



**Podnoszenie
kompetencji cyfrowych osób starszych w
celu poprawy ich integracji społecznej i
rozwoju**

**MODUŁ:
ROZWIĄZYWANIE
PROBLEMÓW**

CONSORZIO BRIANTEO VILLA GREPPI



Konsorcjum



Opis Modułu

Moduł ten ma na celu zapewnić podstawowe kompetencje do podejmowania świadomych decyzji, dotyczących najbardziej odpowiednich narzędzi cyfrowych w zależności od celu lub potrzeby; korzystania z technologii w sposób kreatywny; rozwiązywania problemów technicznych.

Ludzie często doświadczają różnych problemów podczas korzystania z urządzeń elektronicznych. Problemy te mogą obejmować instalowanie i usuwanie programów po ich wypróbowaniu; zakup nowego urządzenia, takiego jak drukarka lub skaner, które trzeba skonfigurować; awarię komputera.

Większość z tych problemów jest oparta na oprogramowaniu i może być rozwiązana samodzielnie bez potrzeby bycia ekspertem komputerowym.



Symbole Kluczowe

1



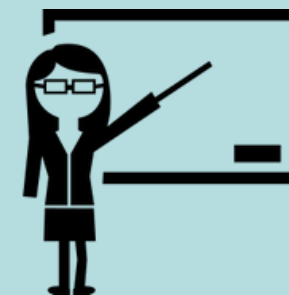
DEFINICJE

2



WSKAZÓWKI

3



AKTYWNOŚCI

Tematy

TEMAT 1

Rozwiązywanie problemów technicznych

TEMAT 2

Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

TEMAT 3

Kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych

TEMAT 4

Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych





TEMAT 1: **Rozwiązywanie problemów** **technicznych**

Temat 1: Rozwiązywanie problemów technicznych

ZARYS OGÓLNY

Każdy może mieć problemy z urządzeniami elektronicznymi, takimi jak komputery, smartfony czy tablety; instalowaniem i usuwaniem programów po ich wypróbowaniu; zakupem nowego urządzenia, takiego jak drukarka czy skaner. Awaria komputera może być źródłem tych problemów lub powodować spowolnienia. Większość z tych problemów jest oparta na oprogramowaniu i może być rozwiązana samodzielnie, bez konieczności zamieniania się w ekspertów komputerowych.

W większości przypadków wystarczy zaktualizować system operacyjny lub program; odinstalować i zainstalować ponownie aplikację, która ma problemy; czasami konieczna będzie zmiana niektórych ustawień zgodnie z instrukcjami krok po kroku.



Temat 1: Rozwiązywanie problemów technicznych

PORADNIK KOMPUTEROWY

Każdy program posiada wewnętrzny poradnik, który może dostarczyć przydatnych informacji o samym programie oraz o sposobach rozwiązywania najczęstszych problemów.

Poradnik ten może być aktywowany poprzez przeszukanie menu programu i jest często przedstawiany w postaci znaku zapytania. Innym sposobem uzyskania dostępu do poradnika jest otworzenie programu, a następnie naciśnięcie jednocześnie przycisku FN i F1 na klawiaturze.

Poradniki często mają indeks analogowy i pole wyszukiwania, w którym można pisać i szukać rozwiązań problemów, a także znaleźć wskazówki, jakie kroki należy podjąć, aby rozwiązać problem.



AKTYWNOŚĆ:
- Plan lekcji nr 1



Temat 1:

Rozwiązywanie problemów technicznych

PONOWNE URUCHOMIENIE SYSTEMU OPERACYJNEGO

Jeśli problem pojawia się nagle, może to być zwykły błąd wczytywania pewnych informacji niezbędnych do poprawnego działania programu. Zwykłe ponowne uruchomienie może nam więc pomóc w przywróceniu warunków niezbędnych do prawidłowego wznowienia pracy.



WSKAZÓWKI:

- Ponowne uruchomienie urządzenia powinno być regularnie wykonywane nie tylko na komputerze, ale także na smartfonie i tablecie oraz na innych urządzeniach, które wykazują problemy (na przykład modem do połączenia z Internetem, drukarki itp.).
- Czasami ponowne uruchomienie zablokowanego urządzenia uzyskuje się poprzez dłuższe przytrzymanie przycisku enter/wyłączania zasilania.



Temat 1:

Rozwiązywanie problemów technicznych

AKTUALIZACJA PROGRAMÓW KOMPUTEROWYCH I APLIKACJI

Firmy produkujące programy regularnie wydają aktualizacje, które rozwiązują problemy z bezpieczeństwem, stabilnością lub działaniem programu. Ważne jest, aby używana wersja była kompatybilna z systemem operacyjnym oraz aby była to najnowsza wersja odpowiednia dla nas. Informacje o naszym programie są często dostępne w tym samym menu, w którym znajdujemy poradnik. Najczęściej są to wpisy typu "informacje o", "wersja" lub podobne frazy. Często programy posiadają funkcję, która pozwala na automatyczne wyszukiwanie i instalowanie aktualizacji. Jeśli zauważysz, że program nie aktualizuje się, upewnij się, że ją aktywowałeś, wyszukując w poradniku "sprawdź aktualizacje", "aktualizacja" lub podobne.

Może się zdarzyć, że tylko jeden program/aplikacja ma lub powoduje problemy, w takim przypadku odinstalowanie go i ponowne zainstalowanie może rozwiązać problem.

- AKTUALIZACJA APLIKACJI na Androida (dla tabletów i smartfonów).

1. Aby zaktualizować aplikację na Androidzie, są dwa sposoby, aby to zrobić: ręcznie lub automatycznie.

Ręcznie

Najpierw otwórz Sklep Google Play, dotknij ikony z trzema poziomymi liniami, a następnie naciśnij na Moje aplikacje i Moje gry; następnie albo naciśnij przycisk AKTUALIZUJ WSZYSTKIE, aby zaktualizować wszystkie różne aplikacje obecne albo ewentualnie, otwórz najpierw aplikację, którą jesteś zainteresowany aktualizacją, a następnie naciśnij przycisk AKTUALIZUJ.

Automatyczne aktualizacje

Otwórz Sklep Google Play, a następnie dotknij ikony pokazanej z trzema poziomymi liniami i naciśnij na element o nazwie Ustawienia. W tym momencie musisz nacisnąć na Automatyczna aktualizacja aplikacji, a następnie musisz wybrać opcję pomiędzy Automatycznie aktualizuj aplikacje w dowolnym momencie, aby zaktualizować wszystkie różne aplikacje albo za pośrednictwem sieci Wi-Fi lub droższej sieci danych, lub Automatyczna aktualizacja aplikacji tylko przez Wi-Fi, aby zaktualizować aplikacje zainstalowane na urządzeniu tylko wtedy, gdy jesteś podłączony do sieci Wi-Fi.



Temat 1:

Rozwiązywanie problemów technicznych

- AKTUALIZACJA APLIKACJI na iOS (dla tabletów i smartfonów).
- 2. Nawet jeśli używasz iPhone'a lub iPada, masz dwa sposoby na aktualizację aplikacji: ręcznie lub automatycznie.

