

Департамент информатизации Тюменской области
Государственное автономное учреждение дополнительного образования
Тюменской области
«Региональный информационно-образовательный центр»

СОГЛАСОВАНО

Директор
Департамента информатизации
Тюменской области


_____ С.И. Логинов
« 14 » _____ 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
ГАУ ДО ТО «РИО-Центр»


_____ О.А. Кононенко
« 18 » _____ 2025 г.

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА
«Основы компьютерной грамотности»
(для слепых и слабовидящих пользователей)
начальный уровень

Программа разработана в соответствии с Программой повышения
цифровой грамотности «Расширяя горизонты»

Трудоемкость программы – 32 академических часа

Форма обучения – очная

Режим занятий – 4 академических часа в день

Начальные навыки - нет

Программа предназначена для обучения слепых и слабовидящих пользователей основам цифровой грамотности.

Цель обучения: сформировать у слушателей способность применять компьютер в профессиональной и социально-бытовой сфере; умение использовать возможности сети интернет (поиск информации, общение, получение государственных электронных услуг), а также способность обеспечить информационную безопасность при работе с компьютером и в Интернете.

Реализация учебной программы возможна в формате очного обучения. Слушатели посещают аудиторные занятия, прослушивают лекции и выполняют практические задания по темам совместно с тренером и самостоятельно в рамках аудиторной работы.

Промежуточная оценка качества освоения программы осуществляется путем устного опроса в ходе занятий. Итоговая оценка осуществляется в виде итогового зачета. По окончании обучения слушателям выдается сертификат о прохождении курса.

В результате освоения данной программы слушатели приобретут

Знания

- Основ работы с операционной системой Windows;
- основ работы в сети Интернет;
- общих правил работы с брайлевым дисплеем;
- основ компьютерной безопасности.

Умения

- Производить действия с папками и файлами;
- устанавливать и удалять программы;
- работать с электронной почтой.

Навыки:

- Работы с брайлевым дисплеем;
- работы со стандартными программами;
- поиска информации в сети Интернет;
- получения государственных и муниципальных услуг в электронном виде.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин и тем	Лекции (часов)	Практические занятия/ Самостоятельная работа (часов)	Всего (часов)
1.	Цифровая грамотность	0,2		0,2
2.	Основы работы в ОС Windows	5	10	15
3.	Интернет. Основы навигации в сети Интернет	1	2	3
4.	Сервисы сети Интернет	3	5,8	8,8
5.	Компьютерная безопасность	0,5	0,5	1
6.	Электронные государственные и муниципальные услуги	1	2	3
7.	Зачет		1	1
	Всего (часов)	10,7	21,3	32

