

Брошюра к курсу
«Национальный
проект по
распространению
цифровой грамотности
среди пожилых»

Владелец/ица:

План курса

Занятие	Основная тема	Дата	час
1	Знакомство с планшетом: часть первая		
2	Знакомство с планшетом: часть вторая		
3	Мир интернета		
4	Связь по электронной почте: Gmail		
5	Скачивание приложений и ZOOM		
6 Проводится дистанцион но	Мир интернета: безопасное пользование		
7 Проводится дистанцион но	Встроенные приложения: часть первая		
8 Проводится дистанцион но	Встроенные приложения: часть вторая		
9	Связь: через WhatsApp		
10	Заключительное занятие		

Мои цели: начало курса

Дата н: _____

Насколько уверенно вы в настоящее время чувствуете себя, сталкиваясь с миром технологий?

	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
В очень значительной степени	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	В какой-то степени

На вашу оценку представлено несколько утверждений. Пожалуйста, отметьте, насколько вы согласны с каждым из них.

	Полностью согласен/согласна	Частично согласен/согласна	Совершенно не согласен/согласна
Я боюсь технологий.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Технологии заставляют меня нервничать.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Если мне не удастся что-то сделать на компьютере или телефоне, это меня раздражает.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Иногда я попадаю на тот или иной сайт, но не знаю, как я на него попал/а.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Я слишком стар для того, чтобы учиться пользоваться технологиями.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Я избегаю пользоваться компьютером или смартфоном, чтобы не сломать его.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



«Национальный
проект по
распространению
цифровой
грамотности среди
ПОЖИЛЫХ»

חזרו לקוד ה-QR שמופיע
בחוברת התקנת הטאבלט

Правила хранения планшета

1. Держать вдали от источников влаги / емкостей с водой.
2. Хранить планшет в чехле.
3. Находиться в сидячем положении, работая с устройством.
4. Прикрепить стилус к холодильнику / устойчивой металлической поверхности.



1
Планшет



2
Стилус




3
Адаптер для зарядки



4
Кабель для зарядки

Как правильно заряжать планшет

1. Заряжать устройство следует только тогда, когда батарея нуждается в зарядке (заряжена на 15% или меньше). Убедитесь в том, что значок батареи на экране выглядит так:  (это означает, что устройство заряжается).
2. Зарядите устройство полностью (100%), после чего отсоедините кабель.
3. Выполняйте зарядку в безопасном месте, недоступном детям и животным. Не держите напитки поблизости от зарядного устройства.
4. Рекомендуется ставить устройство на зарядку ночью и отключать его от сети утром.
5. Выходя из дома с устройством, убедитесь в том, что устройство заряжено (на 85% или больше).

Конспект занятия номер 1 «Знакомство с планшетом»



Боковая кнопка

Длительное нажатие – для включения устройства (когда устройство выключено) или включения голосового помощника (когда устройство включено).

Короткое нажатие – для блокировки/разблокировки.

Виды иконок: значки зарядки устройства

Расположены в правом верхнем углу экрана устройства.



Устройство заряжается



Низкий уровень заряда



Устройство полностью заряжено

Практика: занятие номер 1

Знакомство с физическими кнопками планшета

Кнопка, с помощью которой можно
включать и выключать, называется

Над / Под ней (отметить правильное)

находится кнопка регулировки

громкости. Нажатие на _____

увеличивает громкость,

нажатие на _____

уменьшает громкость.


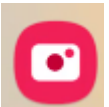
Практика: занятие номер 1

На планшете имеется несколько входных и выходных физических разъемов (впишите недостающие слова из приведенного ниже списка):

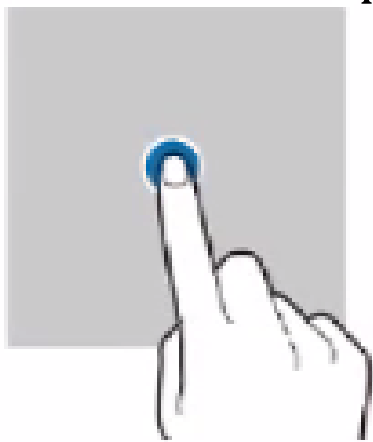


боковая кнопка, верхний динамик, разъем для зарядки, фронтальная камера, разъем для наушников, кнопки регулировки громкости, микрофон, задняя камера, нижний динамик

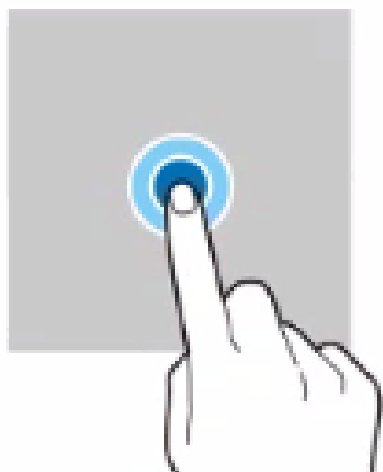
Сенсорные нажатия

1. Разблокируйте планшет.
2. Найдите приложение под названием «Галерея». Оно выглядит следующим образом: 
3. Перетащите его в верхний правый угол экрана.
4. Найдите приложение под названием «Камера». Оно выглядит следующим образом: 
5. Перетащите его рядом с приложением «Галерея».
6. Нажмите (долгое нажатие) на приложение «Галерея». Откроются несколько вариантов на выбор, нажмите на один из них.
7. Как вы сможете вернуться назад? Подсказка: вспомните про панель навигации.

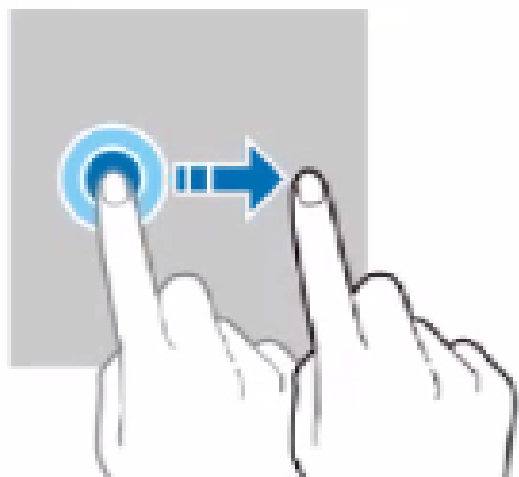
Конспект занятия номер 1 «Сенсорные нажатия»



Короткое нажатие (прикоснуться пальцем к экрану, а затем убрать палец) используется для выбора, для входа в приложение (что это такое, вы узнаете позже) и для прямого указания устройству.

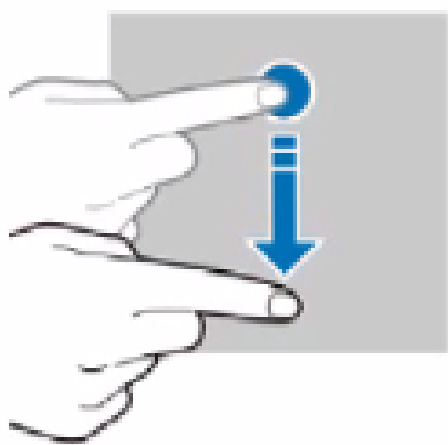


Продолжительное нажатие (прикоснуться пальцем к экрану, а затем убрать палец) используется для открытия меню с возможностями при нажатии на приложение и для оформления домашнего экрана при нажатии на любое пустое место на экране.



Перетаскивание (Drag and Drop)

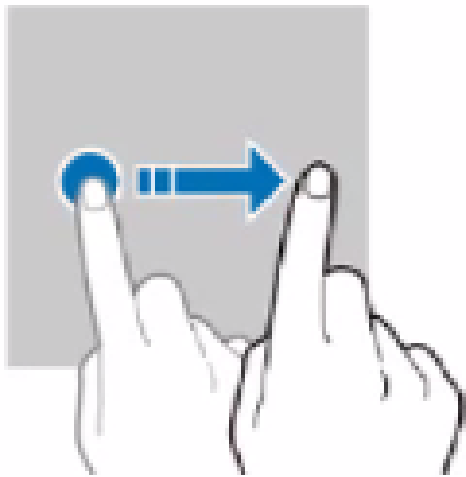
используется для размещения приложений / дополнительных элементов на экране.



Движение пальца вверх/вниз (Swipe)

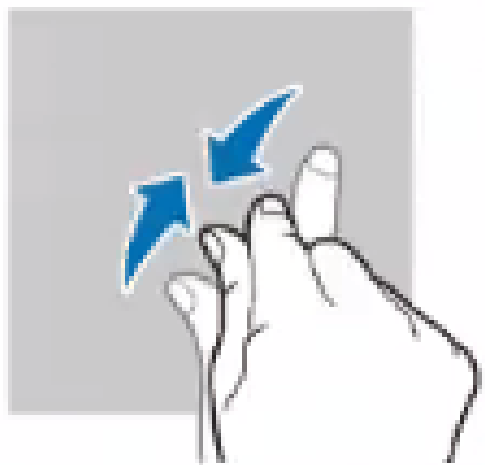
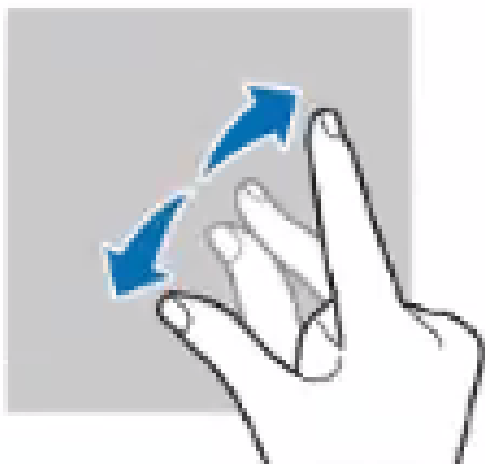
используется для
открытия экрана
уведомлений со
значками системы,
обновлениями,
предупреждениями и
уведомлениями.

Конспект занятия номер 1 «Сенсорные нажатия»



Движение пальца в сторону (Swipe)

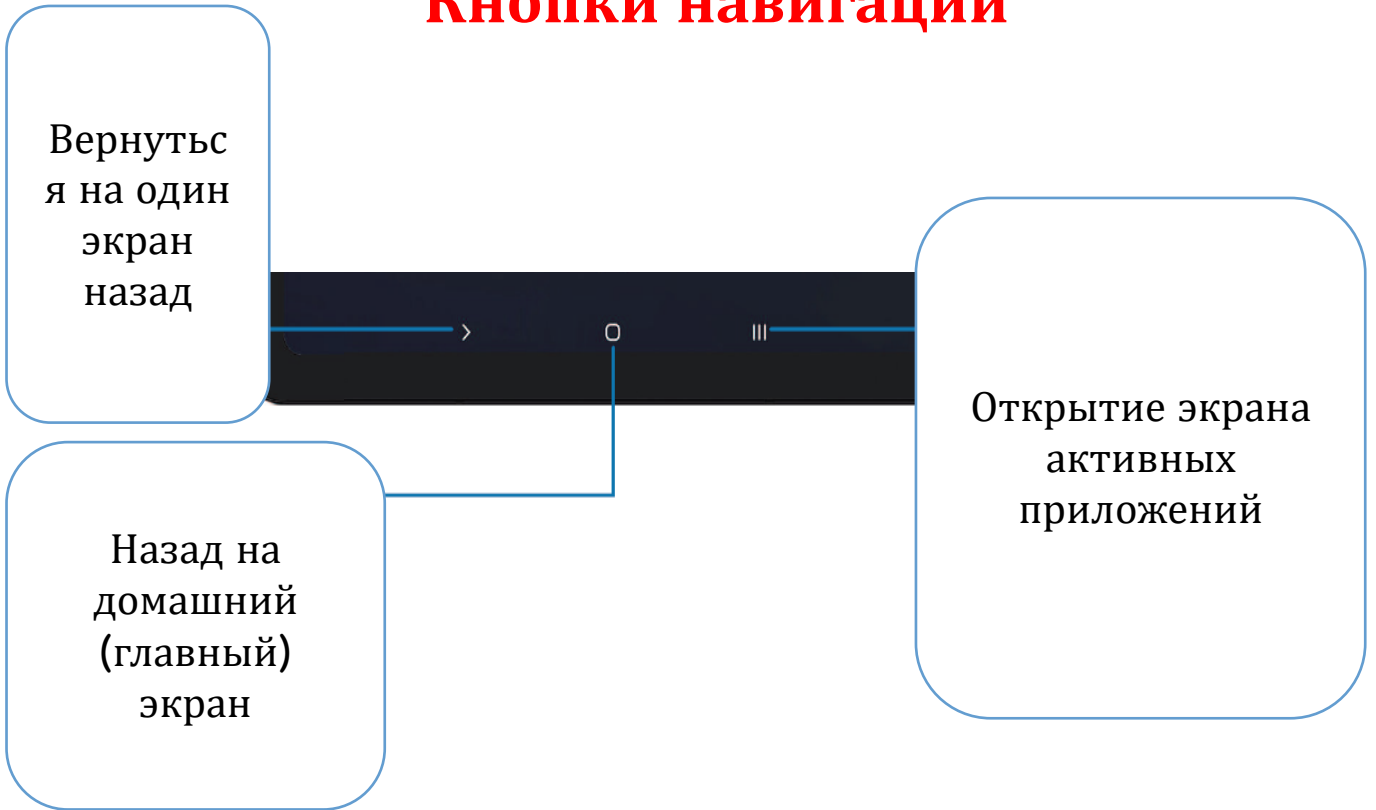
используется для перемещения между экранами / изображениями.



Приближение / Отдаление (Zoom In / Zoom Out)

используется для приближения с целью увеличения экрана, изображения или иного элемента или для их отдаления с целью уменьшения.

