

**Областное государственное бюджетное учреждение  
«МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЦЕНТР РЕАБИЛИТАЦИИ»**

Принята на заседании  
методического совета  
протокол от 08 июля 2024 года № 2

Утверждаю  
Директор ОГБУ «Многопрофильный  
центр реабилитации»  
Тужилова М.Б.



Приказ от 08.07.2024 г. № 27

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Со смартфоном на Ты»**

**НАПРАВЛЕННОСТЬ: ТЕХНИЧЕСКАЯ**

Уровень: начальный  
Возраст обучающихся: граждане пожилого возраста  
Срок реализации: 12 часов

Михайлова О.В.  
педагог дополнительного образования  
ОГБУ «Многопрофильный  
центр реабилитации»

г. Белгород  
2024 год

# Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематический план. Содержание программного материала.....	6
3. Календарный учебный график.....	7
4. Рабочая программа. Содержание программного материала. ....	8
5.Условия реализации программы. Материально-техническое обеспечение. Информационное обеспечение. Кадровое обеспечение	12
6.Оценочные материалы. Система текущего контроля и итоговой аттестации обучающихся. .....	13
7. Методические материалы.....	14
8. Список литературы .....	16
9. Приложение 1 .....	18

## ПОЯНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### ***Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ***

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Письмо Минобрнауки России №09-3242 от 18.11.2015 года «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые);
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования».

***Направленность программы*** – техническая.

***Вид программы*** – модифицированная программа создана на основе нескольких программ.

### ***Актуальность программы***

С развитием цифровых технологий нам на сегодняшний день необходимо уделить особое внимание в просвещении граждан пожилого возраста мобильной грамотности, поскольку они обладают слабыми навыками владения смартфоном и сопутствующими информационными ресурсами.

Активное использование смартфона позволит пожилому человеку открыть для себя новые форматы общения с близкими людьми, родственниками, а также будет способствовать получению актуальной информации из новостного потока. Информационные ресурсы программы позволят начинающим пользователям современных гаджетов узнать о

возможности полезных функций их устройств и полноценно использовать их в повседневной жизни.

В процессе изучения граждане пожилого возраста познакомятся с особенностями работы смартфонов, мобильных приложений и встроенных программ. Особое внимание в программе курса уделено пошаговому разбору использования полезных ресурсов сети Интернет. Более того, взаимодействие со смартфоном принесет положительный эффект здоровью пожилых граждан, по средствам развития мелкой моторики и концентрации внимания.

Таким образом, мы считаем, что внедрение данной программы в реабилитационный процесс на базе ОГБУ «Многопрофильный центр реабилитации» поможет гражданам пожилого возраста адаптироваться в мире цифровых технологий и улучшить качество жизни посредством полезных мобильных программ и функций.

#### **Отличительные особенности программы, новизна.**

К отличительным особенностям программы можно отнести то, что она создана для граждан пожилого возраста не имеющих какого-либо опыта использования смартфона. То есть обучение начинается с освоения самых простейших функций телефона и особенно подойдет начинающему пользователю. Программа сочетает в себе достаточно объемную содержательную и теоретическую базу, которая грамотно сопоставлена с практическим блоком занятий. Теоретический блок занятий представлен в виде презентаций с наглядным материалом, а также подробно расписан алгоритм действий, что значительно упрощает усвоение материала.

#### **Адресат программы.**

Программа адресована пожилым гражданам от 55 до 75 лет. Данная программа будет особенно интересна и полезна гражданам, у которых отсутствуют базовые навыки использования смартфона и его возможностей.

#### **Объём и срок освоения программы.**

Объем программы – 12 часов.

Программа рассчитана на обучение в группе, сформированной из граждан пожилого возраста, которые являются получателями услуг ОГБУ «Многопрофильный центр реабилитации».

**Форма обучения.**

Данная программа будет реализована в очной форме.

**Уровень программы.**

Уровень программы – начальный. Освоение программного материала предполагает получение пожилыми гражданами первоначальных знаний, которые необходимы для активного использования смартфона. Данная программа знакомит обучающихся с основными функциями и принципами работы смартфона, а также возможностями глобальной информационной сети Интернет. Пожилые граждане изучат виды интернет мошенничества, механизмы защиты от нападения. Обучающиеся также познакомятся с алгоритмами использования социально-полезных приложений и мессенджеров.

