

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение  
«Комплексный центр социального обслуживания населения  
Выборгского района»



Антипова  
Ирина Казимировна

# «СМАРТФОН И Я»

**Практика продления  
активного долголетия людей  
старшего поколения**

**Изучение смартфонов и  
планшетов помогает людям  
старшего возраста быстрее  
адаптироваться в условиях  
цифровой трансформации**



# ПРАКТИКА «СМАРТФОН И Я»



1

**рассчитана на людей старшего возраста, желающих повысить уровень знаний и умений при работе со смартфоном или планшетом**

2

**Реализуется более трех лет**

3

**В 2023 году участниками занятий стали 385 человек пожилого возраста. В 2022 - 342 человека.**



# ЦЕЛЬ ПРАКТИКИ

**Обучение людей старшего возраста пользованию современными мобильными устройствами, сокращение цифрового разрыва между поколениями, обеспечение права пожилых людей на использование электронных государственных услуг и социальных интернет-сервисов, расширение доступа к мобильным информационным технологиям.**



# ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ

Способствовать формированию устойчивых знаний, умений и навыков в разделах практики

Первичные навыки работы со смартфоном или планшетом

Основы эффективной и безопасной работы в сети Интернет.

Магазин приложений. Аккаунты. Регистрация на сайтах и в приложениях.

Мессенджеры, электронная почта, социальные сети.

Банковские приложения.  
Оплата ЖКХ и услуг связи.

Elaborate on the step here

# КОНЦЕПЦИЯ

Обучение пожилых людей заключается в передаче навыков взаимодействия человека с техническими устройствами и информационными ресурсами.

Учебный материал подается с учетом возраста и имеющегося опыта. Основной упор сделан на практические занятия и индивидуальный подход.

Необходимо убрать страхи и превратить обучение в увлекательный процесс.

Нельзя сводить обучение к набору инструкций для механического исполнения. Важно научить увидеть общие принципы работы с настройками, приложениями, в Интернете и т.д.

Готовность к многократному повторению, ответам на любые вопросы. Гибкость в построении занятий и подаче материала.

Моральная поддержка на всех этапах обучения. Повышение самооценки и уверенности в себе. Внимание и такт.



# МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ

Занятия проводятся в теплой, комфортной обстановке, в группах не более 7 человек.

Практика рассчитана 24 занятия.



Изложение материала ведется от простого к сложному



Практические занятия с обязательным повтором разобранных операций являются основой обучения.



Пройденный материал записывается в конспект в виде алгоритмов, пошаговых инструкций.



Индивидуальный подход позволяет каждому участнику изучать именно свой смартфон или планшет.



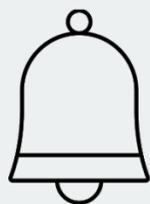
Добровольные домашние задания.

# ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВНЕДРЕНИЯ ПРАКТИКИ

**В 2023 ГОДУ УЧАСТНИКАМИ ЗАНЯТИЙ  
СТАЛИ 385 ЧЕЛОВЕК СТАРШЕГО ВОЗРАСТА**



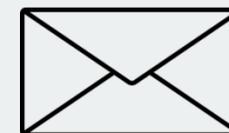
## ПОКАЗАТЕЛИ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ПРАКТИКИ



**ПОЛНАЯ НАПОЛНЯЕМОСТЬ  
ГРУПП (ДО 7 ЧЕЛОВЕК)**



**ПОСЕЩАЕМОСТЬ  
(ПРОХОЖДЕНИЕ ПОЛУЧАТЕЛЕМ  
СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ ПОЛНОГО  
ЦИКЛА ЗАНЯТИЙ)**



**ЛИСТ ОЖИДАНИЯ  
ОТЗЫВЫ И БЛАГОДАРНОСТИ**

Не все желающие сразу могут попасть на занятия, всегда есть очередь.

---

## По окончании занятий человек пожилого возраста может научиться:

- ✓ Выполнять основные настройки на смартфоне, пользоваться стандартными приложениями;
- ✓ Пользоваться мессенджерами;
- ✓ Устанавливать, удалять и обновлять приложения;
- ✓ Использовать экранную клавиатуру, буфер обмена, голосовой ввод текста;
- ✓ Осуществлять поиск информации в Интернете, использовать умную камеру;
- ✓ Пользоваться электронной почтой, отправлять и принимать письма с вложениями;
- ✓ Пользоваться порталами Госуслуги, Здоровье петербуржца, ПФР, получать выписки с индивидуального лицевого счета, записываться к врачу;
- ✓ Оплачивать услуги ЖКХ и услуги связи через банковские приложения. Заказывать лекарства.
- ✓ Использовать карты, находить нужные места и прокладывать маршруты