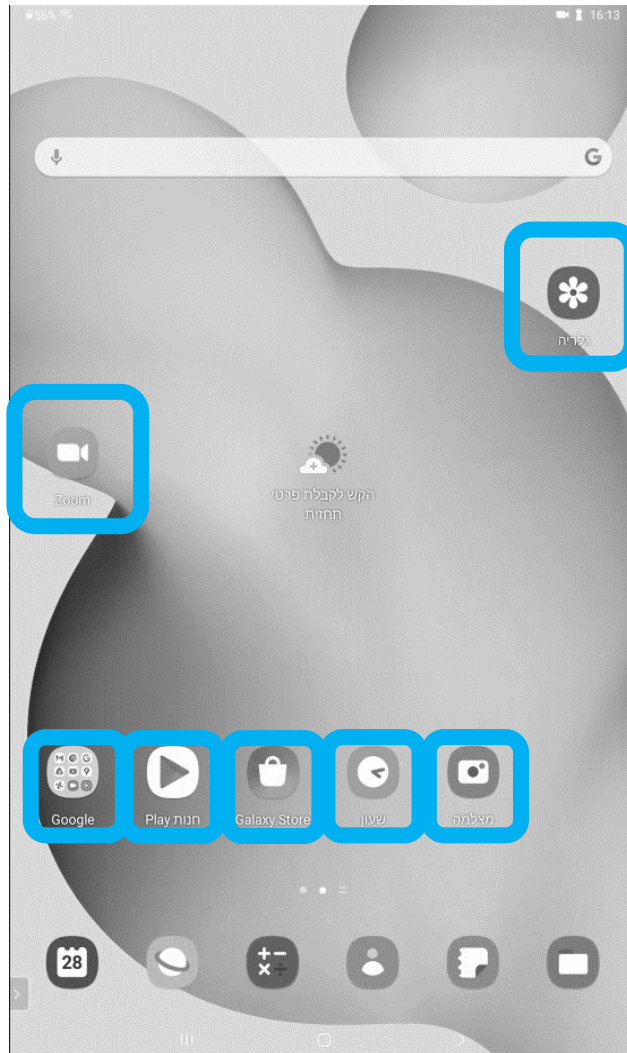
Кнопки навигации



Виды иконок:

Автоматический разворот экрана

Экран планшета автоматически подстроится к выбранному (горизонтальному / вертикальному) положению. Перетягивание экрана с уведомлениями и нажатие на данную иконку отключит автоматический переворот экрана.

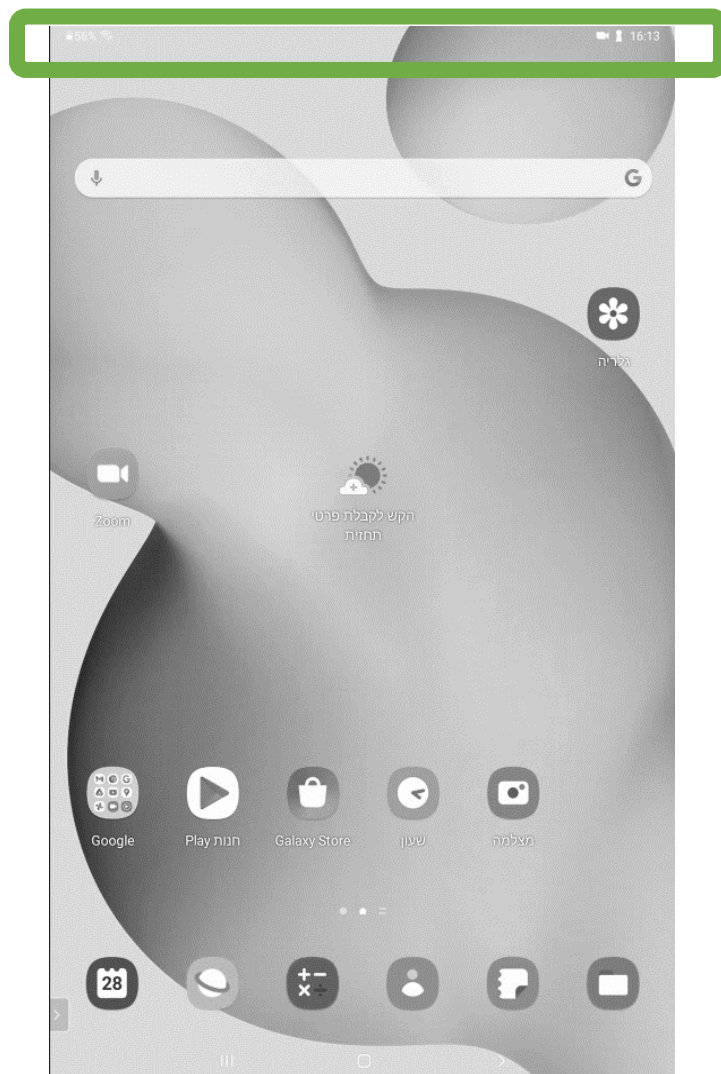


Приложение

По-английски application. Программное обеспечение, специально разработанное для мобильных устройств. Есть встроенные приложения (предустановленные на устройстве заранее) и есть приложения, которые необходимо установить самостоятельно.

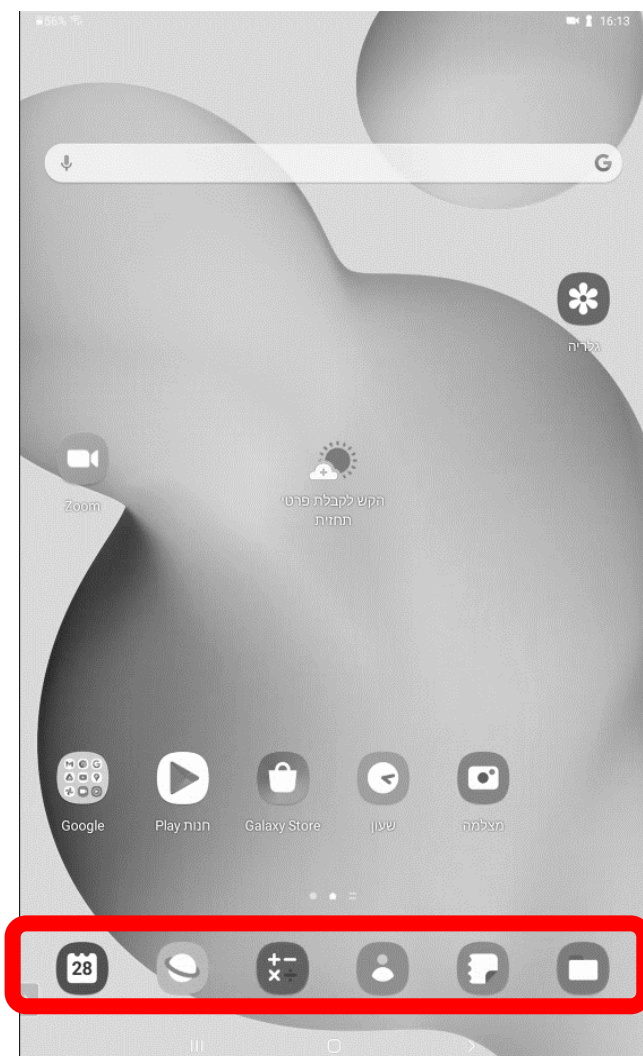
Знание –
сила!

Конспект занятия номер 2



Панель состояния

Сообщает о полученных предупреждениях, уведомлениях или обновлениях, которые вы еще не открыли или не просмотрели. Например, если вы получили уведомление, вы увидите иконку уведомления. Если вам звонили, но вы не ответили, мы увидим иконку, указывающую на это.



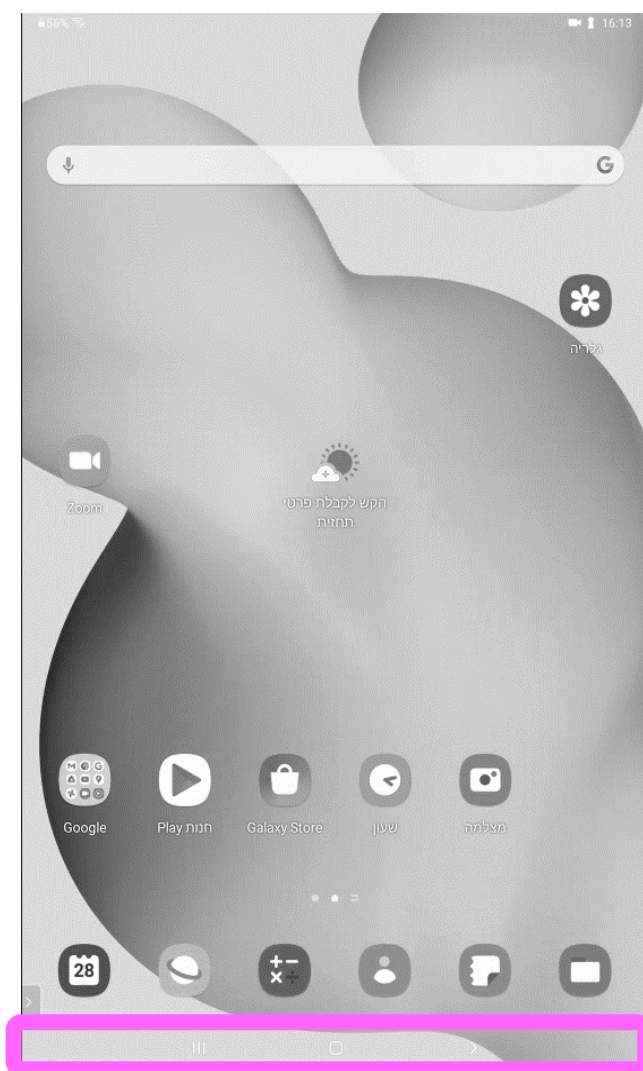
Постоянная панель приложений

На ней можно разместить приложения, которые вы используете чаще всего.

Постоянная панель будет оставаться на месте несмотря на движение пальца вправо-влево на домашнем экране, что обеспечит вам легкий доступ к данным приложениям.

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 2



Кнопки навигации

Позволяют вам вернуться на домашний экран и служат для перемещения между экранами в приложении и открытия активных приложений.

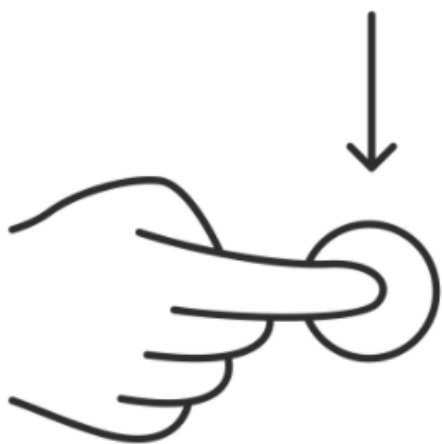
Конспект занятия номер 2



Домашний экран – главный экран, открывающийся при разблокировке экрана.



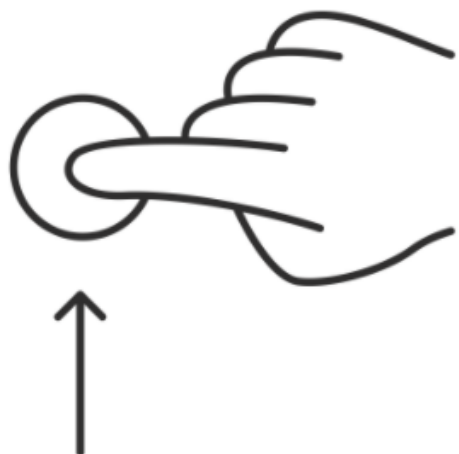
Вторичные экраны – все экраны кроме главного, на которые можно попасть при перелистывании вправо/влево.



Экран уведомлений – экран, открывающийся при перелистывании ВНИЗ.

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 2



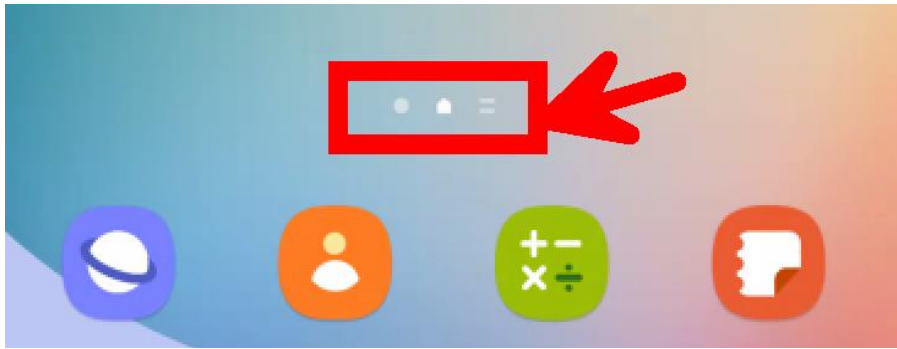
Экран поиска – экран, открывающийся при движении пальца вверх.

Что находится на этом экране?

- Приложения
- Содержимое приложений (например, поиск по слову «настройки» покажет все упоминания данного слова во всех приложениях на планшете)
- Файлы, хранящиеся на устройстве (например, документ, который вы скачали из интернета).

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 2



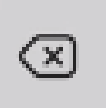
Виды иконок: как узнать, на каком вы экране

Над постоянной панелью с иконками находятся маленькие значки. При переходе с экрана на экран будет меняться выделенный значок. Если выделенный значок имеет форму дома, это означает, что вы на домашнем экране. Прочие значки указывают на вторичные экраны.



**Ввод букв (при коротком нажатии на букву)
/ пробела (широкая нижняя кнопка)**

Смена языка / Переход на клавиатуру
СИМВОЛОВ

**Удаление (del – для удаления всего, что
расположено слева от курсора,  – для
удаления всего, что расположено справа от
курсора)**

Поиск / Окончание ввода



В определенных приложениях / на экранах, где вам предстоит вводить текст, автоматически открывается сенсорная клавиатура. Короткое нажатие на поле, в которое вам предстоит ввести текст, приведет к появлению вертикальной мигающей линии, которая называется **курсором**. Можно переносить курсор вперед-назад по написанному тексту и вносить правки / удалять отдельные буквы вместо того, чтобы удалять весь текст.



Практика: занятие номер 2

Знакомство с экранами планшета

У планшета есть несколько экранов.

Как перейти на домашний экран?

Как перейти на экран поиска?

Как перейти на экран уведомлений?

Как перейти на вторичные экраны?

Практика: занятие номер 2

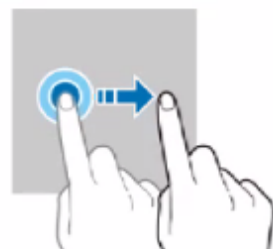
Постоянная панель приложений

Посмотрите на постоянную панель приложений. Какие приложения там есть?

Максимальное количество приложений, которые можно разместить на данной панели – _____

Как вы получили это число?

Сенсорное нажатие, которое вы использовали для размещения приложения в фиксированной линии приложений, называется



Экран поиска

Найдите на экране поиска следующие приложения:

1. Контакты
2. Настройки
3. Календарь
4. Часы
5. Калькулятор
6. Магазин приложений Play

Разместите эти приложения на постоянной панели приложений **по порядку, справа налево**, чтобы это выглядело следующим образом:



Практика: занятие номер 2

Создание папок приложений


Упорядочим домашний экран
(главный экран планшета).