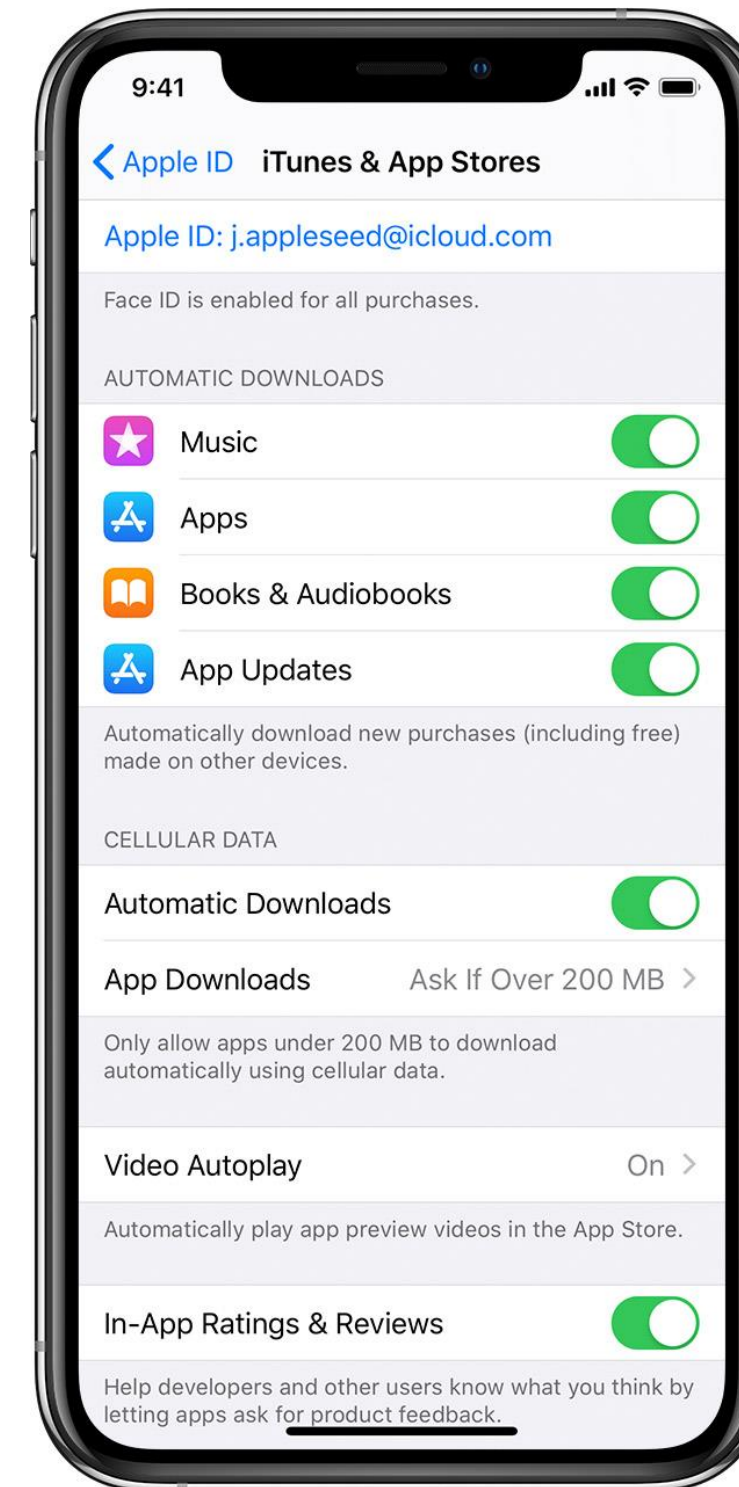
Ręcznie

- a. Otwórz App Store, a następnie stuknij pozycję Dzisiaj u dołu ekranu.
- b. Stuknij ikonę swojego profilu w górnej części ekranu.
- c. Przewiń w dół, aby zobaczyć oczekujące aktualizacje i informacje o wydaniu. Stuknij opcję Aktualizuj obok aplikacji, aby zaktualizować tylko wybraną aplikację, lub stuknij opcję Aktualizuj wszystko.

Włączanie lub wyłączanie automatycznych aktualizacji

Na swoim telefonie iPhone, iPadzie lub iPodzie touch, przejdź do Ustawienia > [Twoje imię] > iTunes i App Store. Następnie włącz lub wyłącz opcję Aktualizacje aplikacji.

Gdy wyłączysz automatyczne aktualizacje, będziesz otrzymywać powiadomienia z App Store za każdym razem, gdy pojawi się aktualizacja jednej z Twoich aplikacji.



Temat 1:

Rozwiązywanie problemów technicznych

SZUKANIE ROZWIĄZAŃ W INTERNECIE

Internet jest ogromnym magazynem informacji i porad jak rozwiązać najczęstsze problemy, które można zauważyć przy obsłudze komputera. Jest w zasadzie bardzo prawdopodobne, że ktoś przed nami miał ten sam problem i że odpowiednie rozwiązanie zostało już wskazane.

Czasami wystarczy poszukać, wpisując w pole wyszukiwarki (np. Google) kod błędu, a nie objaw problemu, aby znaleźć rozwiązanie znalezione wcześniej przez innych, bez konieczności zwracania się o pomoc.



WSKAZÓWKI:

- **Warto wiedzieć, czego się szuka.** Zadawanie właściwych pytań lub precyzyjne wyszukiwanie jest bardzo ważne, aby znaleźć rozwiązanie problemu. Ogólne słowo jak "problemy z komputerem" nie pomoże Ci znaleźć właściwego rozwiązania.
- **Zajrzyj na fora i blogi.** Przeglądając sieć znajdziemy wiele stron, które gromadzą artykuły opisowe, wyjaśniające kroki potrzebne do wykonania pewnych czynności, takich jak rejestracja w serwisie, korzystanie z programu, ustawienia potrzebne do optymalnego działania urządzenia itp. Często na końcu artykułu jest możliwość pozostawienia komentarza: czytanie komentarzy pozostawionych przez innych użytkowników może pomóc nam pogłębić temat i zidentyfikować nowe sugerowane strony do zbadania innych rozwiązań lub porad. Na przykład, na stronie Wikihow (jest ona dostępna w wielu językach europejskich) można znaleźć przydatne sugestie.

Temat 1:

Rozwiązywanie problemów technicznych

PIELĘGNACJA KOMPUTERÓW, AKTUALIZACJE I USUWANIE WIRUSÓW

Niektóre problemy lub anomalie wykryte w Twoim komputerze, smartfonie, tablecie, mogą być spowodowane obecnością złośliwego oprogramowania (wirusy, programy szpiegowskie). Tego typu niechciane programy mogły zainstalować się na komputerze bez naszej wiedzy, podczas instalacji programu pobranego z sieci lub po zaakceptowaniu poprzez kliknięcie "Ok" ("kontynuuj", "zaakceptuj" itp.) podejrzanego okna. Podstawową sprawą jest posiadanie zawsze aktualnego programu antywirusowego i zapory sieciowej, aby bronić się przed tymi zagrożeniami.



WSKAZÓWKI:

- Ważne jest, aby regularnie skanować komputer programem antywirusowym i zawsze zwracać uwagę na to, co instalujemy, dobrze czytając zawartość okien instalacyjnych (pop-upów) i odmawiać, gdy napotkamy dwuznaczne lub podejrzanе komunikaty.

Temat 1:

Rozwiązywanie problemów technicznych

PRZYDATNE PROGRAMY DO PIEŁĘGNACJI KOMPUTERA

Do przeprowadzania operacji przywracania i czyszczenia komputera możemy wykorzystać kilka bardzo skutecznych darmowych programów, które możemy znaleźć w Internecie. Również w tym przypadku ważne jest, aby programy te były stale aktualizowane poprzez regularne sprawdzanie wersji na stronie producenta.

Niektóre z tych programów to:

- CCLEANER (www.ccleaner.com). Program ten jest przydatny do czyszczenia dysku twardego, plików tymczasowych i rejestru, co może pomóc przyspieszyć działanie komputera.
- GLARY UTILITIES (www.glarysoft.com). Jest to narzędzie do czyszczenia komputera, zwiększa prędkość komputera i naprawia frustrujące błędy, awarie i zawieszenia.
- WISE REGISTRY CLEANER (www.wisecleaner.com). Ten program skanuje rejestr systemu Windows i znajduje błędy oraz pozostałości w rejestrze, a następnie czyści je lub usuwa.

Niektóre strony internetowe oferują możliwość skanowania naszego komputera online. Zaletami skanowania online jest korzystanie z uaktualnionej wersji, która jest w stanie zidentyfikować najbardziej szkodliwe programy, nawet ich nowe wersje, oraz możliwość korzystania z innego programu antywirusowego bez konieczności zmiany tego, który jest aktualnie zainstalowany. Usługi te wymagają zainstalowania niewielkich programów przydatnych do dialogu ze stroną internetową firmy programistycznej.



