

ПРОГРАММА

Современная реальность - компьютерная грамотность для пенсионеров

Цель программы компьютерной грамотности: обучение лиц старшего возраста компьютерной грамотности для преодоления проблемы включения их в информационную среду; формирование практических навыков работы на современном персональном компьютере.

Задачи:

1. Сформировать у граждан пожилого возраста навыки пользователя обладающего базовыми знаниями ПК через повышение уровня владения персональным компьютером.
2. Повысить социальную активность, устойчивую положительную мотивацию граждан пожилого возраста через приобщение их к информационному пространству.
3. Активизировать саморазвитие через стимуляцию когнитивных способностей граждан пожилого возраста.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЯ КУРСА

<i>№</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Результаты обучения</i>	<i>Кол. часов</i>
<i>1</i>	Знакомство с ОС Windows. Основные приемы работы на компьютере. Развитие навыков работы с клавиатурой и мышью	<i>Будут знать:</i> Основные характеристики ОС Windows. Что такое рабочий стол. Комбинации клавиш. Окна Windows. Настройка системы. <i>Будут уметь:</i> Работать с мышью, клавиатурой, элементами окна, панелей задач и кнопкой «Пуск».	1
<i>2</i>	Эффективная работа с файлами и папками. Проводник.	<i>Будут знать:</i> Понятие «файлы», «папки», «проводник». Методы их использования. Назначение программы Структура окна. <i>Будут уметь:</i> Перемещать документы, используя программу «Проводник». Создавать, переименовывать, копировать, перемещать файлы и папки. Записывать файлы и папки на компакт-диск (CD) и flash-носитель. Удалять, восстанавливать, выделять файлы и папки. Отменять действия с файлами и папками. Использовать ярлыки для быстрого запуска программ	2

		и открытия файлов или папок.	
3	Стандартные программы, работа с окнами прикладных программ. Просмотр графических файлов. Поиск файлов и папок.	<i>Будут знать:</i> Понятие «прикладные программы». <i>Будут уметь:</i> Работать с файлами в прикладных программах: создание документа, его первое сохранение. Открытие файлов для редактирования. Сохранение изменений. Сохранение изменений в виде нового файла под другим именем или в другой папке. Работа с несколькими открытыми файлами. Просмотр графических файлов. Перемещение и копирование информации в прикладных программах. Поиск файлов и папок по имени. Использование дополнительных параметров поиска.	2
4	Архивация файлов. Вирусы. Работа с антивирусными программами.	<i>Будут знать:</i> Антивирусные программы. Программы-архиваторы. <i>Будут уметь:</i> Архивировать файлы. Создавать архивные файлы. Добавлять файлы в архив. Просматривать архивные файлы. Извлекать файлы из архива	1
5	Текстовый редактор. Работа с текстом. Печать документа.	<i>Будут знать:</i> Виды и назначение текстовых редакторов. Функциональные возможности текстового процессора MS Word. Обзор инструментов окна программы. Типы и совместимость файлов в Word. <i>Будут уметь:</i> Настраивать параметры документа. Устанавливать размеры отступов, полей, ориентации, масштаб. Режимы просмотра.	1
6	Форматирование текста. Работа с таблицами.	<i>Будут знать:</i> Понятие форматирования текста. Назначение команд ленты Главная: Шрифт, Абзац. Контекстное меню. <i>Будут уметь:</i> Создавать и редактировать таблицы. Выводить документ на печать. Копировать, вырезать, вставлять текст. Использовать стили.	1

7	Введение в первое путешествие по INTERNET. Как подключиться к INTERNET .	<i>Будут знать:</i> Основные понятия о Всемирной паутине (WWW). Программы просмотра Web-браузер. Адресация ресурсов интернета. Дополнительные возможности. Безопасность работы в сети интернет. <i>Будут уметь:</i> Работать в интернете.	1
8	Электронная почта.	<i>Будут знать:</i> Обзор почтовых служб. Регистрация почтового ящика. Основы работы с электронной почтой. <i>Будут уметь:</i> Работать с электронной почтой.	1
9	Социальные сети.	<i>Будут знать:</i> Обзор социальных сетей. Основы работы в социальных сетях. <i>Будут уметь:</i> Регистрироваться в социальных сетях.	1
10	Программа для общения Skype.	<i>Будут знать:</i> Основы работы в программе Skype. <i>Будут уметь:</i> Регистрация учётной записи Skype. Установка программы Skype.	1

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ЗАНЯТИЙ

С ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ


Наука геронтология на современном этапе предлагает новые, активные формы обучения пожилых людей. Суть активного обучения состоит в том, чтобы мотивировать обучаемых к разнообразной мыслительной и практической деятельности, выявляя индивидуально-значимые мотивы, потребности обучаемых. Тем самым побуждая их творчески ненавязчиво вовлекать в образовательный процесс.