1. Создайте папки с

приложениями в соответствии со
следующей таблицей:

Название папки	Приложения в папке
Картинки	Галерея Камера
Вспомогательные средства	Диктофон Мои файлы
Связь	Уведомления Телефон
Досуг	Spotify Netflix

Практика: занятие номер 2

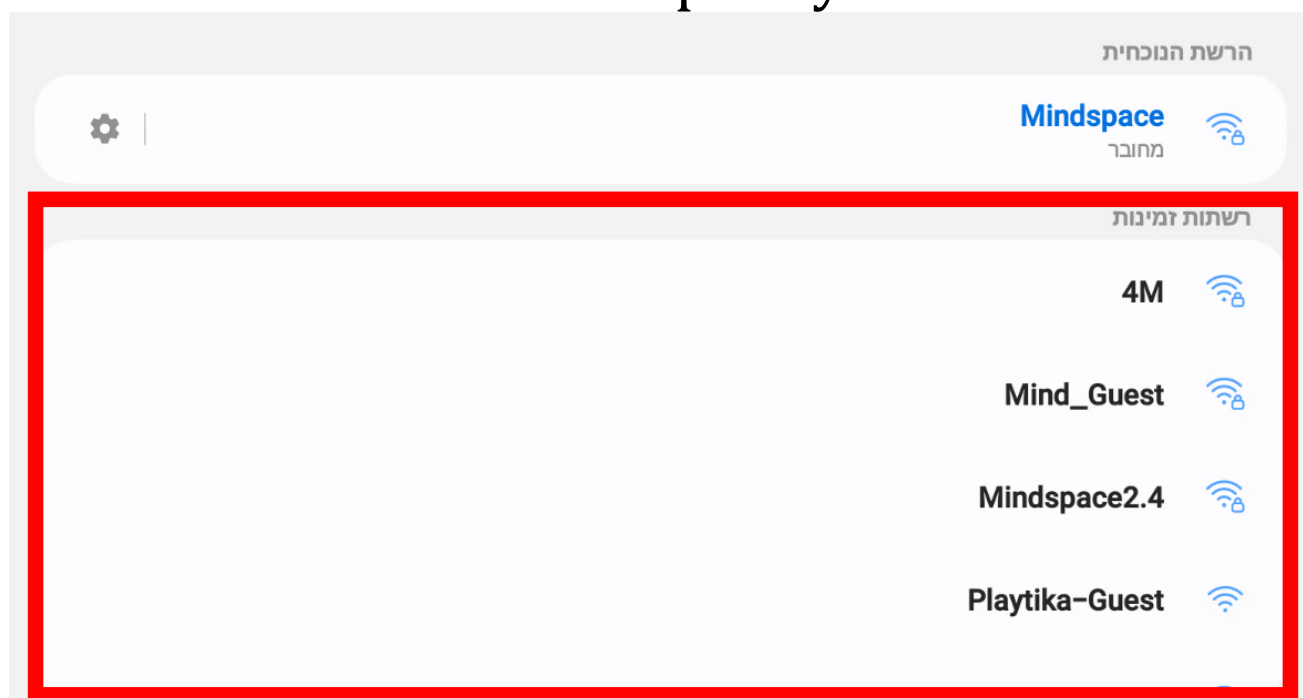
2. Найдите на главном экране папку с названием Google. Нажмите на нее (долгое нажатие) и добавьте ее на домашний экран, выбрав соответствующую опцию.
3. Нажмите (долгое нажатие) на другую папку, значок или приложение и выберите  .
4. По окончании данного упражнения ваш домашний экран должен выглядеть следующим образом:



Знание –
сила!

Конспект занятия номер 3 «Мир интернета»

Как подключиться к беспроводному интернету?



1. На экране уведомлений найдите значок Wi-Fi и убедитесь в том, что он синего цвета.
2. Нажмите (долгое нажатие) на значок Wi-Fi и выберите на открывшемся экране название сети, к которой нужно подключиться.
3. Введите пароль и начинайте пользоваться интернетом.

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 3 «Мир интернета»



- Количество синих линий указывает на силу интернет-сигнала.



Полностью синий значок означает оптимальный сигнал интернета.

- Замок рядом с значком означает, что сеть защищена паролем.
- Отсутствие замка означает сеть с открытым доступом для всех.

Виды иконок: подключение к интернету

Значок «Мобильная связь» указывает

на возможность использовать

технологическое устройство в качестве

телефона, а также на возможность

пользоваться интернетом. Если данный

значок выключен или отсутствует,

пользование интернетом через

мобильную сеть невозможно.

Значок «Беспроводный интернет»

(«вайфай», Wi-Fi) указывает на

возможность дистанционного

подключения к беспроводному

интернету. Для подключения нам

потребуется название и – в

большинстве случаев – пароль.



Знание –
сила!

Конспект занятия номер 3

Интернет-браузер Google

Для серфинга на море нужна



Для серфинга в интернете нужен **браузер**

Браузер позволяет искать информацию, заходить на интернет-сайты и пользоваться различными онлайн-сервисами (сервисами, доступными в интернете).

Почему он называется браузером? Потому, что он позволяет **просматривать (browse) интернет-страницы** или, как их чаще называют, **сайты**.

מבנה כתובת אתר אינטרנט

WWW . NAME . CO . il

World-wide-web
תחילת כתובת אתר
קבועה

שם האתר (חברה /
ארגון / עסק)
jerusalem
monday
twitter

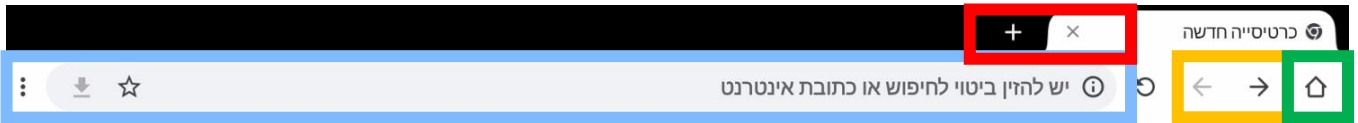
סוג האתר
Co = מסרתי
Gov = ממשלתי
Muni = עירוני
org = ארגוני

קוד מדינה
com
mx
es
ru

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 3 Интернет-браузер Google

Приятно познакомиться: Google Chrome.



Адресная строка (URL) – последовательность единообразных символов, используемых для определения местонахождения интернет-страниц (сайтов).

Кнопки навигации (возврат на предыдущий экран / переход на следующий экран)

Домашняя страница – возврат на главный экран браузера.

Открытие/Заккрытие вкладки: открытие различных интернет-страниц (сайтов) и перемещение по ним.

Знание –
сила!

Поиск информации в поисковой системе Google

Интернет-браузер Google позволяет заходить на сайты в ручном режиме (вводя адрес сайта, как мы уже делали), а также служит для **поиска информации.**

По сути, мы ищем информацию, используя **поисковую систему Google.**

Поисковая система Google – это сайт универсального использования. Его адрес – www.google.co.il.

Поиск информации в поисковой системе Google




יש להזין ביטוי לחיפוש או כתובת אינטרנט

В Google можно искать любую информацию.


После нажатия на кнопку «Перейти» перед вами откроются результаты поиска.

Каждый результат представляет собой сайт, который поисковая система Google посчитала соответствующим вашему запросу.

При желании вы можете перейти на любой из сайтов, указанных в качестве результатов, и при этом вы всегда сможете вернуться на экран с результатами, нажав на 

Виды иконок: домашняя страница Google Chrome

Чтобы вернуться в поисковую систему Google, надо

нажать на 

Почему важно знать, как закрыть приложение в окне активных приложений?

- Если устройство медленно работает, закрытие активных приложений может помочь ему работать быстрее.
- Если приложение работает недостаточно хорошо, его закрытие может помочь ему работать лучше.

Почему важно знать, как закрыть все приложения одновременно?

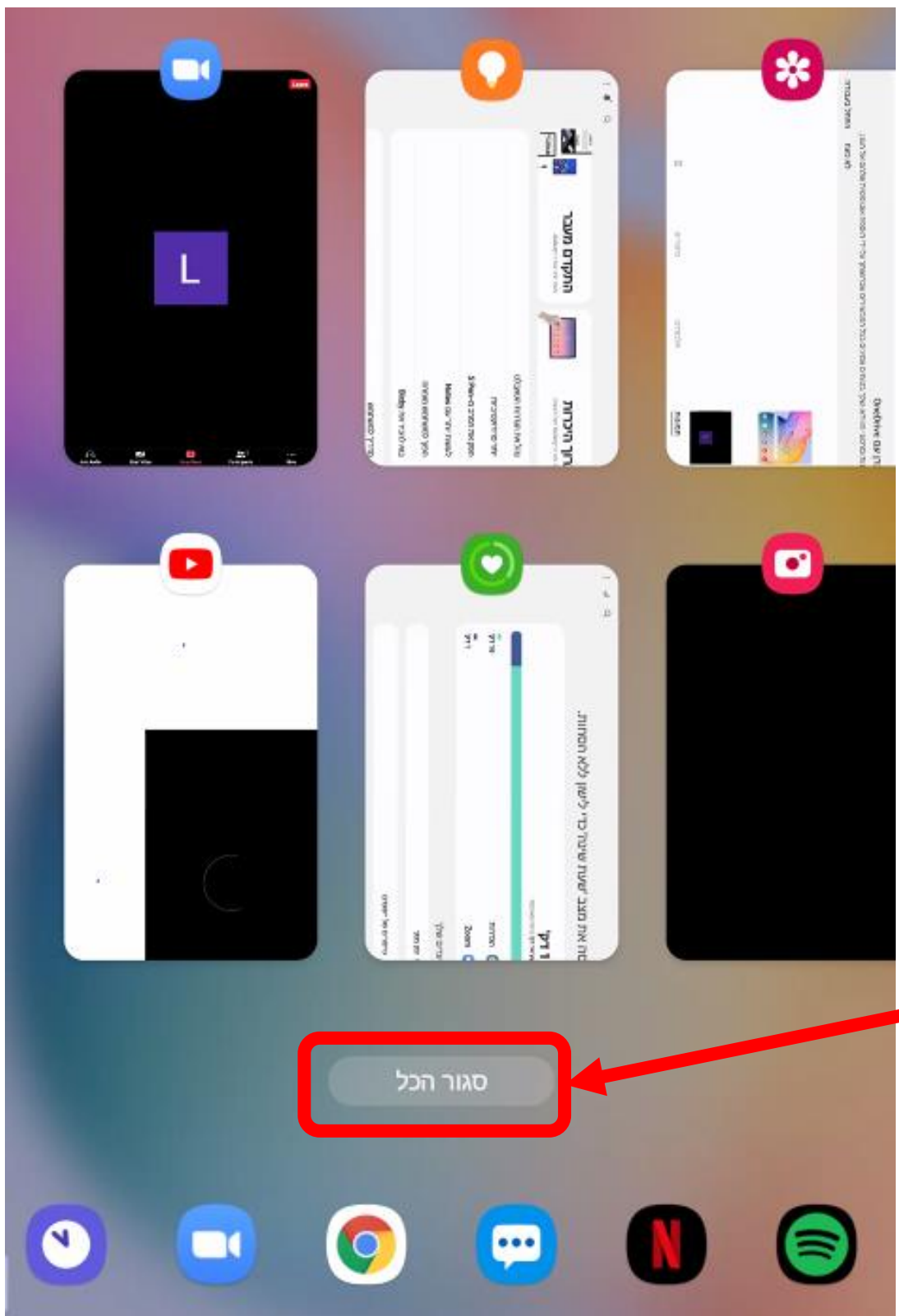
- Если устройство медленно работает и невозможно определить, по какой причине это происходит, закрытие всех активных приложений может помочь ему работать быстрее.

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 3

Перемещение между активными приложениями

Для закрытия всех активных приложений нажмите на «Заккрыть все» в окне активных приложений.

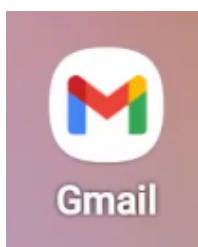


Практика: занятие номер 3

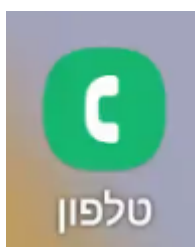
Перемещение между активными приложениями



1. Откройте приложение «Галерея»
2. Нажмите на кнопку «домой» для возврата на главный экран.
3. Таким же образом откройте следующие приложения:



Gmail



Телефон



Диктофон

4. А теперь попробуйте перемещаться между следующими активными приложениями, нажимая на левую кнопку на панели кнопок навигации:



Заккрытие активных приложений

Существует два способа закрытия активных приложений.

Первый способ – закрытие одного приложения. Как это делается?

1. На какую кнопку необходимо нажать для перехода в окно активных приложений?

Нарисуйте ее здесь:



2. Каким нажатием следует воспользоваться для закрытия приложения?
-
-

Практика: занятие номер 3

Заккрытие активных приложений

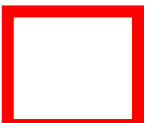
Существует два способа закрытия активных приложений.

Второй способ – одновременное закрытие всех приложений.

Для того, чтобы это сделать,

нажмите на левую кнопку на

панели кнопок навигации (которая

выглядит так: , после чего

нажмите на надпись _____

Для чего закрывают приложения?

Практика: занятие номер 3

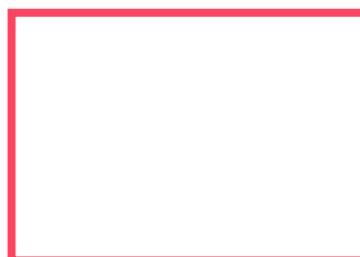
Подключение к беспроводному интернету

1. Проверьте подключение к беспроводному интернету на экране уведомлений.
2. К какой сети вы подключены?

Напишите ее данные здесь:

Название сети	Пароль для доступа к сети

3. Подключены ли вы к мобильной сети? Какой значок вам потребуется найти на экране уведомлений для того, чтобы определить это? Нарисуйте этот значок здесь:



Практика: занятие номер 3

Подключение к беспроводному интернету

4. Выберите из указанных ниже сетей беспроводную сеть с оптимальной силой сигнала.



5. Как вы это определили?

Практика: занятие номер 3

6. Зайдите на планшете в интернет-браузер Google.

Откройте 3 интернет-вкладки, нажав на значок «+» в верхней части браузера. В каждой вкладке откройте один из следующих сайтов:

1. www.techbuddy.co.il

2. www.zoom.us

3. www.gov.il

7. Закройте две вкладки, оставив только одну (любую из трех).