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин и тем	Лекции (часов)	Практические занятия/Само стоятельная работа (часов)	Всего (часов)
1.	Цифровая грамотность	0,2		0,2
2.	Основы работы в ОС Windows	5	10	15
2.1	Знакомство с компьютером. Блоки клавиатуры. Включение/выключение компьютера	0,3	0,2	0,5
2.2	Брайлевский дисплей. Общие правила работы.	0,1	0,1	0,2
2.3	«Горячие» клавиши. Правило вызова приложений. Цифровой блок. Работа с «говорящим» калькулятором	0,2	0,3	0,5
2.4	Обзор и эволюция ОС Windows. Jaws: клавиши управления	0,2	0,6	0,8
2.5	Рабочий стол. Значки и ярлыки. Меню «Пуск». Панель задач. Клавишные команды перехода. Дополнительные окна Jaws	0,5	0,5	1,0
2.6	Папка «Компьютер». Интерфейс браузера. Информационные команды Jaws. Основной ряд клавиатуры в редакторе Wordpad	0,5	1,0	1,5
2.7	Файлы и папки. Команды перемещения и редактирования текста в редакторе Wordpad. Jaws: информационные команды в редакторе	0,5	0,5	1,0
2.8	Обзор стандартных программ Windows. Зона действия указательных пальцев. Jaws: название программ	0,5	1,0	1,5
2.9	Окно – основа графического интерфейса. Зона действия средних пальцев. Jaws: команда определения «горячих» клавиш	0,2	0,8	1,0
2.10	Диалоговое окно. Элементы окна и команды перехода. Зона действия безымянных пальцев. Jaws: синтезаторы голоса	0,2	0,8	1,0
2.11	Зона действия мизинцев. Jaws: справка по «горячим» клавишам	0,3	0,7	1,0
2.12	Латинская раскладка клавиатуры. Англо-русский словарь компьютерных команд	0,3	1,2	1,5
2.13	Стандартные мультимедийные приложения для просмотра графических, видео- и аудиофайлов	0,2	0,3	0,5
2.14	Работа с папками и файлами. Архивация данных	0,5	1,0	1,5
2.15	Установка и удаление программ	0,5	1,0	1,5
3.	Интернет. Основы навигации в сети Интернет	1	2	3
3.1	История и назначение сети Интернет	0,2		0,2
3.2	Командная строка в интернет-браузере. Понятие адреса сайта	0,3	0,3	0,6
3.3	Обзор поисковых систем. Навигация по страницам	0,4	1	1,4
3.4	Поиск информации в сети Интернет	0,1	0,7	0,8
4.	Сервисы сети Интернет	3	5,8	8,8

4.1	Электронная почта	1	1,5	2,5
4.2	Реабилитационные центры и библиотеки для слепых	0,8	2,2	3
4.3	Программа Skype	0,5	1	1,5
4.4	Облачные серверы	0,5	0,8	1,3
4.5	Основы финансовой грамотности	0,2	0,3	0,5
5.	Компьютерная безопасность	0,5	0,5	1
6.	Электронные государственные и муниципальные услуги	1	2	3
6.1	Электронное правительство	0,6		0,6
6.2	Портал государственных услуг www.gosuslugi.ru	0,2	1,4	1,6
6.3	Сайт государственных и муниципальных услуг Тюменской области www.uslugi.admtumen.ru	0,2	0,6	0,8
7.	Зачет	1		1
	Всего (часов)	10,7	21,3	32

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Цифровая грамотность

Понятие цифровая грамотность. Цифровые компетенции.

2. Основы работы в ОС Windows

2.1. Знакомство с компьютером. Блоки клавиатуры. Включение/выключение компьютера. Режим занятий. Краткое содержание. Организация занятия (сочетание лекции и практики). Знакомство с группой. Выяснение уровня владения компьютером. Взаимопомощь.

Знакомство с компьютером. Назначение разъемов на ноутбуке. Характеристики процессора, жесткого диска, оперативной памяти. Периферийные устройства. Брайлевский дисплей. Характеристики принтеров (матричный, струйный, лазерный, Брайлевский). Особенности их использования. Сканеры. Многофункциональные устройства. Вебкамера. Модем. Устройства ввода и вывода информации: клавиатура (знакомство с блоками), монитор, мышь, наушники. Первое включение/выключение ноутбука с помощью кнопки «Power».

2.2. Брайлевский дисплей. Общие правила работы

Брайлевский дисплей: Восмитоочный шрифт Брайля. Правила чтения и перевода строки. Шеститоочная печать по системе Брайля.

2.3. «Горячие» клавиши. Правило вызова приложений. Цифровой блок. Работа с «говорящим» калькулятором.

Клавиши-модификаторы, их назначение. Знакомство с «горячими» клавишами вызова приложения Калькулятор и с комбинацией клавиш, используемых при закрытии приложений. Знакомство с цифровым блоком клавиатуры. Включение/выключение режима цифр. Нахождение опорной клавиши (цифра 5). Размещение пальцев на клавиатуре. Набор знаменательных дат. Работа с математическими примерами.

