



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
РЕСПУБЛИКА ХАКАСИЯ

РОССИЯ ФЕДЕРАЦИЯЗЫ  
ХАКАС РЕСПУБЛИКАЗЫ

МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ РЕСПУБЛИКИ ХАКАСИЯ  
ХАКАС РЕСПУБЛИКАНЫН ИСТҮНИС ПАЗА ХАЛЫХ САРИНАҢ АРАЧЫЛАЧАН  
МИНИСТЕРСТВОЗЫ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ ХАКАСИЯ  
«КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ  
«ЗАБОТА»

ХАКАС РЕСПУБЛИКАНЫҢ ХАЗНА БЮДЖЕТ УЧРЕЖДЕНИЕЗИ  
«САҒЫССЫРАС» ЧОНҒА СОЦИАЛЬНОЙ ХАБАЗЫҒ ПИРЦЕҢ ТИКСІ КІН»

### ПРИКАЗ

" 02 " ноября 2022 г.

г. Черногорск

№ 44 «а» - од

#### Об утверждении Программ


В целях реализации постановления Правительства Республики Хакасия от 11.07.2022 г. № 409 «О переименовании Государственного бюджетного учреждения Республики Хакасия «Социальная гостиница» и внесении изменений в некоторые постановления Правительства Республики Хакасия» в части введения нового вида Уставной деятельности Учреждения – предоставление социальных услуг в полустационарной форме

### П Р И К А З Ы В А Ю:

1. Утвердить Программу для участников предпенсионного и пенсионного возраста художественной направленности «Социальный танец танцклуба «Движение».
2. Утвердить Программу компьютерной грамотности для пенсионеров «Флешка».
3. Ввести в действие настоящий приказ с 18 октября 2022 года.
4. Заведующей отделением социального обслуживания Мироненко М.С. при распределении обязанностей определить лиц, ответственных за реализацию Программ.
5. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.


Директор

Е.Н. Кондратьева

С приказом ознакомлена  (Мироненко М.С.)

Приложение № \_\_\_\_\_  
к приказу ГБУ РХ «КЦСОН «Забота»  
от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ РХ «КЦСОН «Забота»

  
\_\_\_\_\_ Е.Н. Кондратьева

**ПРОГРАММА**  
для участников предпенсионного и пенсионного возраста  
художественной направленности  
«Социальный танец»  
танцклуб «ДВИЖЕНИЕ»

г. Черногорск

## В в е д е н и е

Старение населения – одна из основных проблем, тревожащих в настоящее время почти все без исключения страны мира. Пожилые люди стали отдельной демографической, социальной и медико-биологической категорией, требующей специального подхода к решению своих проблем.

Изменение социального статуса человека в пожилом возрасте вызвано прежде всего, прекращением или ограничением трудовой деятельности, изменениями ценностных ориентиров, самого образа жизни, недостатком общения, возникновением затруднений в социально-бытовом обслуживании и т.д.

В связи с этим требуется выработка новых подходов, форм и методов социальной работы с пожилыми людьми.

Многие возрастные изменения и недуги можно отсрочить, затормозить и даже предупредить с помощью физической активности. Можно, конечно, заниматься различными упражнениями, изнуря себя, совершая немало усилий, если конечно это по силам, но только гораздо приятней совершенствовать свое тело в танце под ритмичную музыку, в компании приятных людей.

Далеко не все люди способны выражать свои чувства и эмоции вербально (словами), далеко не каждому дано овладеть ораторским искусством. Танец же позволяет человеку выражать эмоции без слов, через движения и пластику и, таким образом, не копить их в себе, а делиться с миром, или просто избавляться от нежелательных эмоций.

Если рассматривать танец, как способ самопознания и самовыражения, способ социального общения и средство объединения духовного и физического состояния человека то, «социальный танец», который основан не только на заученных движениях, но и на импровизации, - то это один из лучших вариантов решения имеющихся проблем у людей старшего возраста.