Практика: занятие номер 3

Поиск информации в интернете

1. Найдите в интернете ответы на следующие вопросы:

Вопрос	Что я искал/а в Google?	Ответ	Адрес/Название сайта, на котором был найден ответ
В какой стране изобрели крембо?			
В котором часу открывается отделение ИКЕА в Ришон-ле-Ционе?			
Сколько стоит продлить водительское удостоверение?			

Практика: занятие номер 3

Поиск информации в интернете

Вопрос	Что я искал/а в Google?	Ответ	Адрес/Название сайта, на котором был найден ответ
Какой дополнительной профессией владеет корреспондент Арад Нир?			
Слово גג мужского или женского рода?			
Кто написал пению «Шабат ба-бокер»?			

Практика: занятие номер 3

Поиск информации в интернете

Вопрос	Что я искал/а в Google?	Ответ	Адрес/Название сайта, на котором был найден ответ
В каком городе родился Шмуэль-Йосеф (ШАЙ) Агнон?			
Сколько всего отделений «Глида Голда» существует в Израиле?			
Как зовут брата Альмы Зак? Каким образом он связан с программой «Старший брат»?			

Мир интернета: учетные записи, имена и пароли

Создание учетной записи в

интернете На большинстве сайтов для

пользования услугами требуется

открыть **учетную запись**. Открытие

учетных записей на сайтах

осуществляется бесплатно. Его целью

является получение личного логина и

пароля для входа на сайт и

пользования его услугами.

Элементы учетной записи на

интернет-сайте

Логин – замок.

Пароль – ключ.

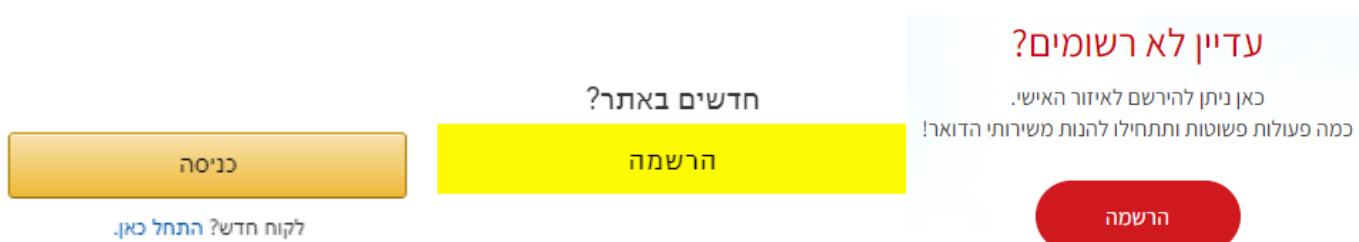
Знание –
сила!

Конспект занятия номер 4

Мир интернета: учетные записи, имена и пароли

Основные моменты создания учетной записи на интернет-сайте:

1. Найдите кнопку регистрации



2. Укажите личные данные в соответствующем окне на экране.

The image shows a registration form with four input fields. The first field is labeled 'שם פרטי' (First name). The second field is labeled 'שם משפחה' (Last name). The third field is labeled 'כתובת מייל (שם משתמש)' (Email address (username)). The fourth field is labeled 'מס' טלפון נייד' (Mobile phone number).

3. Подтвердите вашу учетную запись, если это потребуется.

הוא קוד האימות שלך G-543549
ב-Google.

15 דקות

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 4

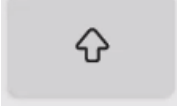
Мир интернета: учетные записи, имена и пароли

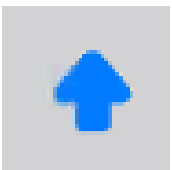
Надежный пароль – надежная защита!

Какой пароль считается надежным?

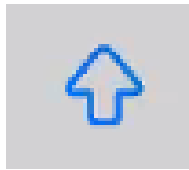
- Состоящий из 12 и более знаков.
- Не содержащий личных данных (дата рождения, имя, адрес).
- Содержащий как прописные, так и строчные буквы.
- Содержащий специальные символы: восклицательный знак, вопросительный знак, запятую и т. д.

Виды иконок: переход от прописных (A) к строчным (a) буквам латинского алфавита и обратно

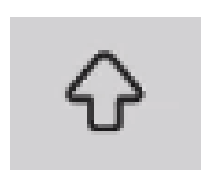
Кнопка  на клавиатуре позволяет переходить от прописных к строчным буквам латинского алфавита и обратно. У кнопки есть три режима:



Прописные буквы
ABC



Прописная буква и автоматический
переход обратно к строчным



Строчные буквы abc

буквам Abc

Задача: как запомнить надежный пароль?



Использовать предложения из книг, фильмов или речей.



Использовать слова из любимых песен.



Использовать последовательности слов, которые

имеют для вас лично особое значение.



Записать пароль в тетради

с паролями и хранить ее

в месте, которое известно только вам!

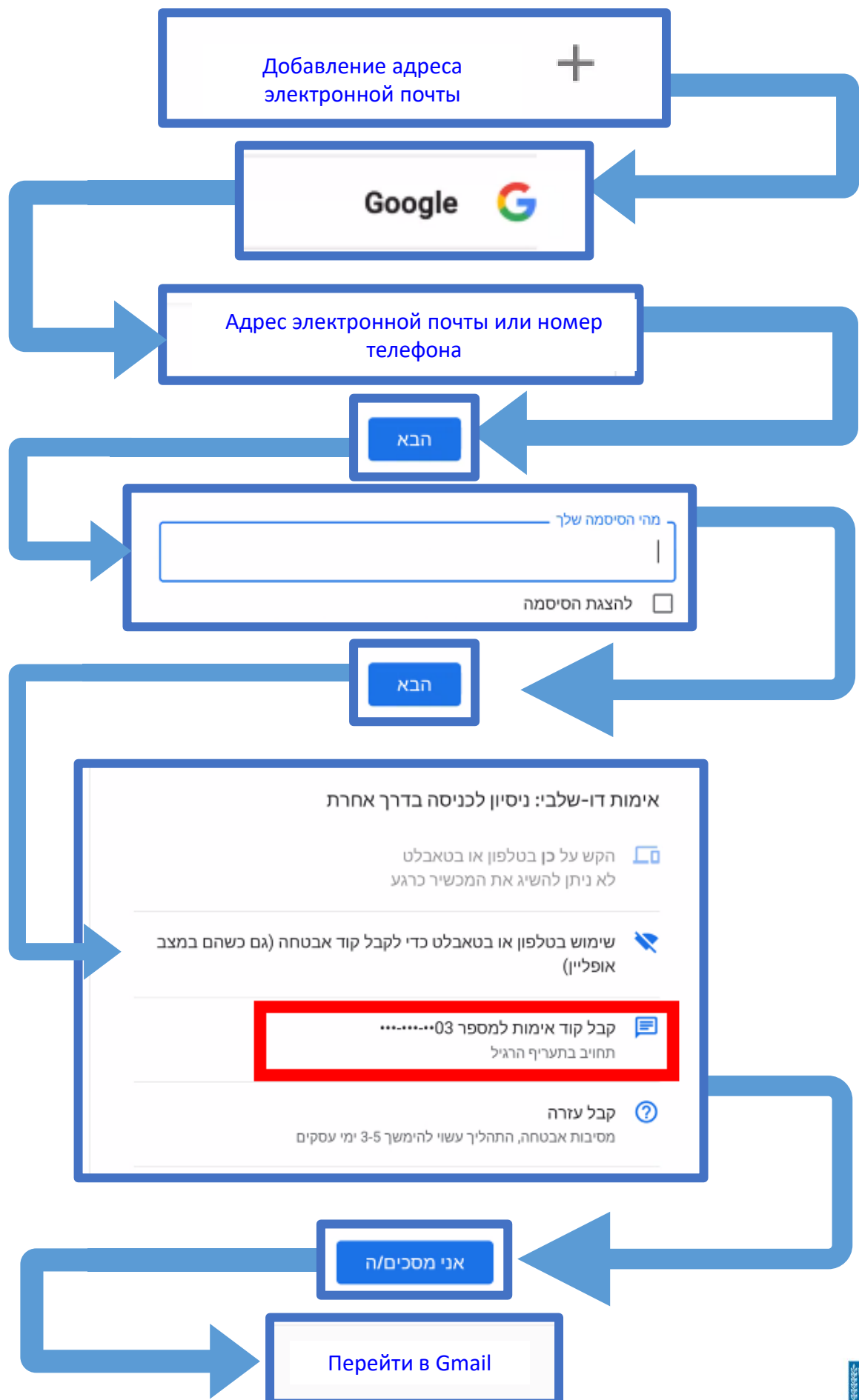
Учетная запись Google

1. Перейдите в папку Google на планшете.
2. Нажмите на приложение Gmail.
3. Нажмите на кнопку «Понятно» внизу.
4. Добавьте адрес электронной почты с данными имени пользования учетной записи Google, которую мы создали вместе выполняя указания, которые находятся на следующей странице.



Практика: занятие номер 4

Добавление учетной записи в приложение Gmail



Приложение Gmail

На занятии мы познакомились с приложением Gmail. Это приложение электронной почты, которое позволяет отправлять и получать электронные письма, а также связываться с членами семьи, знакомыми, друзьями и государственными учреждениями.

Попробуйте познакомиться с приложением сами, нарисуйте следующие кнопки:

1. Как выглядит кнопка, при нажатии на которую можно будет создать новое письмо?

2. Как выглядит кнопка, при нажатии на которую можно будет выполнить поиск в почте?

3. Как выглядит кнопка, при нажатии на которую можно будет перейти в меню приложения?

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 4

Gmail: связь в мире интернета



Учетная запись

Google

Строка поиска

Меню навигации

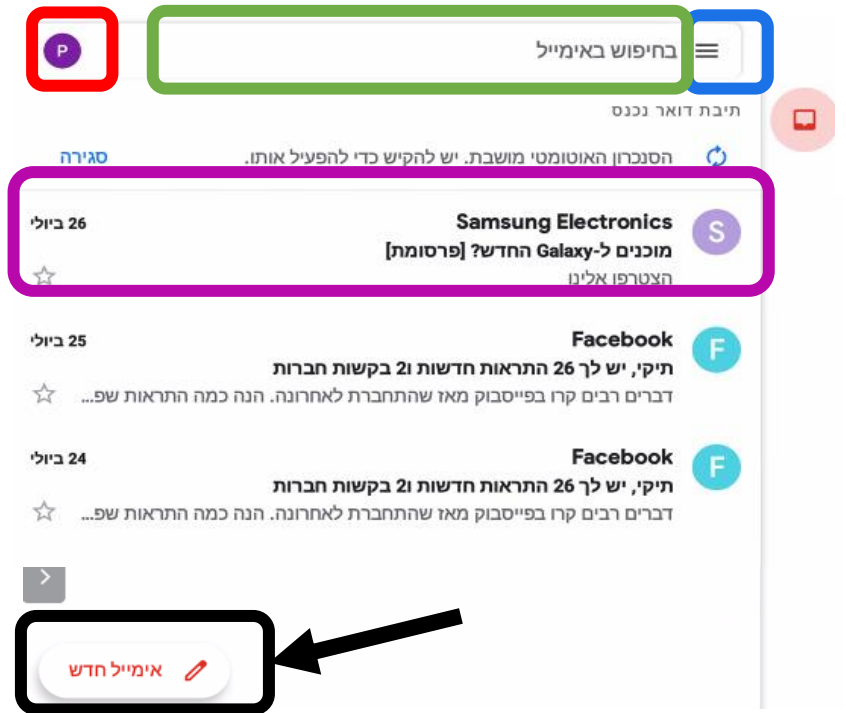
между почтовыми

ящиками

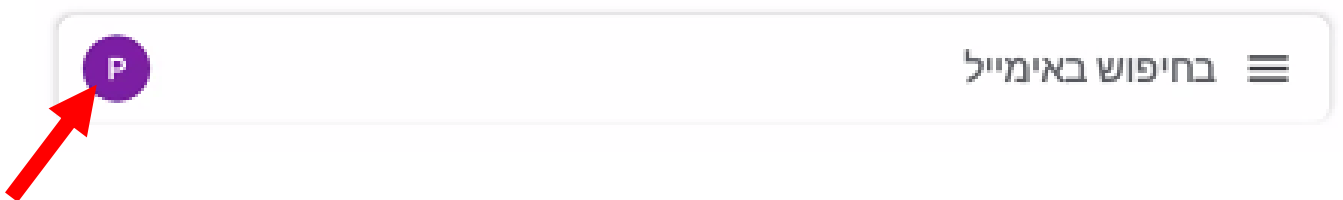
Электронное письмо

Написание нового

электронного письма



Виды иконок: кнопка учетной записи Google



В каждом приложении, которое находится в папке Google в вашем устройстве, вы увидите первую букву имени пользователя учетной записи Google.

Нажатие на данную букву позволит вам убедиться в том, что вы действительно **подключены** к вашей учетной записи Google, отправить адрес электронной почты другим людям и изменить учетную запись (на данном этапе все это пока кажется довольно сложным).



Gmail: связь в мире интернета



«Входящая почта» – вся почта, которую вы получили.

«Отправлено» – вся почта, которую вы отправили.

«Черновики» – все письма, которые вы хотели отправить, но по какой-то причине не отправили (забыли, передумали).

Каждое нажатие на меню-гамбургер открывает / закрывает меню с вашими почтовыми ящиками в Gmail.

Виды иконок: кнопка отправки

Если вы захотите отправить письмо, вам нужно будет найти значок отправки. Данный значок очень распространен в мире технологий.

Вы встретите его различные варианты во многих других приложениях. Каждый раз, когда вы его видите, это означает, что вы можете **отправить** что-либо.