**Особенности организации образовательного процесса.**

Обучение рекомендуется проводить в помещении, оборудованном местами для 4 обучающихся и 1 местом педагога, проектором и экраном или интерактивной доской для коллективной работы с учебными материалами. Должен быть обеспечен доступ в Интернет.

Занятия проводятся в формате учебных групп.

Состав группы переменный.

**Режим занятий**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

**Цель:** повысить уровень знаний и умений работы со смартфонами у граждан пожилого возраста для дальнейшего использования полученных знаний в повседневной жизни.

**Задачи:**

- изучить основные и дополнительные функциональные возможности смартфона;

- сформировать навыки работы с коммуникативными и мультимедийными возможностями смартфона;
- познакомиться с сетью Интернет;
- изучить основные мобильные приложения, их функциональные возможности и применение.

### **Учебно-тематический план. Содержание программного материала**

№	Тема занятия	Часы	
		Лекции	Практические
1.	Знакомство с основными функциональными возможностями смартфона	1	1
2.	Мобильная сеть и беспроводное соединение Wi-Fi	1	1
3.	Социальные сети «VK» и «Одноклассники» и мессенджеры «Telegram», «WhatsApp», «Viber»	1	1
4.	Онлайн-сервисы «Госуслуги» и «СберБанк»	1	1
5.	Приложения для поездок и карты «Яндекс.Такси», «Uber» и «2ГИС»	1	1
6.	Интернет-сервисы для онлайн-покупок «Ozon», «Wildberries», «Еаптека»	1	1
	<b>Итого 12 часов</b>	6	6

#### **Планируемые результаты**

Обучающийся должен овладеть:

- базовыми принципами работы со смартфоном;
- основными принципами работы глобальной информационной сети Интернет, браузерами;
- навыками общения с помощью средств сетевых коммуникаций и социальных сервисов, использования

электронной почты (писать, отправлять и получать электронные письма);

- особенностями и принципами функционирования приложений.

### Календарный учебный график

<b>Наименование (номер группы)</b>	<b>сроки реализации, кол-во учебных недель</b>	<b>всего часов</b>	<b>кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)</b>
группа №1	3	12	2 раза в неделю по 45 мин. 15 мин. перерыв
группа №2	3	12	2 раза в неделю по 45 мин. 15 мин. перерыв

## Рабочая программа. Содержание программного материала

### Занятие № 1

Лекция: Входное тестирование. Знакомство с программой обучения. Изучение основных функций мобильного телефона. Мобильное мошенничество.

*Изучение виджетов «Телефон» и «Сообщения». Изучение виджетов «Камера» и «Галерея».*

#### Практика:

1. Изучить основные разделы в настройках телефона (уведомления и звук, дисплей, экран блокировки, память телефона)
2. Изучить функции шторки-уведомлений
3. Работа с телефонной книгой и SMS-сообщениями (журнал вызовов, создание нового контакта)
4. Работа с камерой и галереей

### Занятие № 2

Лекция: Мобильная сеть и беспроводное соединение Wi-Fi. Подключение и передача файлов через модуль Bluetooth.

*Изучение возможностей подключения к сети Интернет «Мобильная сеть», «Wi-Fi» и «Bluetooth».*

#### Практика:

1. Выход в интернет через оператора мобильной связи.
2. Подключение к интернету через беспроводное соединение Wi-Fi.
3. Изучение модуля «Bluetooth»
4. Осуществить поиск сайта «Многопрофильный центр реабилитации».
5. Осуществить поиск новостей города Белгорода и прогноза погоды.
6. Скачать понравившуюся картинку на смартфон.

*Создание электронной почты, изучение магазина приложений «Play Market», установка приложений.*

#### Практика:



1. Создать аккаунт в Яндекс.Почта.
2. Создать аккаунт в Google почта.
3. Зайти в приложение Google Play и авторизоваться.
4. Знакомство с каталогом приложений (информационные, для здоровья, для общения и т.д.)
5. Выбрать и установить нужное приложение на выбор.

### Занятие № 3

Лекция: Мессенджер и социальные сети. Виды и форматы социальных сервисов для общения. Регистрация. Изучение интерфейса приложений.