## Паспорт программы

Наименование программы	Танцклуб « Движение»
Разработчик программы	Михалькова Елена Анатольевна –специалист по социальной работе ГБУ РХ «КЦСОН «Забота»
Организации, координирующие реализацию программы	Государственное бюджетное учреждение Республики Хакасия «Комплексный центр социального обслуживания населения «Забота», Государственное казенное учреждение Республики Хакасия "Управление социальной поддержки населения" по г. Черногорску.
Цель программы	Развитие танцевальных навыков. Приобщение к искусству хореографии. Организация досуга пожилых людей.
Задачи программы	1. Образовательные 2. Воспитательные 3. Развивающие
Форма проведения занятий	Теоретические и практические занятия. Беседы. Муз и видео часы. Репетиции. Выступления.
Сроки реализации программы	Курс включает в себя 96 занятия. Периодичность- два раза в неделю, продолжительностью 1,5 часа. Срок реализации 1 год.
Ожидаемые результаты	<p>Развитие музыкальности, ритмичности, умение работать в команде и в коллективе. Позитивный жизненный настрой.</p> <p><b>Участники программы должны знать:</b>  Танцы разных народов  Различные танцевальные жанры (народный, современный, эстрадный)  Характер исполнения танцев  Знать и применять правила сценической культуры</p> <p><b>Должны уметь:</b>  Танцевать изученные народные танцы  Танцевать современные танцы  Танцевать эстрадные танцы  Использовать в танце приобретенные навыки  Исполнять танцы в соответствии с характером данного танца</p>

### **Цель программы социальных танцев:**

Развитие танцевальных навыков. Приобщение к искусству хореографии.  
Организация досуга пожилых людей.

### **Задачи программы:**

1. Образовательные,  
Расширить знания получателей программы в области народного, эстрадного, современного танца.
2. Воспитательные.  
Привить интерес к танцевальным жанрам, к истокам возникновения танцев современных, народных, эстрадных. Формировать чувство прекрасного.
3. Развивающие  
Развить танцевальные способности, чувство ритма и музыкальности.

### **Методы занятий:**

1. Словесный (объяснения, замечания)
2. Наглядный (личный показ педагога)
3. Практический (выполнение движений)

### **Структура занятий:**

- 1 Подготовительная часть (разминка)
- 2 Основная часть (разучивание нового материала)
- 3 Заключительная часть (закрепление выученного материала)

### **Краткие сведения о танцклубе.**

Состав получателей программы максимально постоянный на весь плановый год.

Танц клуб «Движение» сформирован из 2 групп.

Состав одной группы от 5 человек до 25 человек. Набор в группу свободный, по желанию участника.

Возраст участников – пенсионный, предпенсионный.

Форма занятий - групповая и индивидуальная.

Режим занятий- 2 раза в неделю, 1,5 часа.

Курс программы включает в себя 96 занятий, 144 часа.

Выход результатов: Выступления на мероприятиях, праздниках, по согласованию с ГБУ РХ «КЦСОН «Забота».

**Тематическое планирование танцклуба «Движение»  
на 2022-2023 год**

№п/п	Темы	Кол-во часов
1	Вводное занятие, ознакомление с программой курса и организация работы.(утверждение расписания, формы одежды,и.т.д.) Техника безопасности в зале на занятиях группы.	3
2	Разучивание элементов танца « Бачата» (современные танцы)	15
3	Обработка элементов танца « Бачата»	8
4	Разучивание элементов танца «7-40»(танцы народов мира)	15
5	Обработка элементов танца «7-40»	8
6	Разучивание элементов танца « Сальца» ( современные танцы)	15
7	Обработка элементов танца « Сальца»	8
8	Разучивание элементов танца «Твист» ( эстрадный танец)	15
9	Обработка элементов танца « Твист»	8
10	Разучивание элементов танца « Ватуси» ( эстрадный танец)	15
11	Обработка элементов танца « Ватуси»	8
12	Разучивание элементов танца « Кадриль»	15
13	Обработка элементов танца « Кадриль»	8
14	Итоговое занятие	3

Итого 144 часа

## Содержание программы

1. **Введение.** Вводное занятие, ознакомление с программой курса, организация работы (утверждение расписания, формы одежды и т.д.) Инструктаж по технике безопасности в зале и на занятиях клуба. Вводные понятия о выразительных средствах современного, эстрадного, народных танцев. Азбука природы танцевального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы, корпуса. Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений.

**Практическая работа:** освоение различных танцевальных позиций для головы, рук, ног.

### 2. «Бачата».

Базовый шаг бачаты, базовый поворот, позиции в паре, движение бедер в виде восьмерки, траектория движений в групповом исполнении.

### 3. «7-40»

Положения ног и рук характерные для танца. Базовый шаг. Основной ход танца по кругу. Комбинация на середине зала. Освоение характерного эмоционально - исполнительного мастерства танца.

