться в быстро меняющемся мире. Вследствие этого меняются внутренние психологические характеристики личности, стиль мышления, самооценка, способы и содержание общения.

По мнению исследователей, необходимо обеспечить своевременную и адекватную подготовку человека к реальной информационной действительности, помочь овладеть умением ориентироваться в новой обстановке, овладевать новыми знаниями, использовать информационные и компьютерные технологии.

Образовательные потребности может удовлетворить дополнительное образование взрослых компьютерной грамотности. В силу своей гибкости и динамичности дополнительное образование взрослых может успешно восполнять пробелы в компьютерной грамотности человека, обеспечивая адаптацию среднего и старшего поколения в обновляющемся обществе и реализацию задач непрерывного развития личности.

**Актуальность** настоящей дополнительной образовательной программы заключается в том, что потребность к изучению новых технологий у людей старших возрастных групп и пенсионеров, обусловлена стремительным развитием компьютерных технологий, появлению различных видов компьютерных устройств, в том числе планшетных компьютеров, и их применению во многих областях жизни.

**Педагогическая целесообразность** изучения курса «Планшет для пенсионеров» состоит в том, чтобы сформировать у людей старших возрастных групп и пенсионеров новые компетенции, необходимые в обществе, использующем стремительно развивающиеся информационные технологии; позволит обеспечивать динамическое развитие личности; развивать интеллектуальные и творческие способности.

**Целями дополнительной образовательной программы «Планшет для пенсионеров» являются:**

1. Дать слушателям базовые знания, необходимые для эффективной работы с персональным планшетным компьютером, его периферией.
2. Освоить основные приемы работы на планшетном компьютере, в поисковиках, при обмене видео и текстовыми сообщениями в приложениях Скайп и Вибер, освоить регистрацию и работу в электронной почте, в социальных сетях.
3. Помочь стать грамотным пользователем. Научить уверенно обращаться с планшетным компьютером, самостоятельно осуществлять поиск необходимой информации.



### **Задачи:**

- Обучение работе на планшетном компьютере.
- Получение предметных знаний, умений и навыков: знакомство с системой Андроид и приложениями, изучение периферии устройства, режимов работы, применение сим-карты и карты памяти.
- Овладение умениями работать с различными видами информации с помощью планшетного компьютера, организовывать собственную информационную деятельность и планировать ее результаты.
- Выработка навыков эффективного применения интернета в повседневной жизни, при решении индивидуальных и коллективных задач.

**Отличительной особенностью** дополнительной образовательной программы «Планшет для пенсионера» является то, что она построена для слушателей любого начального уровня развития, включая «нулевой». В программе осуществлен тщательный отбор и адаптация материала для формирования необходимых в современном обществе знаний компьютерной техники в соответствии с возрастными особенностями людей старшего возраста и пенсионеров, и уровнем их знаний.

### **Примерная структура занятия:**

1. Организационный момент (1 мин.).
2. Разминка. Короткие логические задачи и задачи на развитие внимания либо проверка домашнего задания (5 мин.).
3. Объяснение нового материала (13 -15 мин.).
4. Физкультминутка – осанка, зрение (2 мин)
5. Работа за планшетом (25 мин).
6. Подведение итогов первой части занятия (2 мин).
7. Перерыв (15 мин)
8. Разминка (5 мин.).
9. Объяснение нового материала (13 - 15 мин.).
10. Физкультминутка – осанка, зрение (2 мин)
11. Работа за планшетом (25 мин).
12. Подведение итогов (2 мин.).

### **Организация учебного процесса**

Для проведения занятий планируется свободный набор в группы несколько раз в течение года. Состав группы постоянный. Количество слушателей в группе – 5 человек. Количество занятий в курсе – 10 занятий. Периодичность занятий – 2 раза в неделю. Режим занятий – 2 часа с перерывом в 15 минут после первых 50 минут.

**Сроки реализации** – программа рассчитана на 20 часов

### **Ожидаемые результаты:**

В результате работы по программе обучающимися должны быть достигнуты следующие результаты:

- познакомиться с назначением основных устройств названиями рабочих частей планшета (рабочий стол, кнопки, разъемы и пр.)
- овладеть элементарными действиями работы с планшетным компьютером (включение, выключение, зарядка, сохранение информации, установка и работа с приложениями.
- владеть способами работы с информацией, заключающимися в передаче, поиске,

обработке, хранении.