2.4. Обзор и эволюция ОС Windows

Jaws: клавиши управления. Обзор ОС. Эволюция ОС Windows. Рабочий стол: команды передвижения. Клавиши-имуляторы левой и правой кнопок мыши. Три режима курсора программы Jaws.

- 2.5. Рабочий стол. Значки и ярлыки. Меню «Пуск». Панель задач. Клавишные команды перехода. Дополнительные окна Jaws.
Кнопка «Пуск», Панель задач. Клавишные команды перехода по элементам рабочего стола. Дополнительные окна программы Jaws.
- 2.6. Папка «Компьютер». Интерфейс браузера. Информационные команды Jaws. Основной ряд клавиатуры в редакторе Wordpad.
Папка «Компьютер». Диски. Объем дисков. Единицы измерения информации с примерами. CD и DVD форматы, R и RW диски и дисководы. Системные папки. Интерфейс браузера. Команды Jaws, озвучивающие шапку и подвал окна.
- 2.7. Файлы и папки. Команды перемещения и редактирования текста в редакторе Wordpad. Jaws: информационные команды в редакторе.
«Горячие» клавиши вызова редактора WordPad. Особенности выхода из редактора. Опорные клавиши на буквенно-цифровом блоке, Быстрое их нахождение и правильное расположение пальцев. Буквы основного блока. Печать под диктовку. Папки и файлы. Их назначение и команды Jaws, позволяющие их различить. Команды перемещения по тексту в редакторе Wordpad. Назначение клавиш delete и backspace. Команды ориентирования в тексте при помощи программы Jaws: озвучивание текущей буквы и её фонемы, озвучивание текущего слова целиком и по буквам, озвучивание координат курсора, озвучивание текущей строки целиком, а также её часть до курсора и от курсора. Буквенная зона действия указательных пальцев. Правило нахождения клавиш. Печать слов под диктовку. Цифровая зона действия указательных пальцев. Правило нахождения клавиш. Печать словосочетаний на тренажёре.
- 2.8. Обзор стандартных программ Windows. Зона действия указательных пальцев. Jaws: название программ
Меню «Пуск». Вызов стандартных программ. Многозадачность ОС. Команды перехода между открытыми приложениями. Команда Jaws, определяющая имя приложения. Буквенная зона действия средних пальцев. Правило нахождения клавиш. Печать слов под диктовку. Цифровая зона действия средних пальцев. Правило нахождения клавиш. Печать словосочетаний на тренажёре.
- 2.9. Окно – основа графического интерфейса. Зона действия средних пальцев. Jaws: команда определения «горячих» клавиш
Окно – основа графического интерфейса. Элементы окна. Системное меню, команды управления окном. Окно папки, приложения, документа. Представление файлов в окне папки.
- 2.10. Диалоговое окно. Элементы окна и команды перехода. Зона действия безымянных пальцев. Jaws: синтезаторы голоса
Буквенная зона действия безымянных пальцев. Правило нахождения клавиш. Печать слов под диктовку. Цифровая зона действия безымянных пальцев. Правило нахождения клавиш. Печать словосочетаний на тренажёре. Контекстное меню. Открытие и сохранение документа. Выбор места сохранения, имя документа. Разбиение текста на строки. Соединение строк. Способы выделения текста. Команды перехода по словам, по абзацам, по предложениям.
- 2.11. Зона действия мизинцев. Jaws: справка по «горячим» клавишам Буквенная зона действия мизинцев. Правило нахождения клавиш. Печать слов под диктовку. Цифровая зона действия мизинцев. Правило нахождения клавиш. Печать словосочетаний на тренажёре. Jaws: команда смены синтезатора. Копирование,

перемещение и удаление фрагментов текста двумя способами (через буфер обмена и с помощью «горячих» клавиш). Диалоговые окна "Шрифт" и «Абзац».