### 4. «Сальса»

Базовые шаги для кубинской «Сальсы». Повороты в «Сальсе»  
Вспомогательные шаги, шаги мамбо, вспомогательные шаги для пары и для соло. Разучивание сюжета танца.

### 5. «Твист»

Базовое движение танца. Вращение ног попеременно, вместе. Движение ног в технике ватуси с согнутыми коленями. Перемещение веса со стороны в сторону при вращении ног.

### 6. «Ватуси»

Базовые шаги танца. Танцевальная разминка. Фигуры рук, ног. Положение тела. Отработка исполнительного мастерства характерно акцентам музыки.

### 7. «Кадриль»

Освоение движений и поз характерных для кадрили. Работа над этюдом танца, характером. Рисунком ног при выполнении народных движений- вынос ноги вперед, в сторону и т.д.

Заключительное занятие. Концерт.

### Материально-техническое обеспечение:

Танцевальный зал  
Акустическая система  
USB-флеш-накопитель  
Диски по темам программы

## Права и обязанности танцклуба «Движение»

1. Все члены танцклуба имеют равные права и несут равные обязанности.
2. Члены клуба имеют право:
  - Вносить предложения, направленные на улучшение деятельности клуба;
  - Принимать участие во всех мероприятиях, проводимых клубом;
  - Получать необходимую информацию о деятельности клуба;
  - Выйти из клуба, заблаговременно уведомив об этом руководителя.
3. Члены клуба должны:
  - Активно участвовать в работе клуба;
  - Присутствовать на занятиях клуба;
  - Выполнять решения руководителя клуба;
  - Участвовать в конкурсах, фестивалях, соревнованиях, и других мероприятиях, проводимых клубом;
  - Решать все возникающие спорные вопросы путем переговоров с руководством клуба;
4. Руководитель клуба имеет право:
  - Запросить у получателя социальных услуг заключение медицинской организации об отсутствии противопоказаний к получению социальных услуг в полустационарной форме;
5. Запрещается:
  - Вносить разлад в коллектив;
  - Отвлекать друг друга во время отработки номеров;
  - Выражаться нецензурными словами.



### Учебно-методическая литература:

1. Бебик М.А. Использование танце-двигательной терапии в решении проблемы само принятия.
2. Гельниц Г., Шульц-Вульф Г. Ритмика - музыкальная двигательная терапия, как основа психогигиенического подхода.
3. Герасимова И.А. Философское понимание танца.
4. Гленн Вильсен. Психология артистической деятельности.
5. Гренлонд Э., Оганесян Н.Ю. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика.
6. Дункан А. Моя жизнь. Танец будущего.
7. Карла Л. Ханнафорд. Мудрое движение. Мы учимся не только головой.
8. Кнастер Мирка. Мудрость тела.
9. Козлов В.В., Гиршоп А.Е., Веремеенко Н.И. Интегративная танцевально-двигательная терапия.
10. Лабунская В.А., Шкурко Т.А. Развитие личности методом танцевально-экспрессивного тренинга.

## Заключение

Танец всегда занимал огромное пространство в жизни и повседневной культуре человечества. В последнее время стало модно танцевать. Современная индустрия развлечений, в частности, танцевальная индустрия, стали мощным оружием психологического воздействия. Большое количество взрослых людей пошли в клубы, школы танцев, танцевальные коллективы и др., чтобы научиться танцевать. Все чаще танец используют в рекламных роликах, где с помощью движения, экспрессии, музыки передается настроение, эмоции, и даже прививается стиль и вкус современной жизни.

В большинстве танцклубов, практикующих социальные танцы, наряду непосредственно с танцами регулярно проводится множество танцевальных вечеринок, совместные праздники и дни рождения, походы на природу и тому подобные мероприятия.

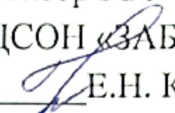
Пожилые люди обретают здоровье, повышается работоспособность, наблюдаются положительные изменения со стороны опорно-двигательного аппарата, появляется позитивный жизненный настрой, они стремятся к общению друг с другом, в процессе занятий раскрывают в себе скрытые способности. Таким образом, через познание тела в танце происходит личностное совершенствование. Из этого можно сделать вывод - социальные танцы являются достаточно перспективными в работе с пожилыми людьми, служа общей цели – активному долголетию!