*Установка мессенджеров «Telegram», «WhatsApp», «Viber». Установка социальных сетей «VK» и «Одноклассники».*

#### Практика:

1. Установить приложение мессенджеров на выбор «Telegram», «WhatsApp», «Viber.
2. Зарегистрироваться в приложении, добавить информацию о пользователе, установить фотографию профиля.
3. Изучить особенности оформления мессенджеров.
4. Работа в мессенджерах (отправка сообщений и голосовых сообщений, осуществить видео/аудио звонок, отправка медиафайлов).
5. Очистить кэш в мессенджерах.

#### Практика:

1. Установить приложение социальных сетей «VK» и «Одноклассники».
2. Зарегистрироваться в приложении, добавить информацию о пользователе, установить фотографию профиля.
3. Изучить особенности оформления социальных сетей.
4. Работа в приложении социальные сети (отправка сообщений и голосовых сообщений, осуществить видео/аудио звонок, отправка медиафайлов).
5. Добавить в друзья нескольких человек.
6. Подписаться на сообщество «Многопрофильный центр реабилитации».

### Занятие № 4

Лекция: Онлайн-сервисы «Госуслуги» и «СберБанк». Изучение основных функциональных возможностей.

*Изучение и работа в онлайн-сервисе государственных услуг. Изучение и работа в приложении мобильного банка «Сбербанк».*

Практика:

1. Скачать приложение «ГосУслуги».
2. Зарегистрироваться и заполнить информацию в профиле.
3. Подтверждение профиля на «Госуслугах» через МФЦ или в приложении мобильного банка «Сбербанк».
4. Знакомство и работа с интерфейсом онлайн-сервиса «Госуслуги» (профиль, уведомления, услуги, документы, заявления, платежи).
5. Сделать интересующий запрос в онлайн-сервисе «Госуслуги» (например, заказать выписку из ИЛС, заказать справку о размере пенсии, записаться к врачу).
6. Работа с QR-кодами.

Практика:

1. Установить приложение «Сбербанк». Пройти регистрацию.
2. Совершение операций в приложении «Сбербанк» (например, посмотреть баланс карты, перевод денег, оплата сотовой связи и других услуг, оплата ЖКХ).

Занятие № 5

Лекция: Приложения такси «Яндекс.Такси», «Uber». Интернет справочник, совмещенный с картой города «2ГИС». Изучение основных функциональных возможностей.

*Знакомство с основными приложениями такси «Яндекс.Такси», «Uber». Изучение интернет справочника, совмещенный с картой города 2ГИС.*

Практика:

1. Установить приложение «Яндекс.Такси», пройти регистрацию, заполнить профиль.
2. Изучение составления маршрута.
3. Изучение способа оплаты (по карте/наличный расчет)

Практика:

1. Установить приложение «2ГИС».
2. Изучение навигации.
3. Осуществить поиск адресов и компаний в 2ГИС, в том числе с помощью голосового ввода.
4. Построить маршрут.

## 5. Отслеживание общественного транспорта.

### Занятие № 5

Лекция: Приложения для совершения онлайн-покупок «Ozon», «Wildberries», «Еаптека».

*Скачивание, регистрация, изучение основных функций онлайн сервисов «Ozon», «Wildberries», «Еаптека».*

#### Практика:

1. Установить приложение «Wildberries».
2. Пройти регистрацию, заполнить профиль.
3. Изучение разделов и строки поиска.
4. Добавление товаров в корзину/отложенные.
5. Изучение адреса доставки и способа оплаты.

#### Практика:

6. Установить приложение «Ozon».
7. Пройти регистрацию, заполнить профиль.
8. Изучение разделов и строки поиска.
9. Добавление товаров в корзину/отложенные.
10. Изучение адреса доставки и способа оплаты.

#### Практика:

1. Установить приложение «Еаптека»
2. Пройти регистрацию, заполнить профиль.
3. Выбрать товар и добавить его в корзину.
4. Выбрать ближайший пункт выдачи товара.

Итоговое тестирование.

## **Условия реализации программы**

Учебное помещение, в котором будут проходить занятия полностью соответствует требованиям санитарных норм и правил, установленных СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 (с изменениями).

### **Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы помещение должно быть оборудовано посадочными местами, проектором (смарт-телевизором) для трансляции теоретического материала. Также необходимо подключение используемой техники к сети Интернет.