Опытные специалисты в области геронтообразования О. В. Агапова и Т. М. Кононыгина отмечают: «С помощью активных методов можно: мотивировать и активизировать участников; лучше узнать жизненные проблемы и ожидания слушателей; активизировать процессы самоорганизации в группе; создать тёплые дружеские отношения между участниками, уютную атмосферу на занятиях».

Г.П. Щедровицкий также отмечает, что активными методами обучения позволяют «обучающимся за более короткие сроки и с меньшими усилиями овладеть необходимыми знаниями и умениями».

Следует отметить, что активные методы обучения не возможны без создания коллаборативной среды-среды сотрудничества, тесном взаимодействии между обучаемыми и обучающим, личном вкладе каждого участника процесса обучения. По мнению геронтологов, пожилые люди продуктивней получают знания посредством активного совместного поиска, обсуждения, анализа и синтеза информации. Так как в условиях коллаборативного обучения полномочия и ответственность за обучение распределены между всеми членами образовательного процесса.

В настоящее время наиболее распространенными в обучении пожилых людей являются следующие **активные методы обучения**:

 **метод проектов** — форма организации учебного процесса, ориентированная на творческую самореализацию личности пожилого человека.

Проект «Создание ярлычка»

Цель: Обобщая знания по работе в программе Word создавая таблички-ярлычки для емкостей сыпучих продуктов.

Ход проекта:

1. Подбор перечня надписи ярлычка;
2. Создание макета ярлычка на бумаге;
3. Создание макета в Word (шрифт, цвет, рамки).
4. Представление результатов работы.

Проект «Кроссворд- проверь свои знания»

Цель: обучающимся предстоит, используя навыки работы со шрифтами и таблицами, вставку рисунков, символов, автофигур освоить технологию создания кроссвордов.

Ход проекта:

1. Определение темы вопросов для кроссворда;
2. Отбор материала, анализ и составление вопросов с ответами;
3. Создание макета кроссворда на бумаге;
4. Создание кроссворда в программе MS Word.
5. Представление результатов работы.

Проект «Это интересно»

Цель: определение уровня форсированности навыков и умений, необходимых для оформления текста, расширения круга их практического применения.

Ход проекта:

1. Распределение обязанностей в паре-выбор редактора и оформителя;
2. Определение темы мини-газеты;
3. Отбор редактором текстов, а оформителем иллюстраций;
4. Создание макета на бумаге;
5. Реализация макета на ПК
6. Представление проекта.

✚ групповые обсуждения — групповые дискуссии по конкретному вопросу в относительно небольших группах (от 6 до 15 человек);

Дискуссии позволяют обучаемым обмениваться и делиться опытом, идеями, дает возможность учиться друг у друга, контролировать собственный процесс обучения и лучше влиять на него. Данный метод можно применять при изучении тем на любом из этапов занятия: изучение нового, закрепление, повторение.

✚ мозговой штурм — специализированный метод групповой работы, направленный на генерацию новых идей, стимулирующий творческое мышление каждого участника.

Во время мозгового штурма можно свободно обмениваться идеями, дополнить и синтезировать по мере их возникновения.

✚ игровая технология как элемент здоровьесберегающей технологии.

Для сохранения здоровья обучающихся и эффективной работе на занятии необходимо проводить динамические паузы, физминутки и зрительные гимнастики.

Упражнения для глаз не только служат профилактикой нарушения зрения, снятием напряжения у пожилых граждан, но и благоприятны при неврозах, гипертонии, повышенном внутричерепном давлении. Зрительные гимнастики рекомендуется проводить в середине и в конце занятия в течение 1 минуты. Так же для снятия зрительной нагрузки во время работы в тетради и за компьютером рекомендуется при первых симптомах усталости глаз отводить взгляд вдаль на несколько секунд. Для укрепления глазных мышц, снятия усталости глаз очень полезно использовать стереограммы (определение изображения, спрятанного на рисунке).