Государственное бюджетное учреждение Республики Хакасия  
«Комплексный центр социального обслуживания населения «Забота»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ РХ

«КЦСОН «ЗАБОТА»

 Е.Н. Кондратьева

«02» 11 2022 г.

**ПРОГРАММА  
КОМПЬЮТЕРНОЙ ГРАМОТНОСТИ  
ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ И ИНВАЛИДОВ  
«ФЛЕШКА»**

г. Черногорск

## Паспорт программы

Наименование программы	Программа компьютерной грамотности для пенсионеров и инвалидов «Флешка»
Разработчик программы	Купер Татьяна Владимировна – специалист по социальной работе ГБУ РХ «КЦСОН «ЗАБОТА»
Организации, координирующие реализацию программы	Государственное бюджетное учреждение Республики Хакасия «Комплексный центр социального обслуживания населения «Забота», Государственное казенное учреждение Республики Хакасия "Управление социальной поддержки населения" по г. Черногорску.
Цель программы	Обучение лиц старшего пенсионного возраста и инвалидов компьютерной грамотности для преодоления проблемы включения их в информационную среду; формирование практических навыков работы на современном персональном компьютере. Программа предоставляет людям пожилого возраста и инвалидам возможность дополнительного общения, социальной адаптации, личностного роста, улучшения качества жизни, поиск новых путей реализации активности с помощью современных информационных технологий и Интернета.
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ознакомить с техникой безопасности при работе с персональным компьютером;</li> <li>- информировать пенсионеров о мошенничестве в сети Интернет и о том, как уберечься от них;</li> <li>- дать представление о возможностях персонального компьютера;</li> <li>- обучить первичным навыкам работы с персональным компьютером, обеспечить необходимый уровень практических умений работы на персональном компьютере с целью дальнейшего использования полученных знаний на практике в повседневной жизни;</li> <li>- ознакомить с пакетом программ Microsoft Office;</li> <li>- научить слушателя эффективной и безопасной работе в глобальной сети Интернет;</li> <li>- изучить процесс получения электронных государственных и муниципальных услуг через Интернет.</li> </ul>
Форма проведения	Лекции, практические занятия, занятия

занятий	проводятся по традиционной схеме: изучение нового материала, его анализ (обсуждение) и закрепление.
Сроки реализации программы	Курс включает в себя 24 занятия, с периодичностью два раза в неделю, продолжительностью 1,5 часа. Срок обучения 3 месяца. Срок реализации 1 год.
Ожидаемые результаты	<p><u>Знать:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технику безопасности при работе с компьютером</li> <li>- работать с программой Windows</li> <li>- выполнять основные операции управления файлами</li> <li>- работать с документами в текстовом редакторе MS Word</li> <li>- правила форматирования документа (шрифт, стили, абзац, списки и т.д.);</li> <li>- основы работы с браузером;</li> <li>- основные возможности Интернет;</li> <li>- способы сохранения полученной информации на компьютер</li> </ul> <p><u>Уметь:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создавать документы с помощью программы Word;</li> <li>- создавать, удалять, восстанавливать, переименовывать файлы и папки;</li> <li>- копировать и перемещать создаваемые объекты;</li> <li>- эффективно использовать браузер</li> <li>- работать с электронной почтой;</li> <li>- осуществлять поиск информации в Интернет;</li> <li>- пользоваться возможностями различных поисковых систем.</li> </ul> <p><u>Иметь представление:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о возможностях работы на компьютере и способах его применения;</li> <li>- об основных устройствах, входящих в состав компьютера.</li> </ul>

## Пояснительная записка

В связи с проникновением в нашу жизнь информационно-коммуникационных технологий у многих категорий граждан появляется проблема информационного неравенства. Чаще всего от этой проблемы страдают лица пенсионного возраста. Пожилые люди и инвалиды - самые незащищённые слои населения, которые требуют особого внимания общества. Кроме психологических трудностей адаптации к новым условиям существования, они сталкиваются с множеством социально – экономических проблем. Можно назвать следующие: оторванность от переехавших в другие города и страны родных, оторванность от прежних друзей из за состояния здоровья и.т.д. Появляется необходимость создавать условия, делающие доступными современные информационно-коммуникационные технологии для этой группы. Эффективная помощь пожилым людям и инвалидам в современных условиях не может ограничиваться только материальной помощью и медицинским обслуживанием, им необходимо общение, внимание и забота. Жизнь современного человека очень трудна без знания персонального компьютера, не зависимо от лет в паспорте.