2.12. Латинская раскладка клавиатуры. Англо-русский словарь компьютерных команд

Команда переключения на латинский расклад клавиатуры. Клавиши с латинскими буквами по рядам. Составление краткого словаря пользователя. Знаки препинания в латинской раскладке клавиатуры. Проверочный диктант по разделу. Вызов справки программы Jaws.

2.13. Стандартные мультимедийные приложения для просмотра графических, видео- и аудиофайлов

Проигрыватель Windows Media. Просмотр видеофайла, прокрутка воспроизведения, регулировка уровня громкости. Команда разворачивания видеоокна на весь экран.

2.14. Работа с папками и файлами. Архивация данных

Действия над папками. Создание, переименование и удаление папок.

Заполнение папок информацией. Перемещение и копирование одиночных файлов. Выделение группы файлов. Перемещение и копирование группы файлов (через буфер обмена и при помощи «горячих» клавиш). Корзина. Удаление файлов и папок. Восстановление. Очистка корзины. Архиватор Winrar. Свойства архива. Команды архивации и извлечения информации из архива.

2.15. Установка и удаление программ

Диалоговое окно "Установка и удаление программ". Команды установки и удаления внешнего приложения.

3. Интернет. Основы навигации в сети Интернет

3.1. История и назначение сети Интернет

История сети Интернет. Назначение сети Интернет. Способы подключения к сети Интернет. Модем. Провайдер. Скорость подключения. Трафик. Тарифный план.

3.2. Командная строка в интернет-браузере. Понятие адреса сайта.

Краткий обзор браузеров. Адресная строка

3.3. Обзор поисковых систем

Обзор поисковых систем. Структура интернет-адресов.

3.4. Поиск информации в сети Интернет

Поиск информации в сети Интернет. Строка поиска. Правила написания поисковых запросов.

4. Сервисы сети Интернет

4.1. Электронная почта

Особенности приложения Почтовый клиент. Правила написания электронных адресов. Понятия "логин", "почтовый сервер". Выбор почтового сервера для размещения ящика. Выбор логина. Правила создания паролей. Выбор пароля. Секретный вопрос. Регистрация.

4.2. Реабилитационные центры и библиотеки для слепых

Информация о сайте реабилитационного центра «Пышма» и библиотеки для слепых. Online библиотека для слепых "Логос. Регистрация через местную библиотеку для слепых.

4.3. Программа Skype

Живое общение. Программа Skype. Возможности.

4.4. Облачные серверы

Знакомство с облачными серверами YandexDisk, Mail.ru и др.

- 4.5. Основы финансовой грамотности
 Сущность и виды денег как основы финансовых отношений. Личный бюджет и финансовое планирование. Расчеты и платежи. Страхование. Пенсии. Онлайн покупки. Личная финансовая безопасность: основные виды финансового мошенничества и способы защиты; защита прав потребителей.
5. Компьютерная безопасность
 Классификация компьютерных угроз. Антивирусная защита. Противодействие идеологии терроризма.
6. Электронные государственные и муниципальные услуги
- 6.1. Электронное правительство
 Электронное правительство, основные этапы развития. Перевод государственных и муниципальных услуг в электронный вид. Тенденции развития электронного правительства.
- 6.2. Портал государственный услуг www.gosuslugi.ru
 Портал государственный услуг www.gosuslugi.ru. Возможность получения услуг в электронном виде. Массовые социально-значимые услуги.
- 6.3. Сайт государственных и муниципальных услуг Тюменской области www.uslugi.admtymen.ru
 Сайт государственных и муниципальных услуг Тюменской области. Разделы сайта. Массовые социально-значимые услуги.
7. Зачет

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Учебный день
1.	Цифровая грамотность	1-4
2.	Основы работы в ОС Windows	
3.	Интернет. Основы навигации в сети Интернет	4-5
4.	Сервисы сети Интернет	5-7
5.	Компьютерная безопасность	8
6.	Электронные государственные и муниципальные услуги	
7.	Зачет	

Итого: 8 календарных дней