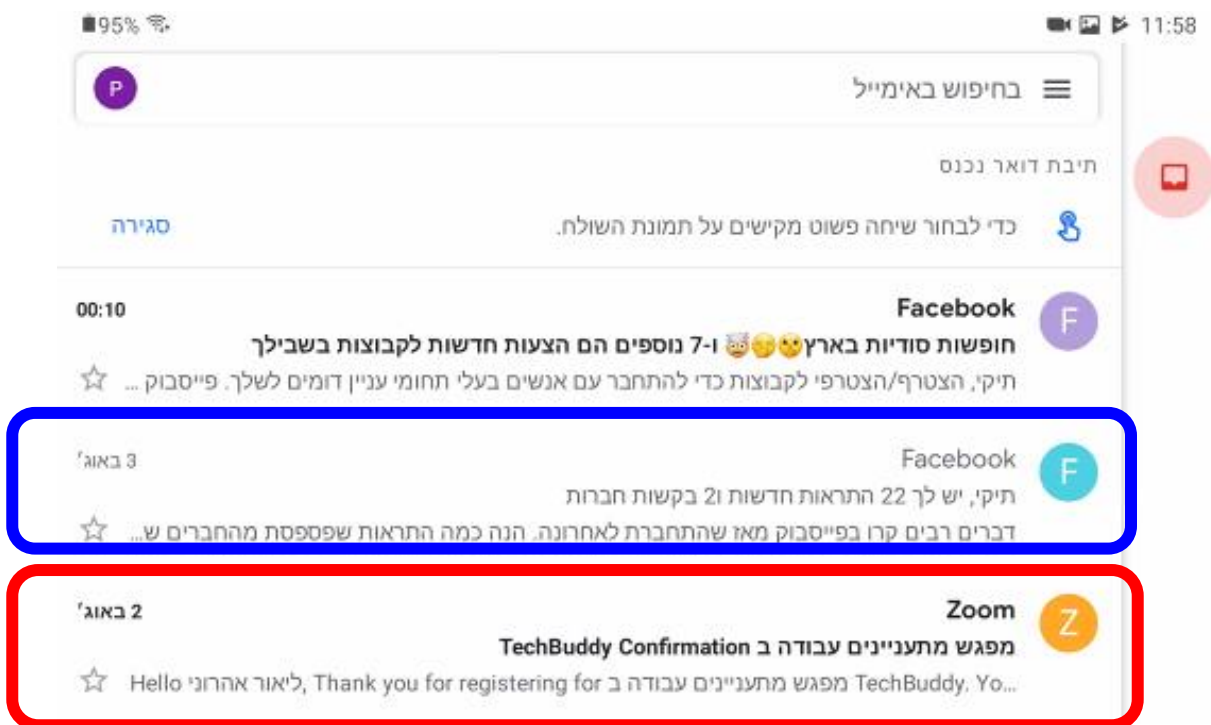


Знание –
сила!

Конспект занятия номер 4



Gmail: связь в мире интернета



Не выделено –
прочитано.

Выделено – не
прочитано.

Распространенные операции с электронным письмами



Ответ на полученное
письмо



Перенаправление письма
третьему лицу



Удаление: перенос в папку
«Корзина»



Практика: занятие номер 4

Электронная почта Gmail

1. В приложении Gmail нажмите на кнопку учетной записи Google для того, чтобы отобразить ваш адрес электронной почты. Запишите его на следующей странице в соответствующих местах.
2. Разрежьте карточки, раздайте их трем родственникам / знакомым, попросив их указать на карточках свой адрес электронной почты. Соберите карточки.
3. Отправьте на адрес электронной почты, указанной в карточках, следующую информацию:
 1. В теме письма должно быть указано ваше полное имя.
 2. В содержании письма должен быть указан телефонный номер вашего планшета.
 3. В тексте письма вы также можете указать любую другую информацию по своему желанию.



Карточки с электронным адресом



Разрезать и раздать трем участникам курса

Полное имя:

Мой адрес электронной почты:

@gmail.com

Полное имя:

Мой адрес электронной почты:

@gmail.com

Полное имя:


Мой адрес электронной почты:

@gmail.com



Электронная почта Gmail

Почтовый ящик в Gmail:

1. Нажмите на меню-гамбургер ()
2. Нажмите на почтовый ящик отправленных писем.
3. В данном почтовом ящике найдите одно из писем, которое вы отправили на предыдущем задании. Нажмите на это письмо, чтобы открыть и прочитать его.
4. Удалите письмо, нажав на корзину.
5. Теперь повторно нажмите на меню-гамбургер и перейдите в папку корзины.
6. Найдите письмо, которое вы удалили, и нажмите на него.
7. Перенаправьте это письмо на адрес TechBuddy:

practice@techbuddy.co.il

Подсказка: перенаправить письмо можно,

нажав на кнопку

העברה 

ПОД ПИСЬМОМ.

Практика: занятие номер 4



Электронная почта Gmail

Заполните следующую таблицу (в случае сомнений следуйте указаниям, чтобы найти правильный ответ):

Вопрос	Ответ
Где я могу найти письмо, которое я отправил/а?	
Где я могу найти письмо, которое отправили мне?	
Как я могу узнать, прочитано или нет отправленное мне письмо?	
Где я могу найти письмо, которое я начал/а писать, но забыл/а отправить?	

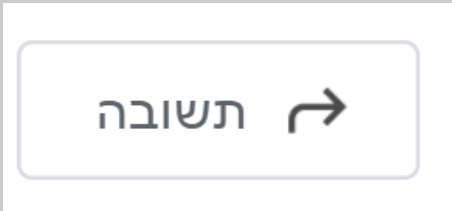





Практика: занятие номер 4



Электронная почта Gmail

Заполните следующую таблицу (в случае сомнений следуйте указаниям, чтобы найти правильный ответ):

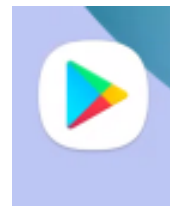
Вопрос	Ответ
Назначение кнопки 	
Назначение кнопки 	
Назначение кнопки 	
Назначение кнопки 	



Знание –
сила!

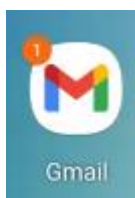
Конспект занятия номер 5

Магазин приложений



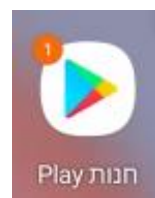
Установка приложения (5 этапов)

1. Поиск в магазине приложений Play (на иврите или английском).
2. Выбор приложения.
3. Установка.
4. Ожидание.
5. Добавление приложения на домашний экран.



Виды иконок:

уведомления приложения



Уведомление обозначается оранжевым кружком на значке приложения. Уведомление информирует нас о том, что нам отправили новое сообщение, что мы получили новое письмо, что мы не ответили на входящий звонок, что приближается событие, указанное в календаре и т. д. Для того, чтобы убрать уведомление, необходимо пролистать экран уведомлений вниз и проверить уведомление, о котором сообщает приложение.



Приложение Zoom

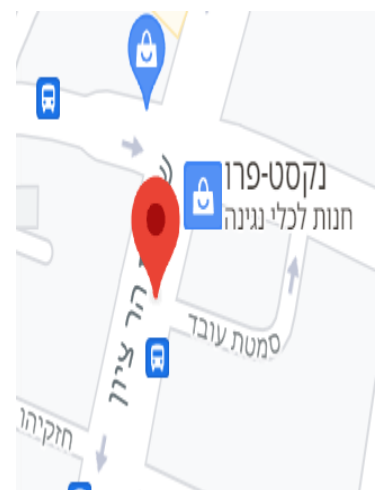
Для использования приложения необходимо выполнить 3 основные условия:

1. Подключиться к интернету.
2. Подключиться к учетной записи Zoom.
3. Войти в конференцию с помощью идентификатора конференции (Meeting ID).

Вход в конференцию с помощью уникального идентификатора конференции (Meeting ID)

Как каждое событие в реальном мире происходит в определенном месте, так и конференция Zoom проходит в определенном месте, у которого есть свой адрес.

694 218 7927




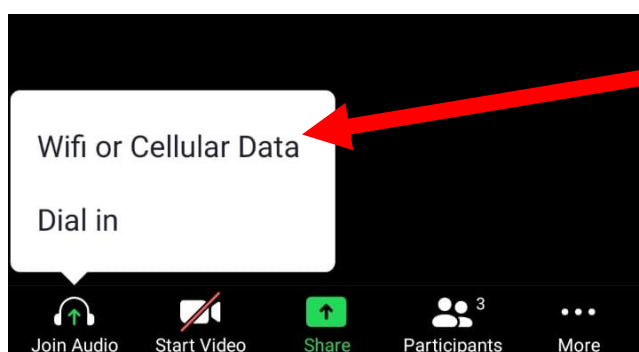


Для использования приложения необходимо выполнить 3 основные условия:

1. Подключиться к интернету.
2. Подключиться к учетной записи Zoom.
3. Войти в конференцию с помощью идентификатора конференции (Meeting ID).

Вход в конференцию Zoom

1. Зайдите в приложение Zoom.
2. Нажмите на  вверху.
3. Введите идентификационный номер конференции, полученный от организатора конференции, и нажмите на Join.
4. Нажмите на Wifi or Cellular на экране конференции для того, чтобы слышать участников конференции. Без этого вы не сможете ни говорить, ни слышать.



Знание –
сила!

Конспект занятия номер 5



Приложение Zoom

Основные инструменты, используемые на конференции Zoom

Использование микрофона

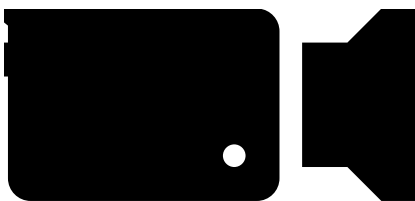


Меня слышно.

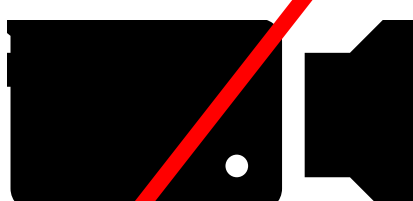


Меня не слышно.

Использование камеры



Меня видно.

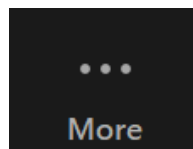


Меня не видно.

Использование чата

В нижней линейке инструментов нажмите

на



После этого нажмите на Chat.

Нажмите (короткое нажатие) на поле ввода

и в конце нажмите на **Send**

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 5



Приложение Zoom

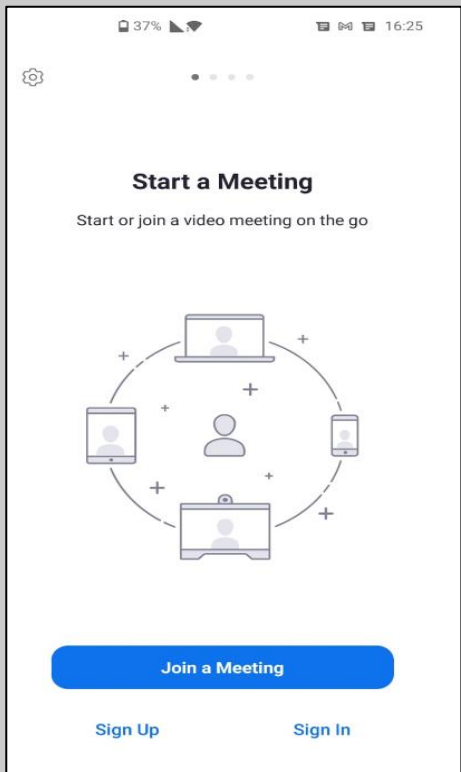
Руководство по спокойному устранению неполадок в Zoom

Что случилось?	Каково решение?
Пропала нижняя линейка инструментов Zoom.	Нажав на любую пустую часть экрана, вы сможете показать или спрятать нижнюю линейку инструментов.
Я не вижу экрана конференции.	Проведите пальцем по экрану Zoom вправо или влево (swipe right / left). При этом будут отображаться различные окна.



Приложение Zoom

Руководство по спокойному устранению неполадок
в Zoom

Что случилось?	Каково решение?
<p>При входе в приложение Zoom у меня открывается такой экран:</p> 	<p>Иногда Zoom отключается. Не стоит переживать по этому поводу. Просто подключитесь повторно, нажав на Sign In, а затем Sign In with Google и выбрав свой адрес электронной почты.</p>

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 5

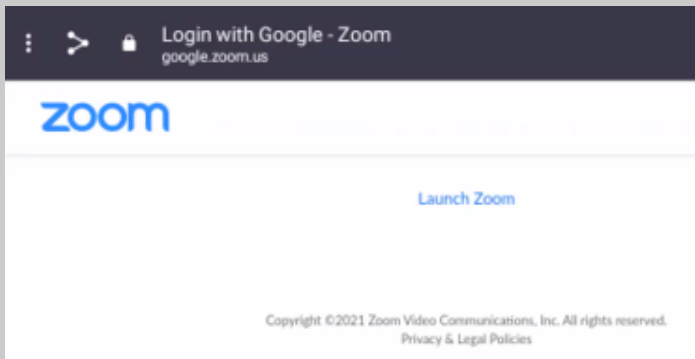
Приложение Zoom



Продолжаем спокойно устранять неполадки в
Zoom.

Что случилось?

Я подключился/подключилась к своей учетной записи, но все еще не могу зайти в приложение. Вот что я вижу:



Каково решение?

Иногда приложению для подключения необходим небольшой «пинок».

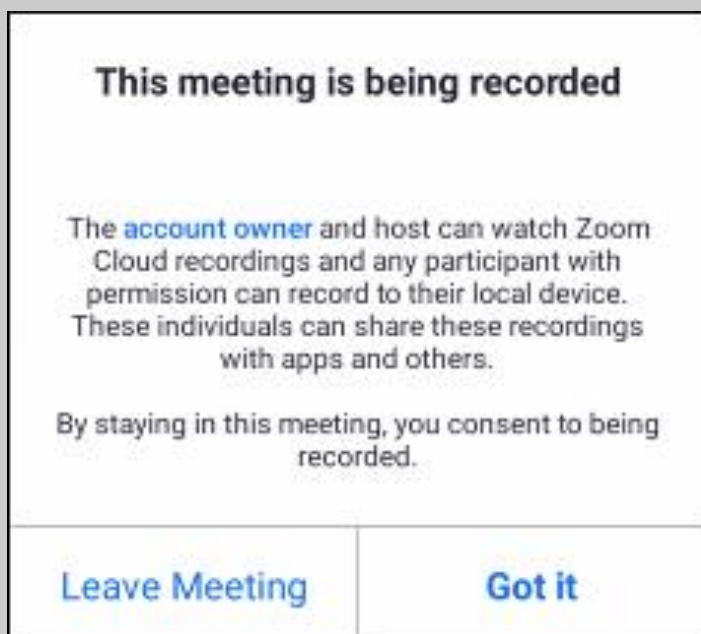
Нажмите на синюю надпись Launch Zoom.



Продолжаем спокойно устранять неполадки в
Zoom.

Что случилось?

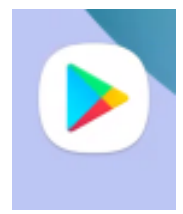
Я зашел/зашла в конференцию и вижу следующее уведомление:



Каково решение?