В общем, компьютерная грамотность для пенсионеров и инвалидов является необходимым фактором для полноценной жизни современного человека.

Для того чтобы разрешить проблему адаптации пожилых и инвалидов к новой информационной ситуации, нужно создавать программы обучения информационно-коммуникационным технологиям людей пенсионного возраста, что позволит ликвидировать изолированность их от внешнего мира, значительно расширит круг общения, даст возможность развитию новым интересам.

Кроме того, через Интернет они смогут оплачивать коммунальные услуги, получать полезные советы, найти ответы на интересующие вопросы на электронных приёмных, не выходя из дома, обмениваться новостями.

Компьютерные курсы для людей пенсионного возраста и с ОВЗ призваны не только снизить «межпоколенческие» различия, но и помогут социально адаптироваться к сложившимся условиям, самостоятельно ориентироваться в современном информационном пространстве.

Таким образом, обучение компьютерной грамотности лиц старшего возраста и инвалидов обеспечивает:

- доступность государственных социальных услуг и услуг, предоставляемых различными организациями и учреждениями;
- преодоление барьеров в общении;

- максимальное приближение социальной помощи (вне зависимости от места проживания).

Поэтому при организации обучения разработана образовательная программа, которая сочетает и теоретическую информацию, и практические навыки.

Программа предполагает индивидуальное и коллективное обучение граждан на базе Государственного бюджетного учреждения Республики Хакасия «Комплексный центр социального обслуживания населения «Забота».

Курс обучения лиц старшего возраста и инвалидов компьютерной грамотности представляет собой адаптированную программу занятий, разработанную с учётом их возрастных психологических и физических особенностей и социально-правовых потребностей.

Программа компьютерного обучения лиц старшего возраста и инвалидов включает в себя семь модулей:

**1 модуль:** Устройство компьютера.

**2 модуль:** Файлы папки.

**3 модуль:** Работа с текстом в текстовом редакторе Word.

**4 модуль:** Работа в Сети Интернет.

**5:модуль:** Поиск информации в интернете.

**6 модуль:** Безопасная работа в Сети Интернет.

**7 модуль:** Государственные услуги.

Структура программы включает в себя учебно-тематический план и краткое содержание занятий, где обозначены ключевые понятия, рассматриваемые на лекциях, практические упражнения, вопросы и задания для контроля, памятки пошаговых действий.

Теоретические занятия чередуются с практическими. Обучение начинается с объяснения самых простых истин.

Объяснять изучаемый материал, если это необходимо, следует по несколько раз, при этом каждому слушателю показывать, что и как нужно сделать. Несмотря на то, что занятия по обучению компьютерной грамотности групповые, к каждому «особому ученику» нужен свой подход: кто-то

впервые сел за компьютер и очень не уверен в себе, кто-то уже что-то умеет, но хочет научиться большому, у кого-то получается с первого раза, кому-то приходится сложнее. На начальном этапе занятия компьютерной грамотности для пенсионеров и инвалидов направлены даже не на изучение каких-то основ, а скорее на обеспечение скорейшего привыкания слушателей к новой терминологии, к исключению чувства страха, вызываемого компьютерной техникой.

Форма проведения занятий: лекции, практические занятия.

Курс включает в себя 24 занятия, с периодичностью два раза в неделю, продолжительностью 1,5 часа. Состав группы небольшой, будет состоять не более, чем из 2 человек, что обеспечит индивидуальный подход и качественное обучение.

Занятия проводятся по традиционной схеме: изучение нового материала, его анализ (обсуждение) и закрепление.

Ход учебного занятия включает:

- 1 Организационный момент (приветствие, беседа).
- 2 Повторение и закрепление пройденного на предыдущем занятии материала.
- 3 Ознакомление с новым материалом (по тематическому плану).
- 4 Выполнение задания (самостоятельное или под руководством).
- 5 Ответы на вопросы. Для оценки эффективности обучения и уровня полученных знаний в конце всего обучения выполняется итоговый тест.

На учебных занятиях работа на компьютере проводится в следующих форматах:

- 1 Демонстрационная – работу выполняет специалист по соц. работе, а обучающиеся наблюдают.
- 2 Фронтальная – синхронная работа обучающихся по освоению или закреплению материала под руководством специалиста по соц. работе.
- 3 Самостоятельная – выполнение обучающимися самостоятельной



работы на компьютере под индивидуальным контролем.