### **Информационное обеспечение**

Для успешной реализации программы необходимо использование рабочей программы, календарного учебного плана, а также информационных технологий, приложений и программ.

### **Кадровое обеспечение**

Программа будет реализована при участии педагога дополнительного образования.

## **Оценочные материалы. Система текущего контроля и итоговой аттестации обучающихся.**

По итогам освоения теоретического материала каждой темы, обучающиеся выполняют практическое задание.

По окончании обучения пожилые граждане будут проходить итоговое тестирование, которое позволит оценить качество и объем полученных знаний и умений (Приложение 1).

По итогам освоения программы обучающимся выдается документ об обучении: сертификат об обучении.

## Методические материалы

Образовательная деятельность включает в себя различные методы обучения:

- репродуктивный (воспроизводящий);
- иллюстративный (метод наглядности, метод словесной наглядности – объяснение сопровождается демонстрацией наглядного материала);
- проблемный (метод сравнения, исследовательские методы – преподаватель ставит проблему и вместе с обучающимися ищет пути ее решения);
- эвристический (метод проектов, модельный метод – проблема формулируется обучающимися, ими и предлагается способы ее решения).

Основной формой работы по программе являются лекционные и практические занятия.

Теоретическая часть дается в форме бесед, лекций, эвристических бесед с просмотром иллюстрированного материала и подкрепляется практическим освоением темы. В конце каждого занятия подводятся итоги с оценкой деятельности. Положительная оценка работы является важным стимулом. Можно и необходимо отметить и недостатки, но похвала должна завершать оценку.

Программные материалы подобраны так, чтобы поддерживался постоянный интерес к занятиям.

Формы выявления, фиксации и предъявления результатов.

Занятия не предполагают отметочного контроля знаний, поэтому целесообразнее применять различные критерии для выявления, фиксации и предъявления результатов освоения программы:

- текущая оценка, достигнутого результата;
- оценка законченной работы;
- контрольные занятия;
- анализ выполнения программы.

Уровень усвоения материала выявляется в беседах, выполнении практических заданий, применении полученных на занятиях знаний. В течение всего периода обучения преподаватель ведет индивидуальное наблюдение за развитием каждого обучающегося.

## Список литературы

1. Азбука Интернета. Учебное пособие для пользователей старшего поколения: работа на компьютере и в сети Интернет. – М.: 2014. – 120 с.:ил.
2. Гайдамакин Н.А. Автоматизированные информационные системы, базы и банки данных. Вводный курс: Учебное пособие / Н.А. Гайдамакин. – М.: Гелиос АРВ, 2002. – 368 с., ил.
3. Жуков И. Компьютер. Простой курс / И.Жуков. – М.: Астрель, 2011
4. Колмыкова Е.А. Информатика: учебное пособие для студентов средних профессиональных учебных заведений / Е.А. Колмыкова, И.А. Кумскова. – ИЦ «Академия», 2010.
5. Компьютерная грамотность: Учебно-методическое пособие для преподавателей. – Екатеринбург: ИД «Ажур», 2011. – 84 с.
6. Кузнецов А.А. Информатика, тестовые задания / А.А. Кузнецов. – М., 2011.
7. Макарова Н.В. Информатика: Практикум по технологии работы на компьютере/ Н.В. Макарова. – М.: Финансы и статистика, 2003. – 256 с.: ил.
8. Михеева Е.В. Практикум по информатике / Е,В. Михеева. – М., 2011.
9. Михеева Е.В. Информатика: учебник / Е.В. Михеева, О.И. Титова. – М., 2005.
10. Практикум по информатике и информационным технологиям. Учебное пособие для общеобразовательных учреждений/Н.Д. Угринович, Л.Л. Босова, Н.И. Михайлова. – 3-е изд. – М. БИНОМ. Лаборатория знаний, 2010. – 394 с.: ил.
11. Селина Н.Н. Персональный компьютер. Просто как дважды два / Н.Н. Селина. – М.: Изд-во Эксмо, 2006. – 256 с., ил.