CCleaner



Glary Utilities



Wise Registry Cleaner



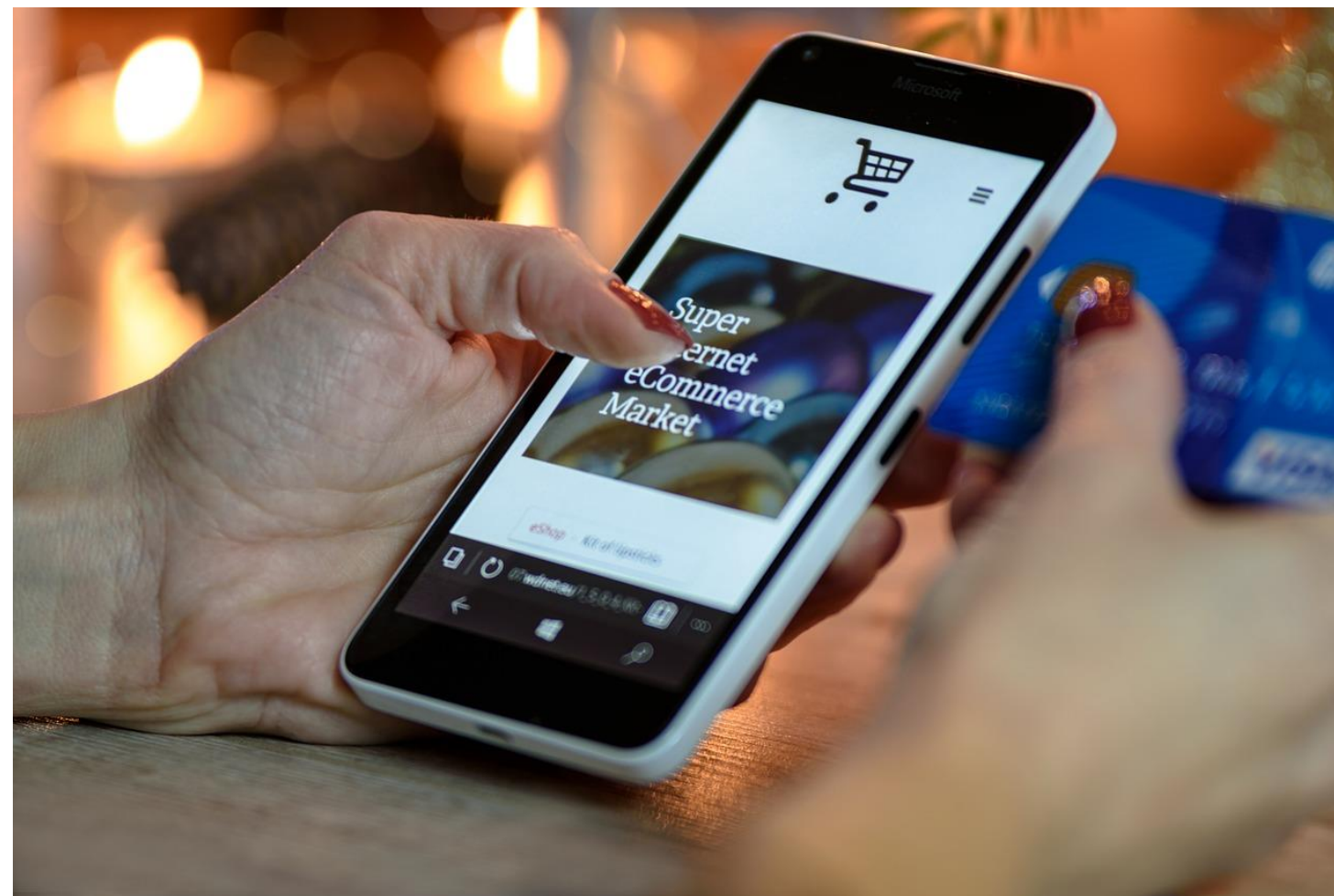


TEMAT 2: **Określanie potrzeb i** **rozwiązań** **technologicznych**

Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

ZARYS OGÓLNY

W codziennym życiu istnieją różne potrzeby: technologia i narzędzia cyfrowe mogą zaoferować różne rozwiązania, aby je zaspokoić. W tym temacie proponujemy listę rozwiązań, które mogą poprawić jakość życia ludzi.



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

UTRZYMYWANIE KONTAKTU Z RODZINĄ I PRZYJACIÓŁMI

Połączenia wideo mogą być miłszym sposobem na rozmawianie z innymi niż zwykła rozmowa telefoniczna, ponieważ pozwalają zobaczyć osobę, z którą rozmawiasz, a oni widzą Ciebie. Możesz nawet prowadzić czat grupowy z wieloma osobami. Możesz nawiązać połączenie wideo za pośrednictwem komputera lub smartfona, korzystając z różnych programów

Połączenia wideo za pomocą aplikacji WhatsApp w smartfonie

Jeśli masz zainstalowany WhatsApp na telefonie, możesz go użyć do nawiązania połączenia wideo. Jeśli nie, możesz pobrać go za darmo, znajdując aplikację w Sklepie Play, jeśli masz telefon z systemem Android, lub App Store, jeśli masz iPhone'a. Wykonaj następujące kroki:

1. Otwórz aplikację WhatsApp na swoim telefonie.
2. Stuknij w zakładkę Połączenia.
3. Stuknij ikonę przedstawiającą telefon z symbolem plusa obok.
4. Stuknij ikonę szkła powiększającego i wpisz nazwę osoby, do której chcesz zadzwonić.
5. Stuknij symbol przypominający kamerę obok nazwiska, aby rozpocząć połączenie wideo.
6. Możesz dodać do rozmowy wideo nawet siedem innych osób, aby przekształcić ją w czat grupowy. Podczas połączenia wideo stuknij przycisk dodaj uczestnika i wyszukaj jego imię, aby go dodać.
7. Aby zakończyć połączenie, wystarczy stuknąć czerwoną ikonę telefonu.

Zajrzyj na: <https://youtu.be/QkvIYq9TazU>



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

Połączenia wideo za pomocą Facebook Messengera na smartfonie

Jeśli masz zainstalowany Facebook Messenger na swoim telefonie, możesz go użyć do nawiązania połączenia wideo. Jeśli nie, możesz go pobrać za darmo, znajdując aplikację w Sklepie Play, jeśli masz telefon z systemem Android, lub w App Store, jeśli masz iPhone'a. Wykonaj następujące kroki:

1. Otwórz aplikację Facebook Messenger na swoim telefonie.
2. Stuknij zakładkę czaty.
3. Stuknij ikonę ołówka i wpisz imię osoby, z którą chcesz się połączyć.
4. Stuknij symbol przypominający kamerę obok nazwiska, aby rozpocząć połączenie wideo.
5. Możesz dodać do rozmowy wideo nawet siedem innych osób, aby przekształcić ją w czat grupowy. Podczas połączenia wideo stuknij symbol "+" i wyszukaj imię i nazwisko tej osoby, aby ją dodać.
6. Aby zakończyć połączenie, wystarczy stuknąć czerwoną ikonę telefonu

Aby wykonywać połączenia przez Facebook Messenger, musisz mieć konto na Facebooku.



WSKAZÓWKI

- Jeśli korzystasz ze smartfona lub tabletu, przed wykonaniem połączenia wideo upewnij się, że jesteś podłączony do bezprzewodowej sieci internetowej (Wi-Fi). Rozmowy wideo wykorzystują dużo danych i mogą skutkować dodatkowymi opłatami od sieci telefonicznej, jeśli nie jesteś połączony z Wi-Fi.