- научиться съемке фото- и видеоматериалов в различных режимах, их редактированию, поиску, переносу;
- знать порядок подключения к сети интернет, в электронной почте, в социальных сетях, работе в поисковых системах, освоение их возможностей.
- овладеть умением работы в ресурсах: коммунальные платежи, сайт госуслуг, интернет-магазины; работа по поиску необходимых электронных книг, просмотр видеофайлов, музыкальных файлов.
- знать правила установки необходимых приложений из Плей-маркета, изучить его возможности;

**Обучающиеся должны уметь:** ✓

- вводить текст, исходные данные, используя клавиатуру планшетного компьютера.
- работать с наглядно представленными на экране информационными объектами.
- самостоятельно выполнять все действия, необходимые для работы с файловой системой планшетного компьютера: создание, удаление, восстановление, перемещение и копирование, поиск файлов и папок.
- работать в сети интернет: осуществлять вход, регистрацию, работать с установленными приложениями, в том числе в социальных сетях, на социально-значимых сайтах.
- работать с камерой, знать режимы съемки, осуществлять поиск видео-и фотоматериалов.
- использовать приобретенные знания и умения в рабочей деятельности и повседневной жизни.

**Способами проверки** ожидаемых результатов служат:

- текущий контроль (опрос, проверка заданий на планшетном компьютере)
- индивидуальные и групповые задания.

Система оценивания – безотметочная. Используется только словесная оценка достижений обучающихся.

**Форма подведения итогов** реализации дополнительной образовательной программы «Планшет для пенсионеров» – итоговая практическая, поисково-творческая работа.

**Основное содержание программы:** ✓

#### **Раздел 1. Устройство планшета.**

Техника безопасности в компьютерном классе. Изучение устройства планшета, знакомство с операционной системой Андроид. Изучение периферии (кнопки, разъемы), включение, выключение устройства. Режимы. Сим-карта. Карта памяти. Устройство рабочего стола.

#### **Раздел 2. Работа с фотографиями и видеофайлами.**

Поиск и работа с камерой. Съемка видео и фото. Поиск видео и фото, их редактирование. Режимы съемки. Перенос информации на носители.

#### **Раздел 3. Работа в Интернете и с приложениями.**

Сеть Интернет. Подключение к Интернету. Работа с браузером, скачивание и установка программ. Поиск информации. Плей-маркет. Скачивание и удаление приложений.

#### **Раздел 4. Электронная почта**

Регистрация почты и работа с электронной почтой. Работа с письмами, пересылка информации. Почта Гугл.

#### **Раздел 5. Социальные сети**

Понятие социальных сетей. Изучение и регистрация в социальной сети Одноклассники, ВКонтакте. Работа с приложениями.



## Раздел 6. Мессенджеры

Установка. Регистрация и изучение мессенджеров «Скайп» и «Вайбер», работа с приложениями. Отправка сообщений, файлов, общение.

## Раздел 7. Интернет-ресурсы

Изучение ресурсов по запросу: К врачу, передача показаний коммунальных платежей, интернет-магазины. Поиск и чтение электронных книг, поиск и просмотр кинофильмов, видео- и музыкальных файлов.

### Учебно-тематический план

п/п	Тема	Количество часов	Теория	Практика
1.	Введение. Правила техники безопасности.	1	1	
2.	Знакомство с планшетным компьютером.	2	1	1
3.	Информационные компьютерные технологии	12	4	8
4.	Мультимедийные технологии	4	2	2
5.	Итоговое занятие	1		1
	<b>ВСЕГО</b>	<b>20</b>		

### Результаты изучения курса «Планшет для пенсионеров»:

- выбирать планшетный компьютер, отвечающий задачам, поставленным перед ним пользователем;
- использовать в работе стандартные программы и приложения;
- работать в нескольких приложениях одновременно, осуществлять взаимодействие нескольких окон;
- пользоваться поисковой системой;
- осуществлять поиск информации на компьютере, в сети интернет;
- работать с камерой, знать режимы съемки, осуществлять поиск видео-и фотоматериалов.
- использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни.