Данное уведомление означает, что конференция записывается. Мы будем записывать занятия на курсе для того, чтобы потом отправить их вам. Нажмите на Got it.

Практика: занятие номер 5

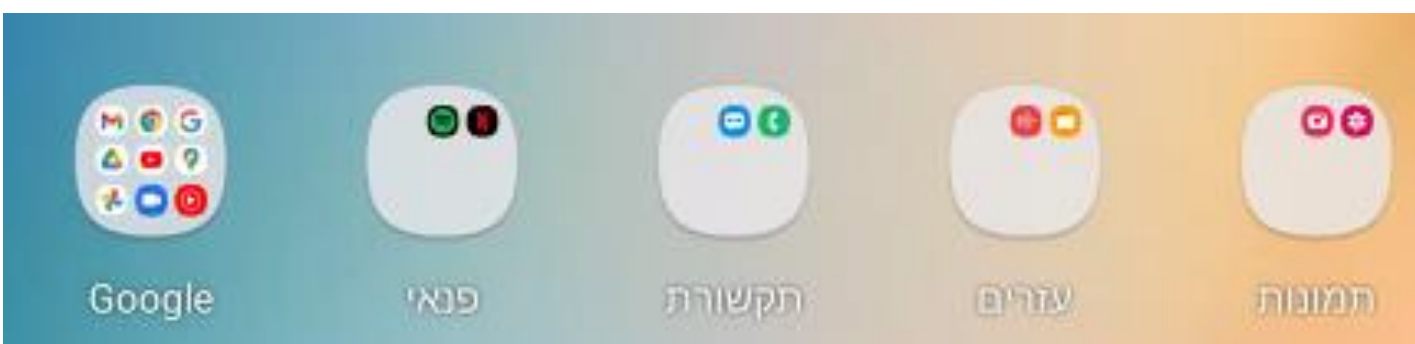


Скачивание приложений

1. Зайдите в магазин приложений Play.
2. В строке поиска наберите «Zoom». Можно также написать «זום» на иврите.
3. Нажмите на приложение ZOOM Cloud Meetings, которое выглядит следующим образом:




4. После установки приложения найдите его на экране поиска в своем планшете.
5. Нажмите (долгое нажатие) на приложение, которое вы нашли, и выберите «Добавить на домашнюю страницу».
6. Найдите приложение на домашней странице и добавьте в папку «Коммуникации», открытую вами на первых занятиях курса, или добавьте его на главный экран планшета (на ваше усмотрение).



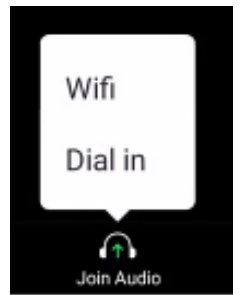
Практика: занятие номер 5



Использование приложения Zoom

1. Зайдите в приложение Zoom.
2. На главном экране входа укажите данные (вы научились этому на занятии номер 10), для того, чтобы подключится к своей учетной записи.
3. Для входа на конференцию «Станьте экспертом», которая будет проводиться еженедельно начиная с этой недели, нажмите на 
Join
4. В поле Meeting ID укажите следующий номер:

5. Нажмите на Join, а затем на Wifi or Cellular в нижней части экрана (помните: не нажав на данную кнопку, вы не сможете ни слышать других участников конференции, ни говорить сами).
6. В случае появления уведомления о записи конференции нажмите на Got it для того, чтобы дать свое согласие на запись.
7. Нажмите на кнопки регулировки уровня звука на боковой части планшета, чтобы увеличить или уменьшить громкость. Убедитесь в том, что вы действительно слышите, что говорят и что происходит на конференции.



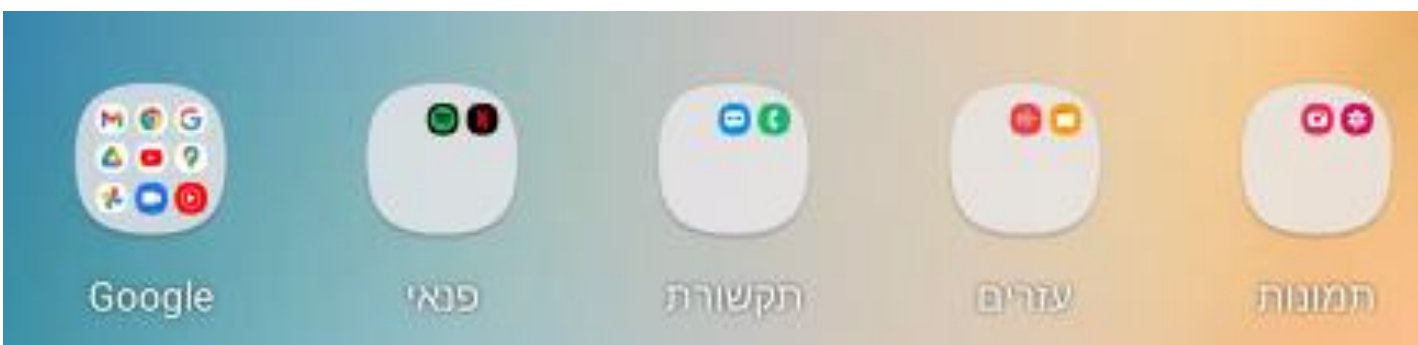
Практика: занятие номер 5

Скачивание приложений

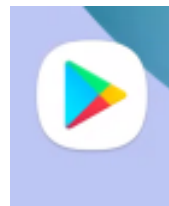
1. Зайдите в магазин приложений Play.
2. В строке поиска напишите «WhatsApp». Можно также написать «וואטסאפ» на иврите.
3. Нажмите на приложение WhatsApp Messenger, которое выглядит следующим образом:



4. После установки приложения найдите его на экране поиска в своем планшете.
5. Нажмите (долгое нажатие) на приложение, которое вы нашли, и выберите «Добавить на домашнюю страницу».
6. Найдите приложение на домашней странице и добавьте в папку «Коммуникации», открытую вами на первых занятиях курса, или добавьте его на главный экран планшета (на ваше усмотрение).



Практика: занятие номер 5



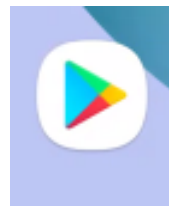
Скачивание приложений

Заполните следующую таблицу (в случае сомнений следуйте указаниям, чтобы найти правильный ответ):

Вопрос	Ответ
Где я могу найти письмо, которое я отправил/а?	
Где я могу найти письмо, которое отправили мне?	
Как я могу узнать, прочитано или нет отправленное мне письмо?	
Где я могу найти письмо, которое я начал/а писать, но забыл/а отправить?	







Практика: занятие номер 5



Скачивание приложений

Заполните следующую таблицу (в случае сомнений следуйте указаниям, чтобы найти правильный ответ):

Вопрос	Ответ
Назначение кнопки 	
Назначение кнопки 	
Назначение кнопки 	
Назначение кнопки 	



Скачивание приложений

1.

Вопрос	Ответ
Назначение кнопки 	
Назначение кнопки 	
Назначение кнопки 	
Назначение кнопки 	



Конспект занятия номер 6

Безопасный серфинг в интернете

Опасности в мире интернета

Фишинг

Попытка кражи конфиденциальной информации в интернет-среде мошенником, который выдает себя за лицо, действующее на законных основаниях.

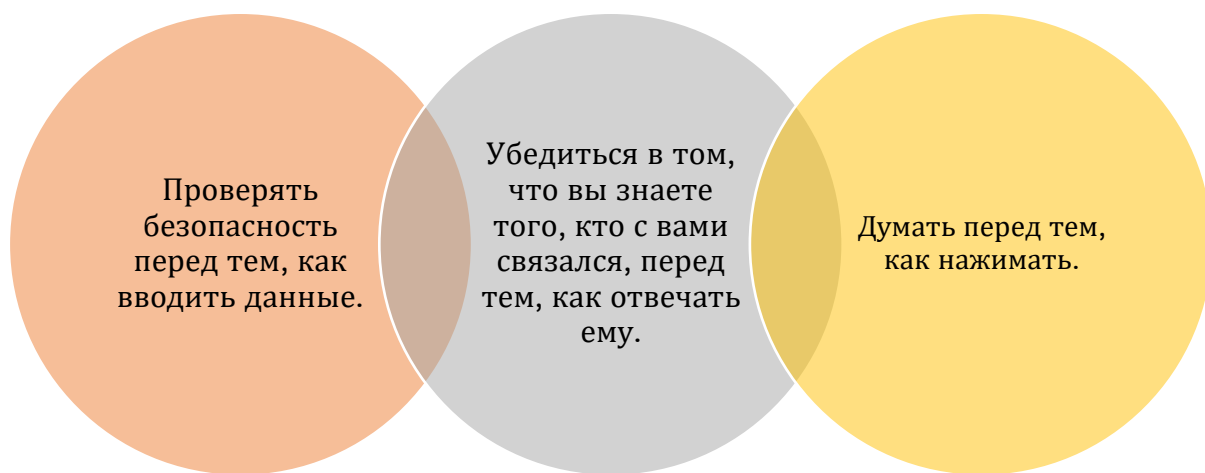
Вирус

Вредоносная программа, при установке которой происходит завладение личной информацией и причиняется вред устройству.

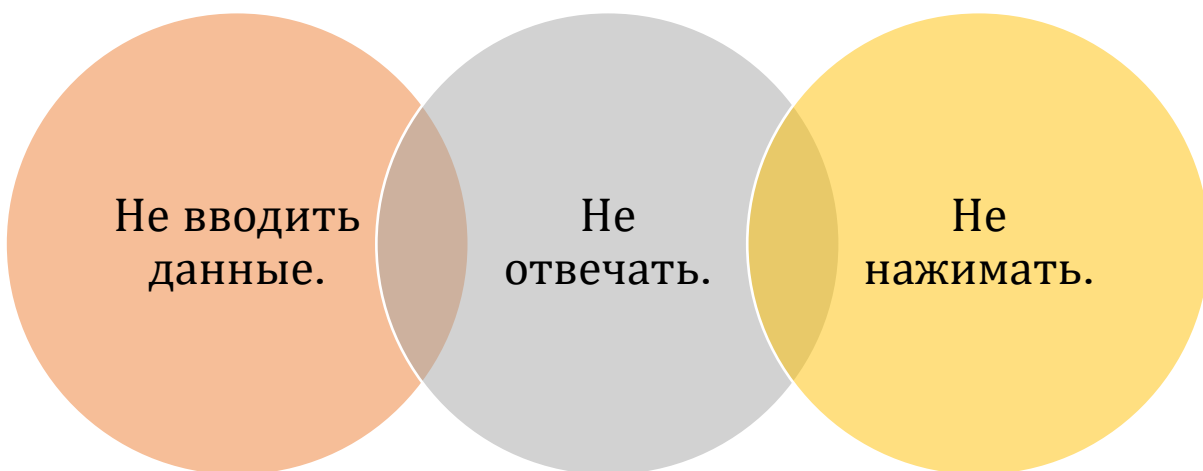
Кибератака

Агрессивное проникновение в компьютерное пространство с целью кражи информации. Обычно осуществляется организацией.

Принципы безопасного серфинга



Что делать в подозрительных ситуациях?



Как можно определить, что сайт защищен?

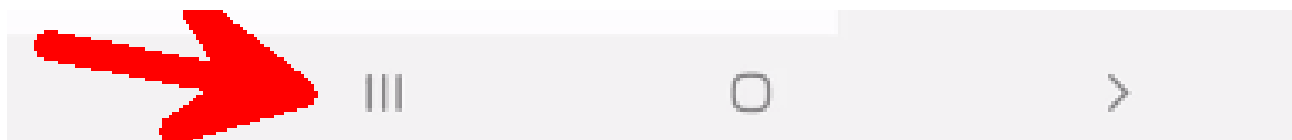
Защищенные сайты имеют следующее обозначение:



Конспект занятия номер 6

Перемещение между активными приложениями

1. Левая кнопка на панели кнопок навигации позволяет перемещаться между активными приложениями, т. е. любыми приложениями, которые вы недавно открывали.



2. Зайти в приложение можно, если нажать на него в окне активных приложений.
3. В данном окне также можно закрывать приложения, перетягивая их пальцем вверх.

Практика: занятие номер 6

Безопасный серфинг в интернете

Проверьте безопасность следующих сайтов:

Адрес сайта	Что позволяет судить об уровне безопасности?	Какое сообщение открывается при нажатии на значок?
www.ikea.co.il		
www.go.com		
www.btl.gov.il		

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 7

Мир встроенных приложений


Приложение «Контакты»

Основное применение – сохранение ваших контактов и управление ими.


Добавление контакта

Нажать на «+» и ввести имя контакта и его данные.


Поиск контакта

Нажать на  и ввести имя контакта, которое вы хотите найти.

Редактирование контакта

Нажать на  и изменить данные контакта, которые вы хотите отредактировать.

Удаление контакта

Нажать на  и удалить контакт.

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 7

Мир встроенных приложений


Приложение «Календарь»

Основное применение – управление событиями, напоминаниями и встречами.

Запись события

Нажать на «+» и ввести данные события, определить время его начала и окончания, а также установить напоминание о событии.

Перемещение между отображениями календаря (день, неделя, месяц, год)

Нажать на меню-гамбургер  и выбрать одно из отображений календаря.

Знание –
сила!

Конспект занятия номер 7

Мир встроенных приложений

Приложение «Календарь»:

продолжение

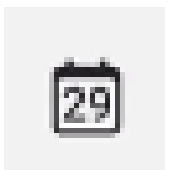
Редактирование данных и удаление

события

Чтобы изменить данные события или удалить его, нужно нажать на событие.

Возврат в текущий день

Нажать на значок календаря, расположенный в левой части экрана.



Знание –
сила!

Конспект занятия номер 7

Мир встроенных приложений

Приложение «Часы»

Основное применение – проверка местного и мирового времени, будильник, таймер, секундомер.

Создание напоминания

Нажать на «+» и задать время

напоминания, громкость

напоминания, название напоминания

(чтобы не забыть, о чем идет речь) и

частоту повторения напоминания.

Включение/Выключение

напоминания

Нажать на двухрежимную кнопку

рядом с напоминанием.



Знание –
сила!








Конспект занятия номер 7

Мир встроенных приложений

Виды иконок: понимание языка технологий

В любом языке предложения состоят из слов, состоящих из букв. Также и в языке технологий: у значков имеется значение, которое позволяет понять, что они означают, и использовать их.

Со временем мы сможем узнавать их в различных приложениях, когда будем знать, что означает каждый значок, и сможем понять язык устройства (а оно, в свою очередь, поймет нас).