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

Rozmowy wideo na Zoomie

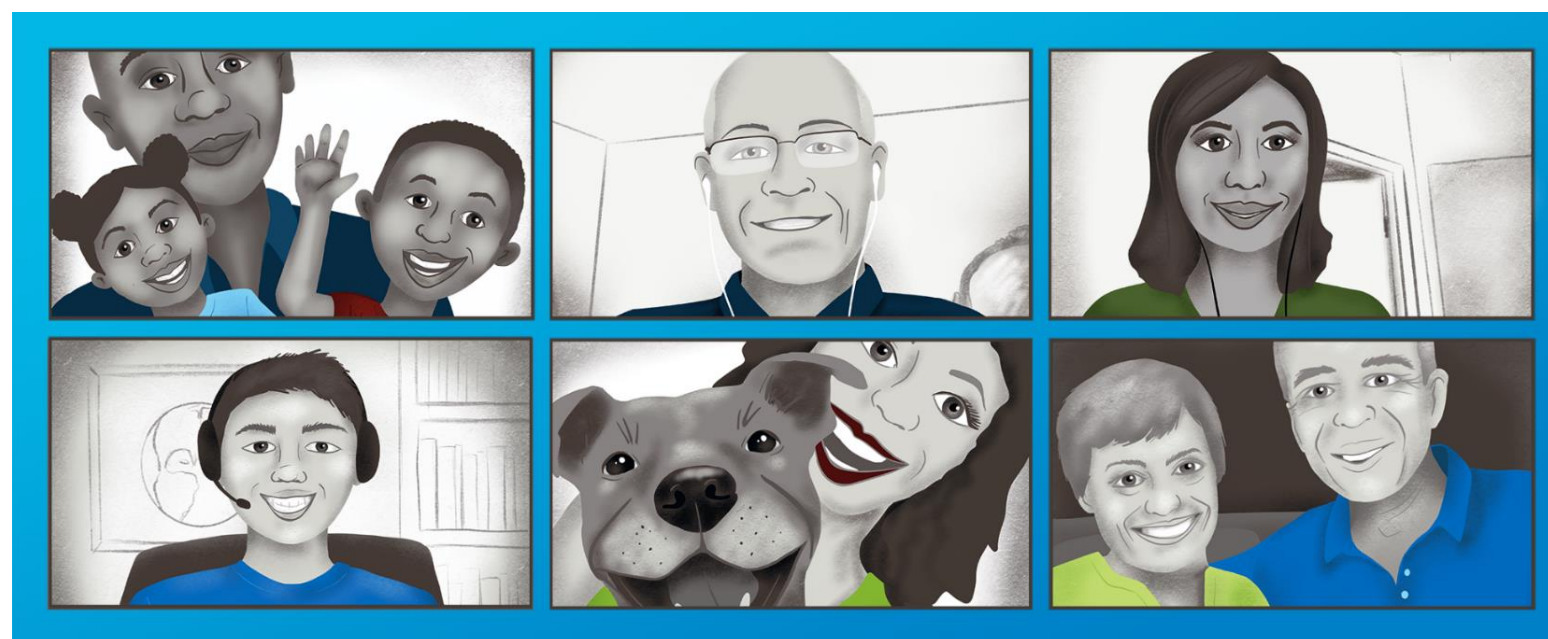
Zoom to kolejna przykładowa forma oprogramowania do rozmów wideo. Osoba, z którą chcesz porozmawiać, musi się tylko upewnić, że również ma konto. Następnie może wysłać Ci link, abyś dołączył do rozmowy wideo.

Korzystaj z linków tylko od osób, które znasz i którym ufasz. Zawsze warto upewnić się u twojego rozmówcy, że link został już do Ciebie wysłany.

Odbieranie połączeń wideo w Zoomie

Aby odbierać połączenia, możesz korzystać z aplikacji Zoom przez przeglądarkę internetową na smartfonie, tablecie i komputerze, co oznacza, że nie musisz niczego pobierać.

1. Kliknij link, który Twój rozmówca wysłał Ci e-mailem, SMS-em lub przez WhatsApp.
2. Kliknij przycisk Join (Dołącz) z przeglądarki, aby dołączyć do połączenia wideo.
3. Aby zakończyć połączenie, kliknij czerwoną ikonę telefonu lub zamknij okno przeglądarki.



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

Nawiązywanie połączeń za pomocą aplikacji Zoom na komputerze

Jeśli chcesz samodzielnie przeprowadzać rozmowy wideo, musisz stworzyć konto i pobrać program Zoom na swój komputer - możesz to zrobić bezpłatnie za pośrednictwem strony internetowej programu Zoom (www.zoom.us). Następnie można stworzyć link, który można udostępnić innym osobom, aby dołączyły do spotkania.

Jeśli używasz komputera stacjonarnego, który nie ma wbudowanej kamery i mikrofonu, może być konieczne zakupienie zestawu słuchawkowego z kamerą internetową i mikrofonem.

1. Otwórz aplikację Zoom.
2. Zaloguj się, używając swojego adresu e-mail i hasła.
3. Kliknij na New Meeting (Nowe Spotkanie) . To spowoduje rozpoczęcie rozmowy, a ty zobaczysz siebie na ekranie.
4. Kliknij na participants (uczestników), a następnie na Invite (Zaproś).
5. Kliknij na "Copy Invite Link("Kopiuj zaproszenie"). W ten sposób otrzymasz link, który możesz udostępnić rodzinie i znajomym. Wystarczy go skopiować i wysłać do nich w wiadomości e-mail, wiadomości tekstowej lub wiadomości WhatsApp.
6. Poczekaj, aż Twoja rodzina i przyjaciele dołączą do rozmowy.
7. Aby zakończyć połączenie, kliknij przycisk Leave (Zakończ) w prawym dolnym rogu.



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

Nawiązywanie połączeń przy użyciu aplikacji Zoom na smartfonie lub tablecie

Aby wykonywać połączenia Zoom na smartfonie lub tablecie, musisz utworzyć konto i pobrać aplikację o nazwie ZOOM Cloud Meetings. Możesz ją pobrać za darmo w Sklepie Play, jeśli masz telefon z systemem Android, lub w App Store, jeśli masz iPhone'a.

1. Otwórz aplikację Zoom.
2. Zaloguj się, używając swojego adresu e-mail i hasła.
3. Kliknij na New Meeting (Nowe Spotkanie) . To spowoduje rozpoczęcie rozmowy, a ty zobaczysz siebie na ekranie.
4. Kliknij na participants (uczestników), a następnie na Invite (Zaproś).
5. Kliknij na "Copy Invite Link("Kopiuj zaproszenie"). W ten sposób otrzymasz link, który możesz udostępnić rodzinie i znajomym. Wystarczy go skopiować i wysłać do nich w wiadomości e-mail, wiadomości tekstowej lub wiadomości WhatsApp.
6. Poczekaj, aż Twoja rodzina i przyjaciele dołączą do rozmowy.
7. Aby zakończyć połączenie, kliknij przycisk Leave (Zakończ) w prawym dolnym rogu.

Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

Rozmowy wideo za pomocą Skype'a

Możesz używać Skype'a na telefonie, tablecie lub komputerze do prowadzenia rozmów. Osoba, z którą chcesz rozmawiać, musi się upewnić, że również ma konto.

Używanie Skype'a na komputerze do odbierania rozmów

Aby odbierać połączenia za pomocą Skype'a, nie musisz pobierać żadnego oprogramowania i możesz po prostu użyć przeglądarki komputerowej.

1. Kliknij link, który twój rozmówca wysłał ci w wiadomości e-mail lub w wiadomości.
2. Otworzy się okno. Kliknij opcję Dołącz jako gość.
3. Wpisz swoje imię i nazwisko, a następnie kliknij przycisk Dołącz, aby dołączyć do połączenia wideo.
4. Aby zakończyć połączenie, kliknij czerwoną ikonę telefonu lub zamknij okno przeglądarki.

Używanie Skype'a na komputerze do nawiązywania połączeń

Jeśli chcesz samodzielnie skonfigurować rozmowy wideo, musisz pobrać Skype'a na swój komputer. Możesz to zrobić za darmo przez stronę Skype'a. Następnie musisz założyć bezpłatne konto, używając swojego adresu e-mail.

1. Otwórz Skype'a na swoim komputerze.
2. Kliknij przycisk zorganizuj spotkanie.
3. Kliknij przycisk rozpocznij rozmowę.
4. Po rozpoczęciu połączenia, kliknij opcję Udostępnij zaproszenie. W ten sposób uzyskasz link, który możesz udostępnić rodzinie i znajomym. Wystarczy go skopiować i wysłać do nich w wiadomości e-mail.
5. Jeśli dodałeś swoich przyjaciół i rodzinę jako kontakty w Skype, możesz dodać ich do rozmowy.
6. Aby zakończyć rozmowę, kliknij czerwoną ikonę telefonu.



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

Używanie aplikacji Skype na smartfonie lub tablecie

Aby wykonywać i odbierać połączenia za pomocą Skype'a na smartfonie lub tablecie, musisz pobrać aplikację. Aplikację Skype możesz pobrać w Sklepie Play, jeśli masz telefon z systemem Android, lub w App Store, jeśli masz iPhone'a. Aby nawiązać połączenie:

1. Otwórz aplikację Skype na swoim telefonie i zaloguj się lub zarejestruj.
2. Stuknij na liście kontaktów osobę, do której chcesz zadzwonić.
3. Stuknij symbol przypominający kamerę obok imienia tej osoby, aby rozpocząć rozmowę wideo.
4. Jeśli chcesz nawiązać połączenie grupowe, dodaj kolejnego uczestnika.
5. Aby zakończyć połączenie, stuknij czerwoną ikonę telefonu.
6. Aby odebrać połączenie, otrzymasz powiadomienie, że ktoś do Ciebie dzwoni, tak jak w przypadku normalnego telefonu.

Aby dodać nową osobę jako kontakt, kliknij lub stuknij w aplikacji Skype symbol przypominający szkło powiększające, a następnie wpisz imię i nazwisko, nazwę Skype lub adres e-mail osoby, z którą chcesz rozmawiać. Wybierz tę osobę z wyników wyszukiwania, a następnie wpisz wiadomość i naciśnij przycisk Wyślij, aby wysłać jej prośbę o nawiązanie kontaktu.