### Диагностическая часть

Форма проведения	Срок проведения	Ответственный
• Практическая, поисково-творческая работа (соответствует пройденным темам и приложениям).	Десятое занятие курса	Преподаватель группы

## Методическое обеспечение образовательной программы

№	Тема	Формы занятий	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1.	Введение. Правила техники безопасности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Объяснение</li> <li>• Показ</li> <li>• Практическое закрепление полученных знаний за личным планшетом.</li> <li>Фронтальная работа</li> <li>• Индивидуальная работа</li> </ul>	Компьютерный класс с компьютерами и проектором; Личный планшет обучающегося; Программное обеспечение: Операционная система Андроид;	Тестирование Диагностика Наблюдение
2.	Знакомство с планшетным компьютером.			
3.	Информационные компьютерные технологии			
4	Мультимедийные технологии	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Объяснение</li> <li>• Показ</li> <li>• Практическое закрепление полученных знаний за личным планшетом.</li> <li>• Фронтальная работа</li> <li>• Индивидуальная работа</li> </ul>	Компьютерный класс с компьютерами и проектором; Личный планшет обучающегося; Программное обеспечение: Операционная система Андроид;	Тестирование Диагностика Наблюдение
4.	Итоговое занятие	Практическая, поисково-творческая работа		Выполнение заданий контрольной работы

### Особенности методики учебной работы с людьми старших возрастных групп и пенсионерами

Построение занятий предполагается на основе педагогических технологий активизации деятельности слушателей путем создания проблемных ситуаций, использования разноуровневого и развивающего обучения, индивидуальных и групповых способов обучения.

### Формы обучения

Основной формой обучения по данной программе является учебно-практическая деятельность слушателей. Приоритетными методами её организации служат практические, поисково-творческие работы. Все виды практической деятельности в программе направлены на освоение различных технологий работы с информацией и планшетным компьютером как инструментом обработки информации.

На каждом этапе обучения курса «Планшет для пенсионеров» выбирается такой объект или тема работы для слушателей, который позволяет обеспечивать охват всей совокупности рекомендуемых в программе практических умений и навыков. При этом учитывается



посильность выполнения работы для людей старших возрастных групп и пенсионеров, возможность выполнения работы при имеющейся материально-технической базе обучения.

Большое внимание обращается на обеспечение безопасности труда слушателей при выполнении различных работ, в том числе по соблюдению правил электробезопасности.

### **Формы работы**

Программа предусматривает использование следующих форм работы:

- Фронтальной - подача учебного материала всему коллективу слушателей.
- Индивидуальной – самостоятельная работа с оказанием преподавателем помощи слушателям при возникновении затруднения.

### **Примерный комплекс упражнений для глаз:**

1. Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, затем раскрыть глаза, расслабить мышцы глаз, посмотреть вдаль а счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

2. Посмотреть на переносицу и задержать взгляд на счет 1-4. До усталости глаза не доводить. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1-4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1-6. Аналогичным образом проводятся упражнения с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3-4 раза.

4. Перевести взгляд быстро по диагонали: направо вверх — налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1-6, затем налево вверх — направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Проведение гимнастики для глаз не исключает проведение физкультминутки. Регулярное проведение упражнений для глаз и физкультминуток эффективно снижает зрительное и статическое напряжение.

### **Список литературы:**

#### **• для преподавателя**

1. *Темирязов Н.Н., Финкова М.А., Прокди Р.Г.* Самоучитель по работе на планшете на базе Android. ДМК Пресс, 2015.
2. *Грошев А., Закляков П.* Информатика (издание 2), Литера, 2014.
3. *Давыдов В.В.* Теория развивающего обучения. – М.: Интор, 2001.
4. *Угринович Н.Д., Босова Л.Л., Михайлова Н.И.* Практикум по информатике и информационным технологиям. М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2005.

#### **• для слушателей**

1. *Левин А.* «Компьютер для людей старшего возраста», Питер, 2015.
2. Журнал «МЫШКИ К БОЮ!» - ООО «Березниковский рабочий», 2014 г.