Значок	Значение
	Создание нового элемента (контакта, события, напоминания и т. д.)
	Дополнительные возможности (как правило, там находится все, что не представлено на главном экране приложения)
	Удаление
	<p>Меню-гамбургер</p> <p>Настройки приложения, варианты отображения, поиск и т. д.</p>
	<p>Редактирование элемента</p> <p>(редактирование контакта, события, изображения и т. д.)</p>
	Поиск (поиск контакта, поиск события, поиск термина в интернете, поиск в настройках телефона и т. д.)
	Двухрежимная кнопка (позволяет сделать выбор между двумя вариантами: вкл./выкл.)



Практика: занятие номер 7

Контакты

1. Добавьте в контакты следующий номер телефона, обозначив его как «Служба поддержки»:

073-396-6307

2. Добавьте в контакты следующий номер телефона, обозначив его как «Текбадди»:

054-9087377

3. Добавьте три контакта из числа участников курса (подойдите к ним, они не кусаются).

Практика: занятие номер 7

Календарь

1. Добавьте себе в календарь событий даты занятий в рамках курса. Воспользуйтесь расписанием занятий, которое мы раздавали вам на первом занятии.
2. Не забудьте добавить в календарь также занятия, которые уже состоялись (на следующей странице вы найдете подробную информацию о занятиях и о темах прошлых занятий).

Практика: занятие номер 7

Отредактируйте все прошедшие события таким образом, чтобы рядом с номером занятия была указана тема занятия.

Напоминаем темы занятий:

1. Занятие номер 1: «Знакомство и начало курса»
2. Занятие номер 2: «Знакомство с планшетом»
3. Занятие номер 3:
«Углубленное изучение экранов планшета»
4. Занятие номер 4: «Встроенные приложения: часть первая»

Для самых смелых, добавьте пометку по каждой встрече.

Часы

1. Добавьте ежедневное, еженедельное или другое – по вашему усмотрению – напоминание, повторяющееся с определенной частотой. Возможные идеи:

1. **Ежедневное напоминание о необходимости приема лекарств**
2. **Еженедельное напоминание о необходимости проверить баланс банковского счета**
3. **Напоминание о том, что нужно пить воду (ежедневное или повторяющееся каждые несколько часов)**

Часы: продолжение

2. Убедитесь в том, что все напоминания активны. При желании вы можете выключить напоминание или удалить его, нажав (длительное нажатие) на напоминание, а затем на корзину.
3. В функции «Мировое время» найдите одно из тех мест, которое вы хотели бы посетить. Добавьте часы, показывающие время в данном месте.


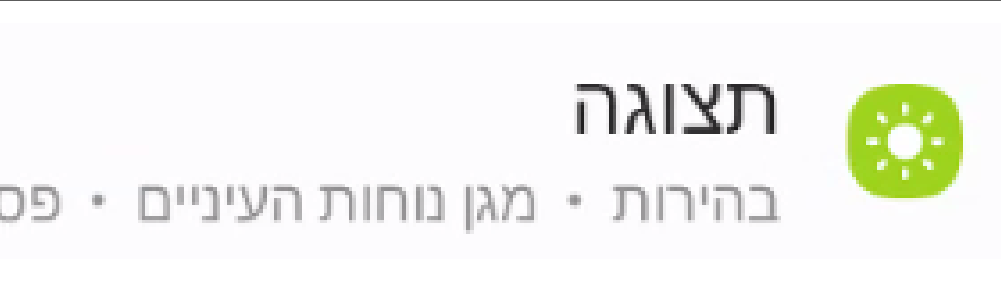
Часы: продолжение

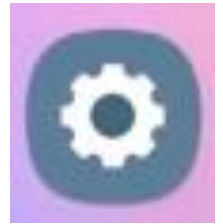
1. Подойдите к одному из участников курса и установите таймер на 2 минуты 00 секунд. Придумайте тему для разговора и включите таймер. Как только таймер отключится, прекратите разговор и перейдите к другому участнику.
2. В том случае, если остальные участники курса заняты повторением материала, вы можете попрактиковаться с помощниками инструктора или самим инструктором (если они свободны).



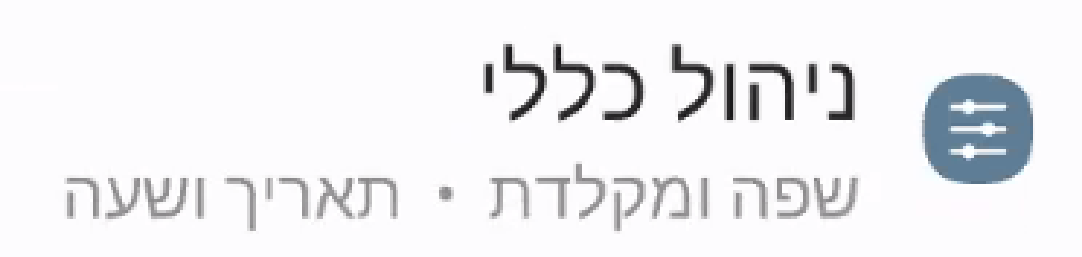
Приложение «Настройки»

Основное применение – управление настройками устройства.

Настройка	Значение
	<p>Позволяет изменить звук, отключить звук на устройстве, изменить уровень громкости.</p>
	<p>Позволяет изменить режимы отображения в соответствии с предпочтениями пользователя, изменить яркость экрана, изменить размер текста, увеличить экран, установить функцию автоматического выключения экрана.</p>



Приложение «Настройки»

Настройка	Значение
	<p>Позволяет управлять разрешениями в приложениях, отключать уведомления в определенных приложениях и устанавливать определенные приложения по умолчанию (более подробно вы познакомитесь с этим во время дальнейших занятий).</p>
	<p>Позволяет изменять общие настройки, например дату и время, добавлять языки ввода или изменять язык системы.</p>



Знание –
сила!

Что такое операционная система?

За каждым успешным



стоит сильная



.

Операционная система – это та «женщина», которая стоит за планшетом.

Операционная система представляет собой жизненно важный элемент устройства, без которого планшет/ телефон/компьютер можно использовать только как поднос для горячих блюд.

Есть несколько типов операционных систем, наша называется Android.



android

Знание –
сила!

Что такое операционная система?

Как и любая женщина, операционная система тоже должна

«обновляться». Постоянно. Во всем.

Почему?

1. Обновление – это устранение распространенных неполадок.
2. Обновление – это улучшение защиты устройства.
3. Обновление – это расширение возможностей устройства.

Важно отметить, что при обновлении версии не уничтожаются данные, хранящиеся в устройстве. Из вашего личного устройства не будут удалены файлы, контакты или какая-либо иная информация!

Знание –
сила!

Что такое операционная система?

Чтобы обновить операционную систему, перейдите в настройки приложения и пролистайте вниз до «Поиска обновлений системы».

Нажмите на «Скачать и установить».

Если существующая версия системы нуждается в обновлении, вы увидите обновление, доступное для скачивания.

Внимание!

Чтобы обновить версию системы, требуется время (от получаса до часа), в связи с чем всегда следует выбирать время обновления таким образом, чтобы в этот момент вам не нужно было пользоваться планшетом.

Конспект занятия номер 8

Виды иконок: кнопки возврата на предыдущий экран

Хотите вернуться на один экран
назад? Ищите стрелку с правой
стороны вверху: в большинстве
встроенных приложений
кнопка возврата находится там.



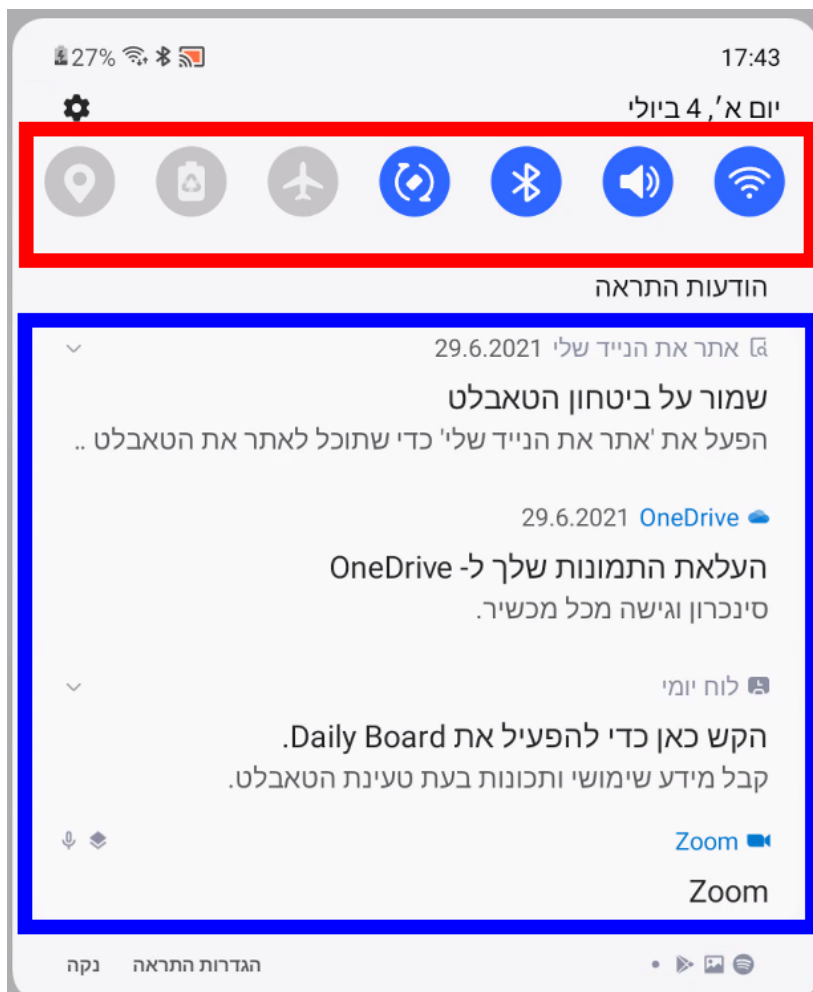
Знание –
сила!

«уведомлений» Конспект занятия номер 8:

«Экран

На экране уведомлений можно:

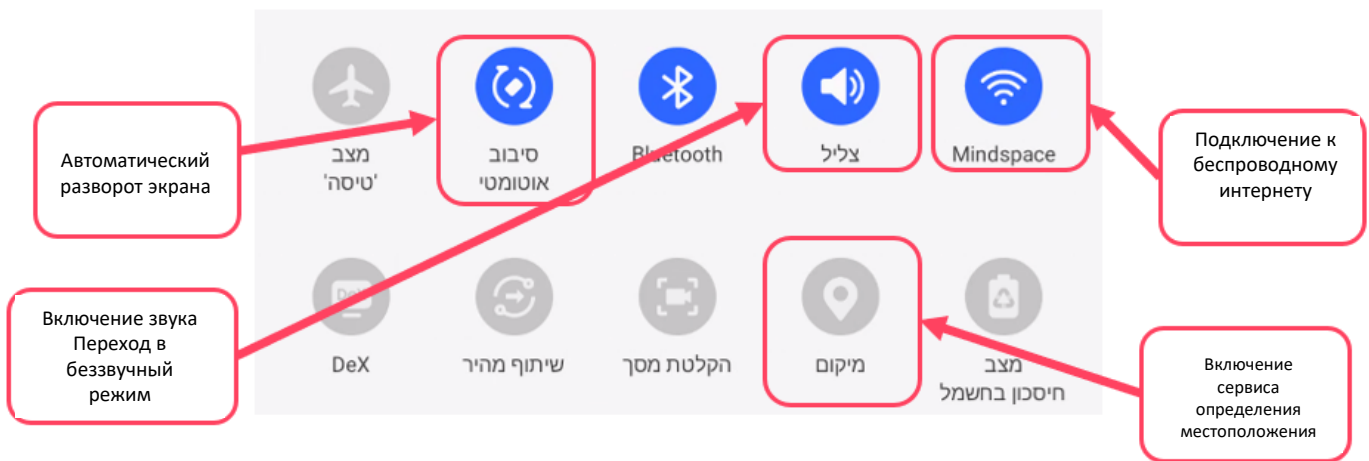
1. Включать / Выключать значки системы.
2. Видеть все уведомления, поступающие из приложений на телефон.



Знание – сила!

Конспект занятия номер 8: «Экран уведомлений»

מסך ההתראות – סמלי המערכת החשובים



Неактивные значки (в режиме Off)

Активные значки (в режиме ON)



Практика: занятие 8

Настройки

1. Зайдите в настройки планшета и выберите настройки звука.
2. Выберите и установите мелодию, которая вам нравится (помните: при использовании радиокнопок каждый выбор отменяет предыдущий).
3. На что требуется нажать, чтобы сохранить выбор вашей мелодии (подсказка: сохранение происходит автоматически)?
Нарисуйте значок на который вы нажали:

нажали:



Практика: занятие 8

Настройки: продолжение

4. Теперь измените звук уведомлений в соответствии с вашими предпочтениями – в точности так, как вы меняли мелодию звонка на планшете.
5. Поделите перечисленные ниже виды связи на две группы в зависимости от того, какой звук для них подойдет.

Когда мы слышим звонок?	Когда мы слышим звук уведомления?

Виды связи

Входящий телефонный звонок; сообщение; уведомление приложения; будильник; входящий видеозвонок

Настройки

1. Зайдите в приложение «Настройки». Выберите в нем функцию «Настройки экрана».
2. Включите «Режим защиты зрения». Обратите внимание на изменение изображения на экране. Если хотите, оставьте изображение таким. Если нет, выключите данный режим, чтобы вернуться в настройки по умолчанию.