Jeśli używasz komputera stacjonarnego, który nie ma wbudowanej kamery i mikrofonu, być może będziesz musiał kupić zestaw słuchawkowy z kamerą internetową i mikrofonem.



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych



WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE PIERWSZEJ ROZMOWY WIDEO

- Jeśli masz zaplanowaną rozmowę grupową, dlaczego nie poprosić zaufanego przyjaciela lub członka rodziny o przeprowadzenie z Tobą najpierw rozmowy "testowej", abyś mógł przyzwyczać się do korzystania z tej technologii?
- Upewnij się, że jesteś podłączony do sieci Wi-Fi i masz silne połączenie z Internetem. Jeśli połączenie internetowe jest wolne, pomocne może być przeniesienie się w pobliże routera.
- Przed rozpoczęciem rozmowy możesz przetestować ustawienia, aby upewnić się, że mikrofon i kamera są włączone.
- Sprawdź dwukrotnie, czy mikrofon i kamera są włączone (jeśli są wyłączone, przez symbole na ekranie będzie przebiegać linia).
- Jeśli masz problemy ze słyszeniem lub widzeniem innych osób, poproś je, aby upewniły się, że ich mikrofon i kamery są włączone.



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

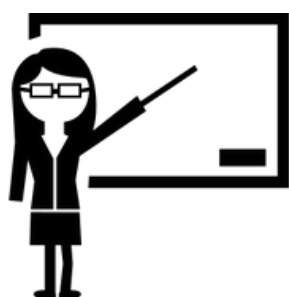
ZAKUPY ONLINE

Zakupy online są szybkie, wygodne i można je robić z domu. W Internecie można robić zakupy w większości dużych supermarketów i sklepów, a także w mniejszych, niezależnych sklepach. Towary mogą być dostarczone bezpośrednio do domu (zwykle za niewielką opłatą) lub można też skorzystać z usługi "zamów i odbierz", w ramach której zamawia się online, ale odbiera się towary w sklepie, a nawet w lokalnym sklepie lub kiosku.

Należy jednak chronić swoje dane bankowe. Niestety, są ludzie, którzy będą próbowali Cię oszukać lub wykraść dane Twojej karty. Ale stosując się do kilku prostych wskazówek, możesz bezpiecznie robić zakupy.

Jak bezpiecznie kupować w Internecie?

1. Korzystaj z usług sprzedawców internetowych cieszących się dobrą reputacją, takich jak znane supermarkety, sklepy wysokiej jakości lub sklepy internetowe o ugruntowanej pozycji.
2. Sprawdź, czy firma posiada pełne dane kontaktowe. Renomowana firma zawsze umieszcza te informacje na swojej stronie internetowej.
3. Poszukaj nazwy firmy w Internecie, aby sprawdzić, czy ktoś doświadczył problemów z tym sprzedawcą.
4. Uważaj na wyskakujące komunikaty, które ostrzegają Cię o certyfikacie bezpieczeństwa strony internetowej. Mogą one kierować Cię na fałszywą stronę internetową, której celem jest nakłonienie Cię do przekazania swoich danych bezpieczeństwa.
5. Jeśli oferta wygląda zbyt dobrze, aby była prawdziwa, to prawdopodobnie tak jest, więc zachowaj ostrożność wobec wszystkiego, co jest oferowane w niechcianych wiadomościach e-mail.
6. Używaj tej samej karty do wszystkich transakcji internetowych. Regularnie sprawdzaj wyciąg z konta bankowego dla tej karty pod kątem nietypowych transakcji i natychmiast skontaktuj się z bankiem, jeśli wystąpi jakiś problem.
7. Rozważ użycie konta PayPal (<https://www.paypal.com/>). Jest to konto internetowe, które łączysz ze swoim kontem bankowym lub kartą płatniczą. Jest ono bezpieczne i zapewnia większą ochronę płatności niż karta debetowa.
8. Zwracaj uwagę na koszty wysyłki



AKTYWNOŚĆ
- Plan lekcji nr 2



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

Jak kupować artykuły spożywcze przez Internet?

Większość dużych supermarketów oferuje możliwość robienia zakupów przez internet, ale mniejsze, niezależne sklepy w Twojej okolicy mogą również oferować usługę zakupów i dostawy przez internet. Aby zrobić zakupy w dużych supermarketach należy:

1. Założyć konto na stronie internetowej supermarketu, klikając na Zarejestruj się i podając swoje dane.
2. Zarezerwować termin dostawy. Jest to zazwyczaj jednogodzinne okno w określonym dniu, a cena terminu będzie się różnić w zależności od popytu. Dobrym pomysłem jest sprawdzenie, kiedy jest następny termin na dostawę, zanim włożysz wszystkie produkty do wirtualnego koszyka.
3. Wyszukać interesujące Cię produkty za pomocą paska wyszukiwania lub przejrzeć je za pomocą menu. Strona dzieli produkty na różne kategorie, podobnie jak w supermarkecie.
4. Jeśli już wcześniej robiłeś zakupy w tym samym supermarkecie online, sklep zapamięta Twoje wcześniejsze zakupy i zaproponuje Ci je w zakładce "Ulubione" lub "Poprzednie zamówienia".
5. Kliknąć "dodaj" pod pozycją, aby dodać to, co chcesz do wirtualnego wózka.
6. W większości supermarketów obowiązuje minimalna kwota wydatków, po przekroczeniu której możesz otrzymać dostawę.
7. Kliknąć przycisk "Przejdź do zapłaty" i wprowadzić szczegóły płatności, aby zapłacić za produkty. Na początku może zostać pobrana opłata za pre-autoryzację, która rezerwuje środki na przyszłą płatność. Ostateczna płatność zostanie pobrana w dniu dostawy, więc zapłacisz tylko za to, co zostało dostarczone.
8. W dniu dostawy zostaniesz poinformowany, czy któryś z artykułów jest niedostępny i nie może zostać dostarczony. Zostanie Ci zaoferowana pozycja zastępcza, ale nie musisz jej przyjmować.

Jeśli regularnie robisz zakupy w supermarkecie internetowym, być może warto wykupić kartę dostawy (delivery pass lub delivery saver). Jest to jednorazowa płatność, więc nie musisz za każdym razem płacić za dostawę. Może to również dać Ci pierwszeństwo w dostępie do niektórych terminów dostawy.



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

Jakie informacje podam, gdy za coś zapłacę?

Kiedy płacisz za coś online, nigdy nie zostaniesz poproszony o podanie kodu PIN do karty, ale zostaniesz poproszony o:

- 16-cyfrowy numer karty znajdujący się na przedniej stronie karty debetowej lub kredytowej.
- datę ważności.
- 3 cyfry na odwrocie karty, znane jako numer bezpieczeństwa lub "CVV", "CVC" lub "CVV2".

Kupując coś online, możesz założyć konto u sprzedawcy. Upewnij się, że do każdego konta używasz innego hasła i zawsze używaj silnego hasła. Czasami na stronie internetowej lub w przeglądarce internetowej pojawia się prośba o zapisanie danych karty na następny raz - nigdy nie rób tego na wspólnym komputerze i upewnij się, że Twoje urządzenie jest chronione hasłem, kodem PIN lub logowaniem za pomocą odcisku palca, jeśli zapisujesz dane karty.

Co zrobić, jeśli coś pójdzie nie tak z moimi zakupami online?

Skontaktuj się ze sprzedawcą internetowym, jeśli przesyłka nie dotarła, jest uszkodzona lub dostarczono niewłaściwy towar. Sprzedawca powinien zorganizować zwrot pieniędzy lub dostarczyć nowy towar. Jeśli nie jesteś zadowolony z odpowiedzi od sprzedawcy, skontaktuj się z bankiem.

Powinieneś regularnie sprawdzać swój wyciąg z konta i natychmiast skontaktować się z bankiem, jeśli zauważysz jakieś nietypowe transakcje. Zazwyczaj będziesz mógł odzyskać pieniądze, jeśli dane Twojej karty zostały naruszone i wykorzystane przez oszusta.



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

JAK KORZYSTAĆ Z BANKU INTERNETOWEGO

Korzystanie z bankowości internetowej oznacza, że możesz mieć kontrolę nad swoimi finansami z domu lub podczas podróży, korzystając ze strony internetowej banku lub aplikacji na smartfona. W większości banków możesz korzystać z bankowości internetowej, aby sprawdzić stan konta o każdej porze dnia i nocy, przelewać pieniądze między kontami bankowymi, wysyłać pieniądze do znajomych i nie tylko.