Большая часть урока отводится для практических занятий, на которых в живом общении специалист по соц. работе помогает каждому слушателю курсов освоить азы компьютерной грамотности, отвечает на возникающие вопросы. В ходе обучения выдаётся заранее подготовленный адаптированный раздаточный материал по изучаемой теме для закрепления полученных знаний и умений дома.

Для учёта проведённых занятий и количества, обученных в течение года ведётся журнал.

## Учебно тематический план

№	Наименование темы занятия	Содержание
1	Правила безопасной работы на компьютере.	<p>Правила безопасной работы на компьютере:</p> <p>Не работайте с компьютером при наличии внешних повреждений корпуса или изоляции силовых кабелей. В этом случае требуется замена кабелей. В этом случае требуется замена кабелей или обращение в сервисный центр.</p> <p>Не кладите на корпус системного блока и не храните на нем разные предметы, особенно тяжелые, т.к. в этом случае может возникнуть вибрация, которая может вызвать нарушения работы компьютера.</p> <p>Не рекомендуется включать компьютер в розетки без заземления. Розетки и вилки должны быть цельными, без повреждений.</p> <p>Не включайте компьютер в помещении с высокой влажностью.</p> <p>Не оставляйте работающий ПК без присмотра длительное время.</p> <p>Провода и силовые кабеля компьютера должны быть расположены так, чтобы исключить возможность наступить на них или поставить что-то тяжелое.</p> <p>Нельзя работать с компьютером при открытом корпусе системного блока.</p>
2	Первое знакомство с компьютером, клавиатурой, компьютерной мышью.	<p>Рабочий стол, главное меню, кнопка пуск, панель задач, панель быстрого запуска, языковая панель, часы и календарь. Как пользоваться мышью. Основные операции с объектами. Включение и выключение компьютера.</p>

3	Освоение операционной системы Windows	Что такое операционная система и как она управляет ПК. Окна, значки, ярлыки, кнопки, панели, меню, приложения и документы.
4	Работа с папками и файлами.	Перемещение и копирование объекта (Выполнение основных операций с файлами/папками, т.е. создание, открытие, перемещение, копирование, удаление, создание ярлыка. Файл и создание, копирование и удаление папок.
5-8	Освоение программы MS Word	Запуск программы MS Word. Создание документа. Основные правила ввода текста, выделение текстовых фрагментов, копирование, вырезание вставка текста. Перемещение по документу, работа со шрифтами, работа с абзацами, работа с маркированными списками. Завершение работы с редактором.
9	Введение в Сеть Интернет	Вход в интернет, основы работы с браузером.
10	Поиск в сети интернет	Сервисы Яндекса, карты, маркер, видео, картинки и др. Поиск информации.
11	Знакомство с электронной почтой в системе Яндекс	Создание электронного ящика, работа с электронными письмами.
12	Освоение электронной почты	Сервисы почты, отправка прикрепленных файлов.
13-14	Возможности сети интернет, сохранение результатов поиска	Как сохранить текст, картинку.
15	Социальные сети и мессенджеры	Регистрация в социальной сети «Одноклассники» и «Вконтакте».
16-18	Портал государственных услуг gosuslugi.ru.	Начало работы с порталом. Поиск информации по темам. Как назначается государственная услуга в электронном виде. Регистрация на портале. Как оформить заявление на получение электронной подписи на портале. Оплата услуг с помощью портала.

19-21	Сайт Пенсионного фонда России – <a href="http://pfr.gov.ru">pfr.gov.ru</a>	Описание основных разделов сайта. Электронные услуги Пенсионного фонда России без регистрации, предоставление набора социальных услуг.
22-23	Полезные сервисы	Просмотр видео, новостей, прослушивание музыки. Просмотр прогноза погоды.
24	Итоговое занятие.	Проверка усвоенного материала.

19-21	Сайт Пенсионного фонда России – <a href="http://pfr.gov.ru">pfr.gov.ru</a>	Описание основных разделов сайта. Электронные услуги Пенсионного фонда России без регистрации, предоставление набора социальных услуг.
22-23	Полезные сервисы	Просмотр видео, новостей, прослушивание музыки. Просмотр прогноза погоды.
24	Итоговое занятие.	Проверка усвоенного материала.