12. Семакин И.Г. Информатика и ИКТ. Базовый уровень. / И.Г. Семакин, Е.К. Хеннер. – 5-е изд. – М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2009. – 246 с.: ил.
13. Семакин И.Г. и др. Информатика. Структурированный конспект базового курса / И.Г. Семакин. – М., 2004.
14. Таненбаум О. Архитектура компьютера / О. Таненбаум. – СПб: Питер, 2013. – 816 с.
15. Титоренко Г.А. Автоматизированные информационные технологии в экономике: Учебник / Г.А. Титоренко. – М.: ЮНИТИ, 2009.
16. Тронин Ю.Н. Информационные системы и технологии в бизнесе / Ю.Н. Титоренко. – М.: Издательство «Альфа-Пресс». 2005. – 240 с.
17. Семакин И.Г., Хеннер Е.К. Информатика. Задачник-практикум / И.Г. Семакин, Е.К. Хеннер. – М., 2002.
18. Угринович Н.Д. Информатика и информационные технологии. Учебник / Н.Д. Угринович. – М., 2002.
19. Хеннер Е.К. Основы компьютерной грамотности: Базовый учебный курс / Хеннер Е.К. – М.: Изд. дом «Обучение-Сервис», 2010.
20. Холмогоров В. Персональный компьютер: Лучший самоучитель / В. Холмогоров. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2007. – 256 с.
21. Азбука интернета. Электронный ресурс. Режим доступа: <https://azbukainterneta.ru/schoolbook/extended/module12/part1/>

**Итоговый тест**  
(Выберите 1 вариант ответа)

**1. Что нужно сделать, чтобы совершить исходящий звонок на мобильном телефоне?**

1	Зайти в настройки телефона и выбрать подходящее действие
2	Зайти в телефонную книгу и выбрать подходящее действие
3	Зайти в сеть «Интернет»

**2. Что такое Интернет-браузер?**

1	Поисковая система
2	Программа для скачивания файлов
3	Программа для просмотра веб-сайтов в сети Интернет

**3. Для чего нужно приложение «Галерея» в мобильном телефоне?**

1	Для просмотра новостей в сети «Интернет»
2	Для просмотра сделанных Вами фото и видеофайлов
3	Для общения

**4. Как сделать скриншот экрана на Android?**

1	Нажать одновременно кнопки «Питание» и «Уменьшение громкости»
2	Нужно нажать пальцем в центр экрана и удерживать несколько секунд
3	Никак

**5. Через какой модуль можно передать файлы, не имея доступа в Интернет?**

1	Bluetooth
2	Модем
3	Wi-Fi

**6. Какие два основных компонента необходимы для регистрации в приложении?**

---

**7. Как верно скачать нужное Вам приложение?**

1	Через поисковую строку в браузере
---	-----------------------------------

2	Через Google Play/ Play Маркет
3	Через WhatsApp

**8. Отметьте интернет-ресурсы, которые являются социальными сетями?**

1	Одноклассники
2	Википедия
3	Яндекс

**9. Что такое мессенджер?**

1	Специальная программа для телефона, которая позволяет оперативно обмениваться сообщениями, звонить и даже общаться по видеосвязи через интернет
2	Программное обеспечение для просмотра страниц, содержания веб-документов, файлов и их каталогов
3	Стандарт беспроводной технологии ближнего действия, который используется для обмена данными между стационарными и мобильными устройствами на коротких расстояниях

**10. Что нужно для того, чтобы оплатить покупку или услугу через интернет?**

1	Привязать банковскую карту к нужному приложению
2	Скачать приложение
3	Оплатить через электронную почту

**11. Напишите алгоритм действий, чтобы совершить покупку в приложении Wildberries/Ozon.**

---



---



---

**12. Напишите алгоритм действий, чтобы построить маршрут в приложении Яндекс.Такси/Uber.**

---



---



---

**13. Для чего предназначен Единый портал государственных и муниципальных услуг?**

1	Оформления пропуска в административные здания
2	Получения государственных и муниципальных услуг в электронном виде

3	Получения сведений о государственных и муниципальных учреждениях
---	--

**14. Оцените Ваше обучение от 1 до 10, где 1 – самая низкая оценка, 10 – самая высокая оценка.**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**15. Посоветовали бы Вы своим знакомым обучение мобильной грамотности?**

1	Да
2	Нет

**16. Напишите Ваши пожелания об обучении мобильной грамотности.**

--