Jak skonfigurować bankowość internetową?

Aby uzyskać dostęp do bankowości internetowej, najpierw musisz się zarejestrować online. Musisz mieć już konto w banku, a następnie zarejestrować się za pośrednictwem ich strony internetowej. Najbezpieczniejszym sposobem znalezienia strony internetowej jest wpisanie adresu internetowego wydrukowanego na liście otrzymanym od banku.

Każdy bank ma nieco inny proces zakładania bankowości internetowej, dlatego należy zadzwonić do banku i zapytać o szczegóły. Kroki mogą obejmować następujące czynności.

- Wprowadzenie swoich danych osobowych, w tym imienia i nazwiska, danych kontaktowych oraz danych konta bankowego (numer rozliczeniowy i numer konta).
- Bank umówi się z Tobą na rozmowę telefoniczną i zada Ci kilka pytań w celu weryfikacji Twojej tożsamości.
- Kod aktywacyjny może zostać wysłany pocztą lub SMS-em.
- Ustawienie nazwy użytkownika i bezpiecznego hasła lub kodu dostępu.



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

Jak uzyskać dostęp do aplikacji na smartfony mojego banku?

Większość banków posiada również własne aplikacje na smartfony. Po skonfigurowaniu bankowości internetowej, możesz pobrać aplikację, która pozwoli Ci sprawdzić saldo, wysyłać płatności i wiele więcej. Aplikacje można znaleźć w Google Play Store dla telefonów z systemem Android lub App Store dla iPhone'ów.

Niestety, istnieje wiele fałszywych aplikacji bankowych dostępnych do pobrania. Sprawdź dwukrotnie, czy pobierasz prawdziwą aplikację banku lub towarzystwa ubezpieczeniowego. Najpierw sprawdź informacje na ich stronie internetowej, a jeśli nie masz pewności, zadzwoń do banku.

Do czego mogę używać bankowości internetowej?

W większości banków możesz korzystać z bankowości internetowej, aby:

- sprawdzać stan konta o każdej porze dnia i nocy
- Sprawdzać wyciągi bankowe
- Przelewać pieniądze pomiędzy kontami bankowymi
- Wysyłać pieniądze do znajomych osób
- Ustawić lub anulować polecenia zapłaty i zlecenia stałe

Czy nadal będę otrzymywać wyciągi bankowe?

Jedną z zalet bankowości internetowej jest to, że możesz szybko i łatwo sprawdzić przeszłe i nadchodzące transakcje na swoim koncie.

Nadal możesz otrzymywać miesięczne wyciągi bankowe pocztą. Można też wybrać opcję "bez papieru" i otrzymywać wyciągi pocztą elektroniczną lub pobrać je z konta internetowego.

Dla osób z wadami wzroku lub słuchu dostępne są odpowiednie udogodnienia.



Temat 2: Określanie potrzeb i rozwiązań technologicznych

Co mogę zrobić, aby moje pieniądze i tożsamość były bezpieczne?

Bankowość internetowa jest generalnie bezpieczna, ale istnieją kroki, które możesz podjąć, aby upewnić się, że Twoje pieniądze pozostaną tam, gdzie chcesz, a Twoja tożsamość nie zostanie skradziona.

1. Nie używaj ponownie tych samych haseł do różnych kont.
2. Używaj silnego hasła. Unikaj haseł składających się z popularnych słów, liczb lub wzorów klawiaturowych (takich jak "hasło" lub "123456") i nie podawaj w nich informacji osobistych, takich jak imię i nazwisko, data urodzenia lub dane członków rodziny.
3. Nigdy nie udostępniaj swojego pełnego hasła lub numeru PIN. Banki nigdy nie poproszą o podanie pełnego numeru PIN lub hasła - zamiast tego poproszą o podanie konkretnych cyfr lub liter, na przykład pierwszego i trzeciego znaku z Twojego hasła.
4. Zawsze wylogowuj się z sesji bankowości internetowej, zwłaszcza jeśli korzystasz z urządzenia, do którego mają dostęp inne osoby.
5. Zachowaj ostrożność podczas korzystania z publicznych komputerów w celu uzyskania dostępu do bankowości internetowej, na przykład komputerów w bibliotekach. Mogą one nie posiadać odpowiedniego poziomu oprogramowania zabezpieczającego. Zapytaj pracowników biblioteki o więcej informacji.
6. Korzystaj tylko z bezpiecznych sieci Wi-Fi, aby uzyskać dostęp do swojej bankowości internetowej. Nie korzystaj z sieci publicznych, takich jak te w kawiarniach czy na dworcach kolejowych - osoby korzystające z tej samej sieci mogą uzyskać dostęp do Twoich danych.
7. Regularnie sprawdzaj stan konta i transakcje oraz zgłaszaj bankowi wszelkie nieprawidłowości.
8. Regularnie sprawdzaj, czy Twoje dane osobowe są poprawne i aktualne.



WSKAZÓWKI

Bądź czujny: **Powszechnym oszustwem** jest telefon, w którym oszuści informują, że włamano się na Twoje konto i że należy przenieść pieniądze na "bezpieczne" konto. Mogą oni nawet korzystać z technologii, która sprawia, że wygląda to tak, jakby dzwonili z oficjalnego numeru banku. Twój bank nigdy nie zadzwoni do Ciebie z nienacką z prośbą o podanie numeru PIN lub hasła i nie poprosi Cię o przelanie pieniędzy na inne konto.