Игры на переключение внимания. Данный вид игр направлен на снятие чувства усталости, зажатости, поднятие эмоционального фона обучающихся.

Игра «Дождь»

Педагог(ведущий) предлагает обучающимся послушать, как начинается дождь. Для этого нужно повторить все, что он показывает:

1. Все, сидящие, начинают хлопать указательным пальцем правой руки по ладошке левой руки.

2. Затем к указательному пальцу добавляется средний; потом добавляем безымянный палец, а через некоторое время — мизинец.

После этого хлопаем всей ладонью, то есть, аплодируем. Получается следующее: сначала "дождь" начинает капать, затем моросит, потом усиливается и, наконец, идет сильный ливень.

Игра «Слон, тостер, обезьяна»

Обучающиеся стоят в кругу. Педагог(ведущий) неожиданно на кого-нибудь показывает и говорит одно из слов (слон, тостер, обезьяна, скунс, жираф, птица). Игрок, на которого указали, и сосед справа и слева от него должны показать определенные движения. Если кто-то замешкался или сделал не ту фигуру, выбывает из игры или становится водящим.

Фигуры и движения:

- Слон — игрок делает из рук хобот, а соседи — уши к нему.
- Тостер — игрок прыгает на месте, а соседи замыкают его в мини-круг, взявшись за руки.
- Птица — сам игрок делает клюв из рук, а соседи подгибают одну ногу, дальнюю от игрока, и отводят в сторону руку.
- Жираф — этот игрок поднимает обе руки вверх, а его два соседа — справа и слева должны присесть на корточки.

Игра «Как чихает слон?»

Педагог (ведущий) предлагает послушать, как чихает слон.

Для этого зал делится на три части.

Правая часть говорит: "Хрящики!"; середина — "Ящички!"; левая часть — "Потащили!".

Ведущий поочередно взмахивает руками, указывая на ту или иную часть зала, а участники игры произносят слова. Когда ведущий поднимает обе руки вверх, каждая часть зала кричит свое слово, и получается такой звук, словно чихает слон.

✚ **баскет-метод** — метод обучения на основе имитации ситуаций. Например, обучаемому предлагают выступить в роли экскурсовода по музею компьютерной техники. В материалах для подготовки он получает всю необходимую информацию об экспонатах, представленных в зале;

✚ **обучение с использованием компьютерных обучающих программ;**

✚ **анализ практических ситуаций (case-study)** — метод обучения навыкам принятия решений; его целью является научить анализировать информацию, выявлять ключевые проблемы, генерировать альтернативные пути решения, оценивать их, выбирать оптимальное решение и формировать программы действий.

Использование нестандартных форм и методов – одно из важных средств обучения граждан пожилого возраста, так как данные формы и методы активизируют познавательную активность пожилых людей, формируют устойчивую мотивацию к обучению, снимают напряжение, скованность, развивают способности к самостоятельному обучению. Занятия, построенные нетрадиционно помогут не только сформировать прочные, глубокие знания, но и оказать глубокое эмоциональное воздействие на пожилых, создавая ощущение успеха у обучаемых.

Особое внимание следует уделить «учебному климату». «Пожилые ученики» однозначно не учащиеся школ, поэтому занятия, проводимые с ними, должны иметь соответствующий характер. Нужно позволять нашим ученикам свободно «бурлить», сидеть свободно и непринуждённо, мертвая тишина не допустима. Следует уделить большое внимание дифференциации, тем самым поднимая авторитет даже самого «слабого ученика». Необходимо преодолеть стереотипность в обучении, сделать урок радостным и интересным. Эмоциональный настрой можно поддерживать следующими приемами: «круг радости», «горячий мяч» – это способствует созданию благоприятной и доброжелательной атмосферы, способствующей лучшему восприятию, настрою на работу и готовность вершить.

В результате обучения компьютерной грамотности получатели услуг овладеют компьютерными технологиями, смогут работать в сети Интернет, что будет способствовать формированию среды общения, созданию полноценную и достойную жизнь пожилых людей.