Практика: занятие 8

Настройки: продолжение

3. Выполните настройку шрифта в соответствии с вашими предпочтениями. В настройках экрана нажмите на «Размер и шрифт» и выберите «Шрифт». Заполните следующую таблицу, чтобы запомнить свои предпочтения:

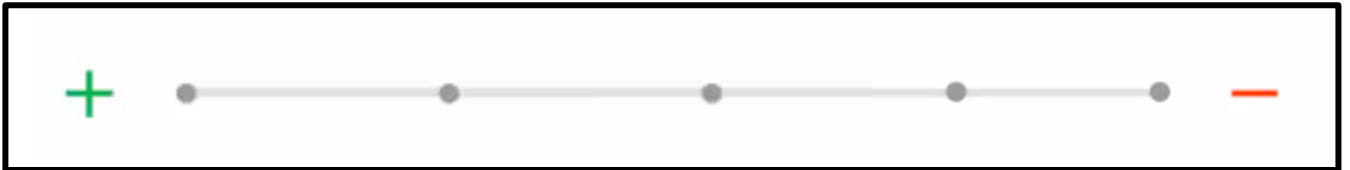
Название вашего любимого шрифта	
Нравится ли вам жирный шрифт?	Да / Нет

Предпочтительный для вас размер шрифта (отметьте расположение синей точки на приведённой ниже шкале):



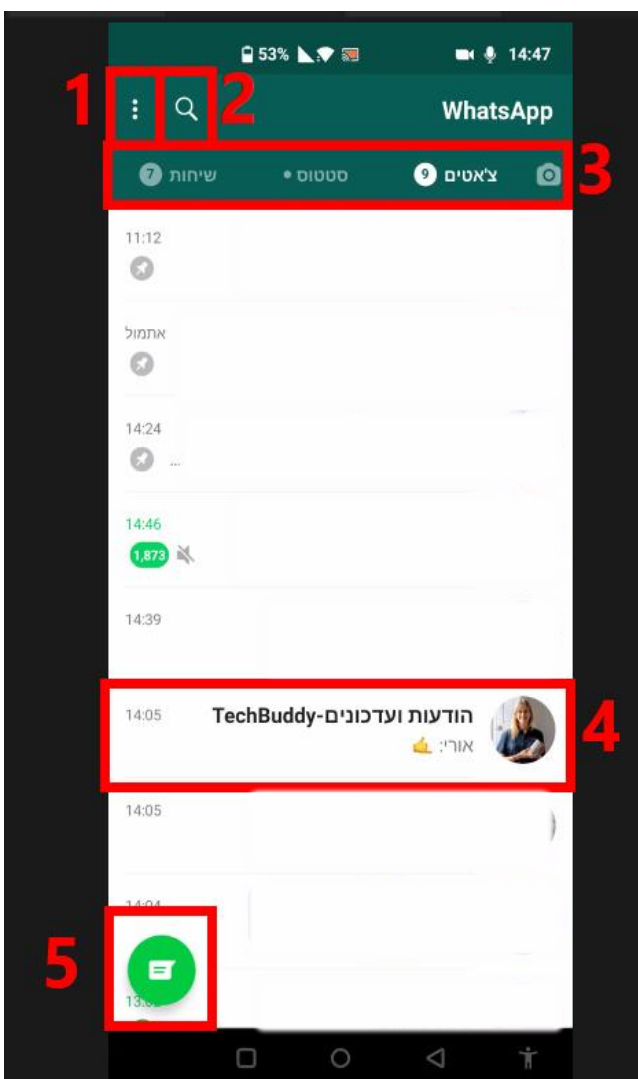
Практика: занятие 8

4. Теперь вернитесь на экран настроек главного экрана и выберите «Увеличение экрана». Выберите наиболее подходящий вам режим отображения.



Практика: занятие 8

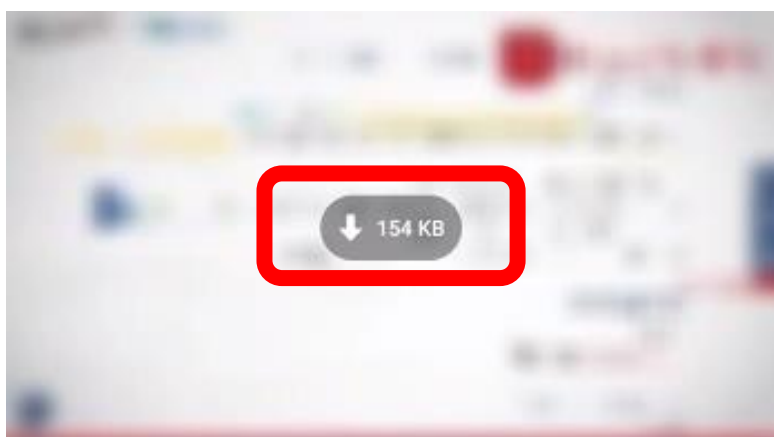
5. Теперь вернитесь на главный экран настроек и выберите «Приложения». На экране настройки приложений выберите «Выбрать приложения по умолчанию» и убедитесь в том, что в качестве приложения браузера выбран Chrome (не старайтесь разобраться в этом на данном этапе: мы более основательно изучим этот вопрос, когда будем знакомиться с миром интернета). Если это не так, попросите инструктора выбрать Chrome в качестве интернет-браузера по умолчанию.



1. Переход к настройкам и дополнительным возможностям
2. Поиск
3. Панель навигации между экранами
4. Существующая переписка в WhatsApp
5. Создание нового сообщения

Скачивание файлов в WhatsApp

Для скачивания изображения нажмите на значок со стрелкой в центре.



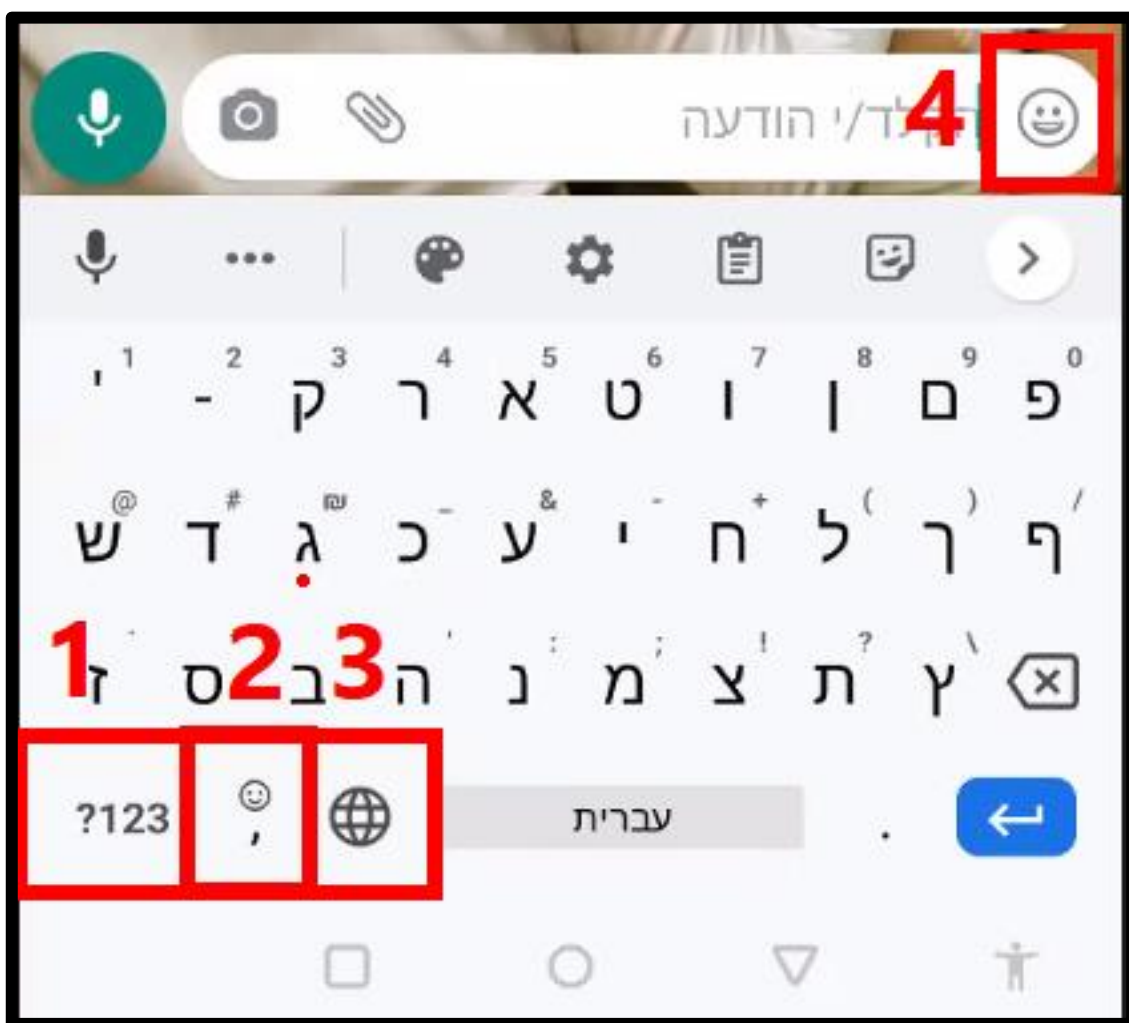
Для прослушивания голосового сообщения нажмите на Play.





Конспект занятия номер 9

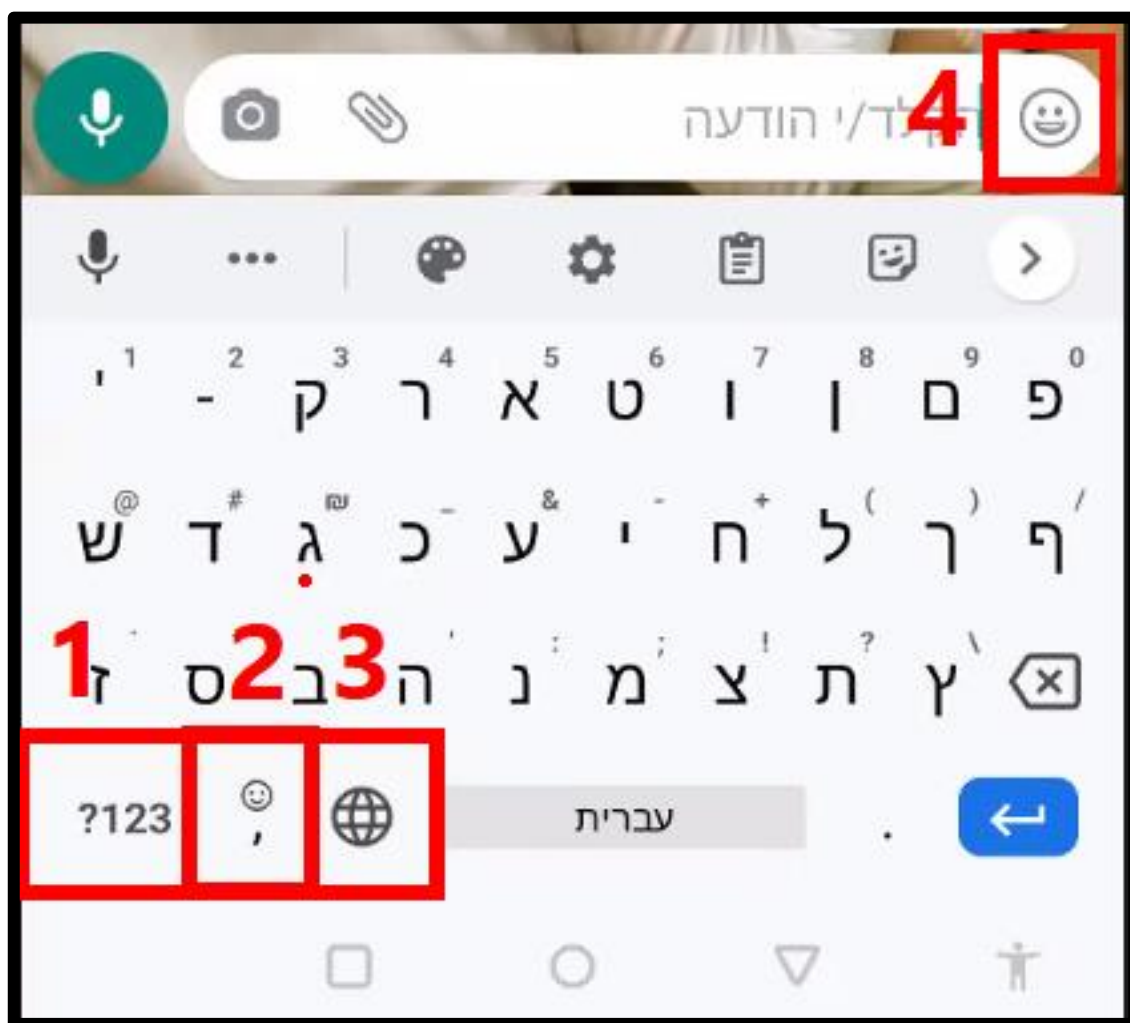
Переход между клавиатурами в приложении WhatsApp



1. Цифры и символы
2. Переход на клавиатуру символов (Emoji / стикеров / GIF)
3. Смена языка
4. Быстрый переход к emoji (смайликам)



Переключение клавиатур в приложении WhatsApp



1. Цифры и символы
2. Переход на клавиатуру символов (Emoji / стикеров / GIF)
3. Смена языка
4. Быстрый переход к emoji (смайликам)

Мои цели: окончание курса

Дата 01 _____

Насколько уверенно вы в настоящее время чувствуете себя, сталкиваясь с миром технологий?

	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
В очень значительной степени											В какой-то степени

На вашу оценку представлено несколько утверждений. Пожалуйста, отметьте, насколько вы согласны с каждым из них.

	Полностью согласен/согласна	Частично согласен/согласна	Совершенно не согласен/согласна
Я боюсь технологий.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Технологии заставляют меня нервничать.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Если мне не удастся что-то сделать на компьютере или телефоне, это меня раздражает.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Иногда я попадаю на тот или иной сайт, но не знаю, как я на него попал/а.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Я слишком стар для того, чтобы учиться пользоваться технологиями.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Я избегаю пользоваться компьютером или смартфоном, чтобы не сломать его.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Насколько сильно пройденный курс изменил ваше восприятие мира технологий?

Мои цели: окончание курса

Дата от _____

На вашу оценку представлено несколько дополнительных утверждений. Пожалуйста, отметьте, насколько вы согласны с каждым из них.

	Полностью согласен/согласна	Частично согласен/согласна	Совершенно не согласен/согласна
Я люблю учиться чему-нибудь новому.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Если у меня что-то не получается, я предпринимаю повторные попытки, пока не получится.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Технологии можно изучать в любом возрасте.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Интернет помогает мне в поиске необходимой информации.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Если меня что-то интересует, я ищу информацию в интернете.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Я уверенно пользуюсь компьютером или телефоном.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

самостоятельно, по вашим ощущениям, вы пользуетесь данными технологиями теперь?

Цель	Насколько самостоятельно вы пользовались данными технологиями в начале курса (по шкале от 1 до 10)	Насколько самостоятельно вы пользуетесь данными технологиями в конце курса (по шкале от 1 до 10)
1.		
2.		
3.		

«Национальный
проект по
распространению
цифровой
грамотности среди
ПОЖИЛЫХ»

קישור לשאלון מדידה