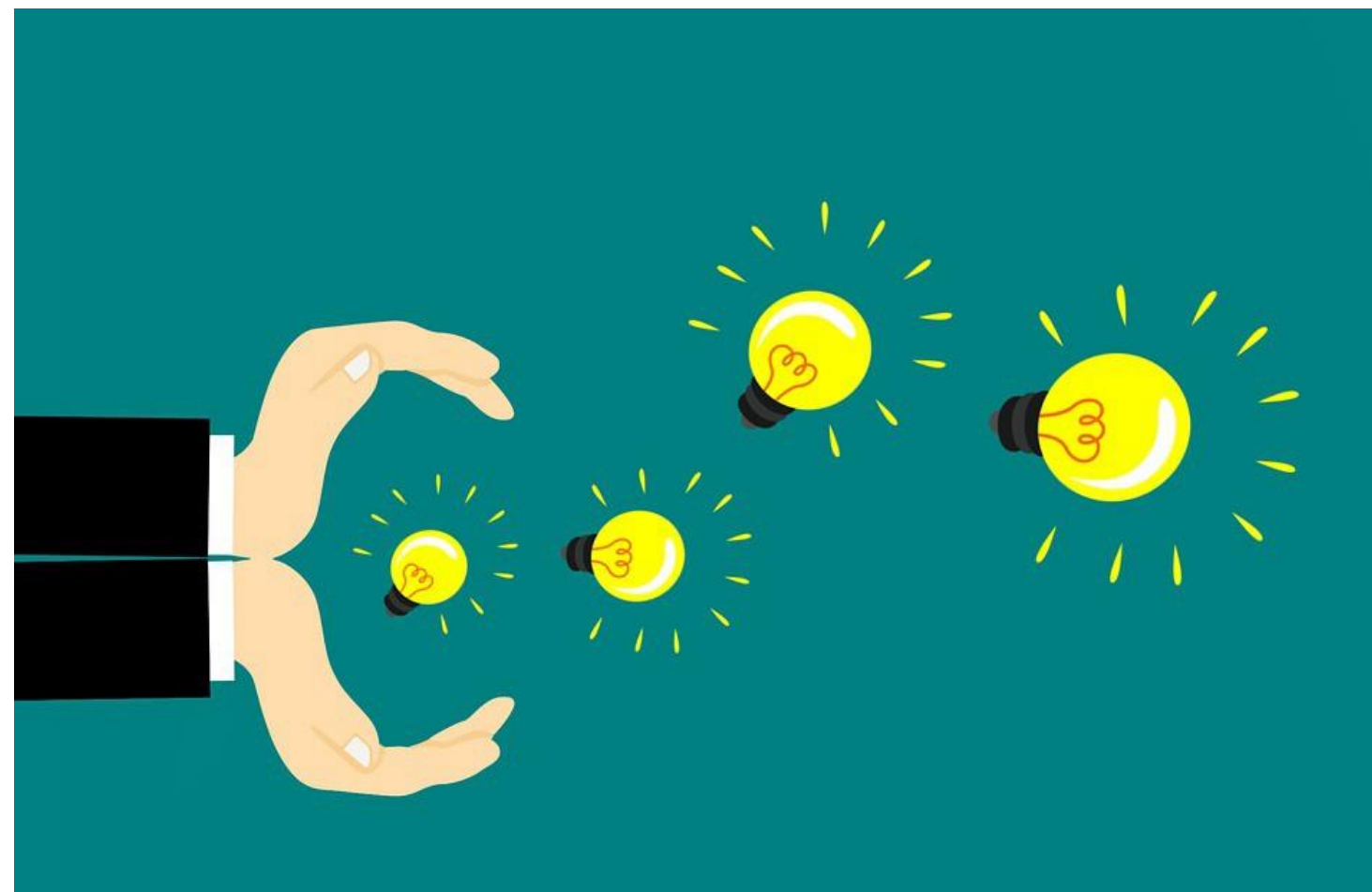


TEMAT 3: Kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych

Temat 3: Kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych

ZARYS OGÓLNY

Technologie i narzędzia cyfrowe mogą być wykorzystywane do celów twórczych. W tym temacie zostaną przedstawione praktyczne przykłady, w jaki sposób można twórczo wykorzystać technologie i jak narzędzia cyfrowe mogą wspierać kreatywność.



Temat 3: Kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych

ROBIENIE ZDJĘĆ SMARTFONEM

Smartfon to prawdopodobnie najwygodniejszy aparat, jaki możesz mieć. Zawsze będziesz miał go przy sobie, mieści się w kieszeni i nie wymaga żadnych ręcznych ustawień przed zrobieniem zdjęcia. Nawet jeśli posiadasz lepszy aparat, prawdopodobnie nadal będziesz używał swojego smartfona, aby uchwycić nieoczekiwane momenty na zdjęciach. Dlatego warto dowiedzieć się, jak działa aparat w telefonie, aby być zawsze gotowym, gdy będziesz chciał zrobić zdjęcie.

Ustawianie ostrości

Wiele telefonów ma podstawowe aparaty, które korzystają z systemu bez ustawiania ostrości (co oznacza, że prawie wszystko pozostaje ostre przez cały czas). Jednak coraz więcej telefonów zaczyna mieć wysokiej jakości aparaty, które wymagają ustawienia ostrości. W takim przypadku, aby automatycznie ustawić ostrość w aparacie, wystarczy nacisnąć spust migawki do połowy. Inne telefony, takie jak iPhone, pozwalają dotknąć określonego obszaru ekranu, aby ustawić ostrość aparatu. Gdy to zrobisz, iPhone dostosuje też ekspozycję, aby punkt centralny zdjęcia zawsze wyglądał dobrze.

Przybliżanie

Wiele smartfonów posiada przybliżenie cyfrowe, które możesz użyć do uchwycenia małych lub odległych obiektów. W telefonie iPhone suwak przybliżenia można wywołać gestem szczypania, a w telefonie z Androidem - stuknięciem w przyciski plus (+) i minus (-). Ważne jest, aby pamiętać, że jest to przybliżenie cyfrowe, które ma niższą jakość niż przybliżenie optyczne.

Tryby sceniczne

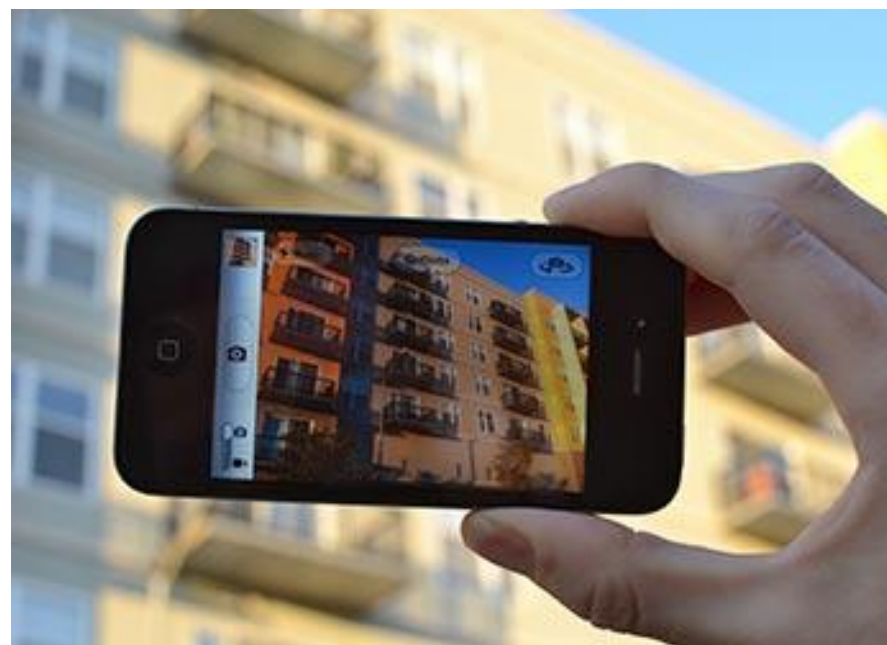
Tryby sceniczne to świetny sposób na robienie lepszych zdjęć w określonych sytuacjach. Na przykład tryby Krajobraz, Sport, Portret nocny i Zbliżenie/Makro są dostosowane do różnych sytuacji. Niektóre smartfony pozwalają na wybór trybów scen. Na przykład w wielu telefonach z systemem Android można stuknąć prawą stroną ekranu, aby uzyskać dostęp do trybów scen (a także innych opcji).



Temat 3: Kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych

Inne funkcje

- Niektóre smartfony mają dodatkowe funkcje, które można wykorzystać do robienia lepszych zdjęć. Oto kilka funkcji, w które może być wyposażony Twój telefon:
- Siatka: iPhone może wyświetlać na ekranie siatkę zasady trzech trzecich, aby pomóc Ci skomponować zdjęcie. Dostęp do niej uzyskasz, stukając przycisk Opcje w górnej części ekranu.
- HDR (High Dynamic Range): Ten tryb pomaga uchwycić więcej szczegółów w cieniach i jasnych partiach zdjęć. Z reguły działa on tylko wtedy, gdy fotografowany obiekt się nie porusza.
- Lampa błyskowa: Wiele smartfonów jest wyposażonych w lampę błyskową, która ułatwia robienie zdjęć przy słabym oświetleniu.
- Efekty: Niektóre smartfony umożliwiają stosowanie efektów do zdjęć, takich jak filtry czarno-białe, barwne lub w stylu vintage. W telefonach z systemem Android możesz dotknąć prawej strony ekranu, aby uzyskać dostęp do efektów.
- Przednia kamera: iPhone ma drugą kamerę tuż nad ekranem. Ułatwia to robienie zdjęć, ponieważ podczas fotografowania widzisz ekran.



Temat 3: Kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych

CODZIENNE ZASTOSOWANIA APARATU W TELEFONIE

Aparat Twojego smartfona to naprawdę przydatne narzędzie, nie tylko do robienia zdjęć, ale także do skanowania dokumentów i zapisywania niemal każdego rodzaju informacji, które chcesz zapamiętać.

1. Porównywanie cen

Kiedy jesteś na zakupach, możesz chcieć porównać ceny w różnych sklepach. Po prostu zrób zdjęcie ceny przedmiotu i postaraj się zawrzeć sam przedmiot na zdjęciu. Cena nie jest jedyną rzeczą, która się liczy; jeśli jeden sklep sprzedaje opakowanie 48 plastikowych kubków, a inny opakowanie 96, musisz zawrzeć tę informację na zdjęciu, aby móc dokonać dokładnego porównania.

2. Wymiary produktu

Jeśli robisz zakupy mebli, półek lub urządzeń, najlepiej jest zmierzyć przestrzeń przed pójściem do sklepu. Ale jeśli zapomnisz to zrobić, możesz zrobić zdjęcie wymiarów przedmiotu (z przodu lub z tyłu pudełka), a następnie zmierzyć przestrzeń po powrocie do domu. Jest to zwykle łatwiejsze niż kupowanie i zwracanie go, jeśli nie jest w porządku, zwłaszcza jeśli jest duży lub ciężki.