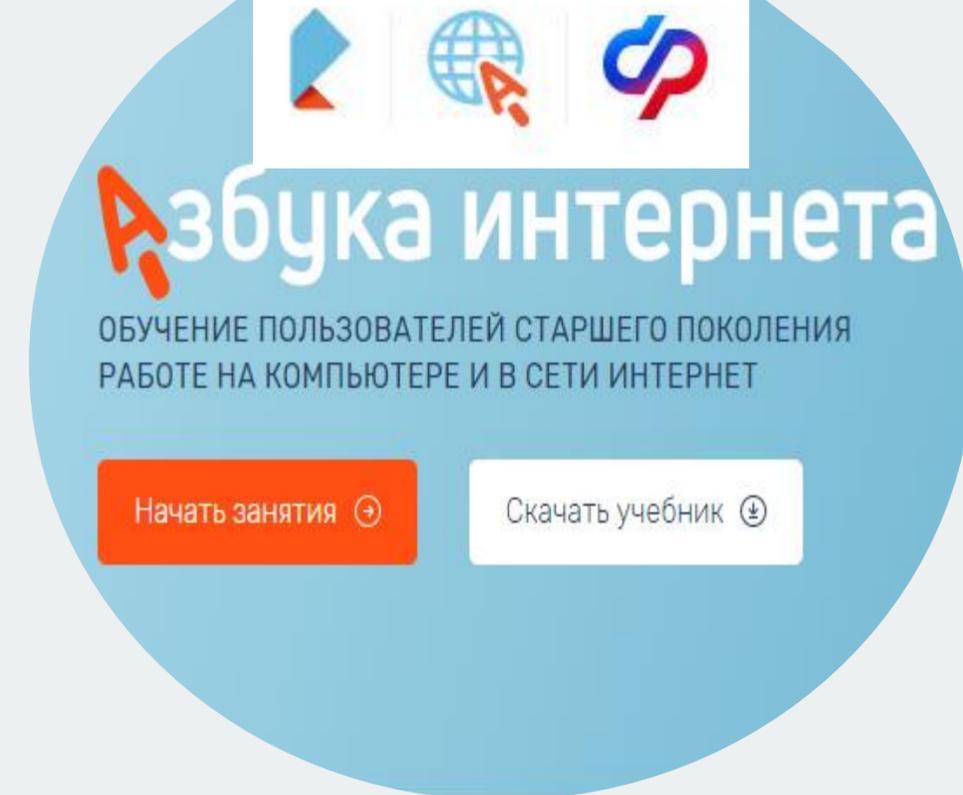


# ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВНЕДРЕНИЯ

**Дополнительными факторами успешности реализации практики для участников обучения являются:**

**заинтересованность других людей или организаций в результатах их обучения;**

**возможность сразу применить на практике полученные знания для решения реальных задач.**



**Участие во  
ВСЕРОССИЙСКОМ КОНКУРСЕ ЛИЧНЫХ  
ДОСТИЖЕНИЙ ПЕНСИОНЕРОВ В СФЕРЕ  
КОМПЬЮТЕРНОЙ ГРАМОТНОСТИ  
«СПАСИБО ИНТЕРНЕТУ »  
помогает решить эти задачи.**



# УЧАСТИЕ В КОНКУРСЕ

По окончании обучения всем участникам предлагается принять участие в конкурсе. 2022-2023 годах в конкурсе приняли участие 29 человек.

Два участника получили специальные призы и дипломы конкурса.



Потапова Элеонора  
Николаевна

Номинация  
«Участник конкурса в  
возрасте 90+»



Эрстед Елена  
Александровна

Номинация «Моя  
общественная Интернет  
инициатива»

Для участия в конкурсе необходимо применить целый комплекс знаний, полученных в процессе обучения.

- ✓ Голосовой ввод текста.
- ✓ Работа с буфером обмена.
- ✓ Одновременная работа в нескольких приложениях.
- ✓ Поиск информации в Интернете.
- ✓ Регистрация на сайте.
- ✓ Заполнение электронных форм.
- ✓ Отправка документов и фотографий через сайт
- ✓ Работа с электронной почтой.
- ✓ Подключение смартфона к компьютеру.

# ВЫВОДЫ

**ПРАКТИКА ПО ИЗУЧЕНИЯ СМАРТФОНОВ И ПЛАНШЕТОВ «СМАРТФН И Я» В ТЕЧЕНИЕ БОЛЕЕ ЧЕМ ТРЕХ ЛЕТ ОЧЕНЬ ВОСТРЕБОВАНА У ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ.**

**ОНА ЯВЛЯЕТСЯ АКТУАЛЬНОЙ В РЕШЕНИИ ЗАДАЧИ ПО СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ В СОВРЕМЕННОЕ ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЩЕСТВО.**

**ПРАКТИКА «СМАРТФОН И Я» СОЗДАЕТ СИСТЕМУ КАЧЕСТВЕННОГО ОБУЧЕНИЯ ГРАЖДАН СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ ОСНОВАМ РАБОТЫ НА СМАРТФОНЕ И В ИНТЕРНЕТЕ.**



# ВЫВОДЫ

01



ЛЮДИ СТАРШЕГО  
ВОЗРАСТА МОГУТ И  
ХОТЯТ ОСВОИТЬ  
РАБОТУ НА СМАРТФОНЕ

02



РЕГУЛЯРНОЕ ОБЩЕНИЕ  
(мессенджеры,  
социальные сети,  
видеосвязь) УЛУЧШАЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЕ И  
ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

03



ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ  
ПОЛЬЗОВАТЬСЯ  
СЕРВИСАМИ И ДЕЛАТЬ  
МНОГИЕ ВЕЩИ  
УДАЛЕННО ДЛЯ  
ЧЕЛОВЕКА, КОТОРОМУ  
БЫВАЕТ УЖЕ ТЯЖЕЛЕЕ  
ВЫЙТИ НА УЛИЦУ

04



ЭТО РАСШИРЕНИЕ  
ПРОСТРАНСТВА  
ВОЗМОЖНОСТЕЙ ДЛЯ  
НОВЫХ ВПЕЧАТЛЕНИЙ