3. Parkingi

Jeśli zaparkowałeś na lotnisku lub w centrum handlowym, możesz zapomnieć, gdzie jest Twój samochód. Zaraz po zaparkowaniu zrób zdjęcie swojego samochodu i pamiętaj, aby umieścić na nim jakiś znak rozpoznawczy, np. znak lub budynek. Gdy będziesz szukał samochodu, zdjęcie może pomóc Ci w przypomnieniu sobie miejsca, w którym się znajdujesz. Podobnie, jeśli odwiedzasz inne miasto, możesz zrobić zdjęcie znaków drogowych w pobliżu hotelu, aby łatwiej było go znaleźć po długim dniu zwiedzania.



Temat 3: Kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych

4. Wypadki samochodowe

Jeśli uczestniczyłeś w wypadku samochodowym, warto zrobić zdjęcia swojego samochodu i wszystkich innych samochodów, które brały w nim udział. Jeśli dojdzie do sporu o to, kto zawinił, zdjęcia mogą pomóc w poparciu Twojej wersji wydarzeń.

5. Skanowanie dokumentów

Nie musisz mieć skanera, aby zachować zapis dokumentów. Jeśli Twój telefon ma dobry aparat, możesz po prostu robić zdjęcia formularzy podatkowych, rachunków, listów i innych dokumentów. Nawet jeśli jakość nie jest idealna, może być wystarczająco dobra, aby odczytać mały tekst. Aby uzyskać wyższą jakość, trzymaj papiery tak płasko, jak to możliwe, kładąc je na stole lub podłodze.

6. Wypożyczone samochody

Większość firm wynajmujących samochody wymaga, aby zwrócić samochód z taką samą ilością paliwa w baku (lub większą), aby uniknąć dodatkowych opłat. Dostaniesz od nich dokument, który pokazuje aktualny poziom paliwa, ale łatwo go zgubić. Przy pierwszym uruchomieniu samochodu zrób zdjęcie wskaźnika poziomu gazu. Następnie możesz sprawdzić zdjęcie przed zatankowaniem samochodu.

7. Numery potwierdzeń

Jeśli kupujesz bilety online na film, koncert lub mecz baseballowy, być może będziesz musiał przynieść swój numer potwierdzenia do okienka biletowego. Jeśli zrobisz zdjęcie numeru potwierdzenia na ekranie komputera, nie będziesz musiał się martwić o przyniesienie go ze sobą.

8. Zapisywanie dowodów

Jeśli opowiadasz znajomym o czymś niewiarygodnym, co się wydarzyło (np. o złowieniu naprawdę dużej ryby), dobrze jest mieć dowód. Zrób kilka zdjęć, na wszelki wypadek, gdyby Twoi znajomi nadal byli sceptyczni.



Temat 3: Kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych

JAK UDOSTĘPNIĄĆ ZDJĘCIA ONLINE PRYWATNIE RODZINIE I PRZYJACIOŁOM

Istnieją różne sposoby na dzielenie się swoimi zdjęciami z rodziną i przyjaciółmi oraz na zachowanie ich w tajemnicy przed przypadkowymi nieznajomymi.

Skonfiguruj udostępniony folder w chmurze

Większość dostawców usług przechowywania w chmurze (Dropbox, Google, iCloud itp.) pozwala swoim użytkownikom tworzyć "foldery udostępnione": foldery z elementami, do których mogą mieć dostęp inne osoby, logując się na własne konta lub wchodząc na udostępnione łącze. Na przykład, używając Google, wejdź na swój dysk Google i ustaw swój folder. Gdy folder znajduje się na dysku, kliknij prawym przyciskiem myszy, aby wybrać opcje. Powinieneś zobaczyć menu rozwijane z kilkoma akcjami, w tym "Udostępnij+" folder, lub "Uzyskaj link udostępniający". Obie te opcje pozwolą Ci na udostępnienie zawartości folderu innym osobom. Dla większości użytkowników, opcja "Uzyskaj link udostępniający" będzie wystarczająca: Google udostępni Ci link, który możesz wysłać SMS-em, wiadomością lub e-mailem do rodziny i znajomych, aby wyświetlić zawartość folderu. DropBox i inni dostawcy często mają podobne ustawienia. Dostęp do popularnych kont pamięci masowej w chmurze można również uzyskać za pomocą aplikacji na telefony i tablety, umożliwiających przesyłanie zdjęć bezpośrednio z albumu fotograficznego urządzenia.

Zamknięte lub tajne grupy na Facebooku

Informacje na Facebooku nigdy nie powinny być uważane za prawdziwie "prywatne". Istnieją jednak sposoby na ograniczenie tego, kto może zobaczyć Twoje zdjęcia. Grupy na Facebooku, w szczególności, mogą być atrakcyjną opcją, jeśli Ty i osoby, z którymi chcesz dzielić się zdjęciami, macie już profile.

Na stronie głównej, przejdź do sekcji **Eksploruj - Grupy**, klikając " **Utwórz grupę**", aby założyć nową grupę dla swojego konta. " **Utwórz grupę**" jest również dostępna z rozwijanego menu głównego, zaraz po zakładce **Utwórz/Zarządzaj stronami**.

Będziesz musiał nadać swojej grupie nazwę, wprowadzić znajomych lub rodzinę, których chcesz zaprosić, i oczywiście wybrać ustawienia prywatności. Z różnych typów grup, będziesz chciał wybrać "**Zamknięta grupa**" lub "**Tajna grupa**", aby zachować prywatne zdjęcia, które udostępniasz grupie. W "**Zamkniętej**" grupie każdy online może zobaczyć, kto jest członkiem grupy, ale tylko członkowie grupy mogą zobaczyć opublikowane treści. W przypadku grupy "**Tajnej**" zarówno treść, jak i to, kto może ją zobaczyć, pozostają niewidoczne dla odwiedzających sieć.

Temat 3: Kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych

Wiadomości grupowe

Wiele komunikatorów internetowych oferuje opcje "czatu grupowego", pozwalające na wysyłanie tekstów i obrazów do wybranej grupy osób jednocześnie. iMessage, Android Messenger, Telegram, WhatsApp, Facebook Messenger i Signal to aplikacje do wysyłania wiadomości tekstowych, które umożliwiają korzystanie z usług komunikatora grupowego.

iMessage: W systemie iOS otwórz wiadomości i rozpocznij nową wiadomość. Wprowadź numery kontaktowe, do których chcesz wysłać wiadomość, a następnie wprowadź tekst, zdjęcia i kliknij "wyślij".

Android Messenger: Ta sama funkcja wiadomości grupowych może być wykonana w Android Messenger, ale może być wymagane, aby skonfigurować MMS najpierw. Musisz przejść do 'Ustawienia' i wybrać 'Zaawansowane'. Pod grupowymi wiadomościami, włącz 'grupowe MMS'. Pozwoli to na wysyłanie grupowych tekstów poprzez protokół wiadomości Androida.

WhatsApp: Czaty grupowe i udostępnianie zdjęć to wygodna opcja. Aby skonfigurować wiadomość do udostępniania grupowego, otwórz program i kliknij zakładkę "Czaty" dla iPhone'a; ":" opcja menu w Androidzie. Naciśnij ikonę "Nowa wiadomość", a następnie dotknij przycisku "Nowa grupa". Dodaj swoje kontakty i temat, a następnie przejdź do rozwijania tekstu, jak zwykle.

Telegram: Telegram ma dwie opcje ograniczonego udostępniania: kanały i grupy. Grupy są lepsze do dzielenia się z ludźmi, których znasz: mają członków i pozwalają każdemu, kto jest z nimi połączony, odpowiadać na posty. Kanały mają subskrybentów i choć mogą być publiczne lub prywatne, są zbudowane tak, aby zachęcać do nadawania materiałów, które publikujesz. Jeśli chcesz się dzielić materiałami z bliskimi sobie osobami, wybierz grupę.

Aby skonfigurować grupę, otwórz aplikację, kliknij "czaty" w dolnym rogu (iPhone) lub okrągły przycisk ołówka w prawym dolnym rogu (Android). Tam, powinieneś zobaczyć na wysyłanie wiadomości, w tym konfigurowanie i wysyłanie do grup. Hit "Nowa grupa", dodać kontakty, które zamierzasz wysłać do i dać swoją grupę nazwę. Po dodaniu, wysyłaj obrazy i tekst do swoich grup w taki sam sposób, w jaki wysyłasz inne wiadomości z platformy.

Inne platformy, w tym Facebook Messenger, mają podobne funkcje do wiadomości grupowych, ale z różnymi wskazówkami dotyczącymi konfiguracji. Jeśli regularnie używasz platformy do przesyłania wiadomości, spójrz na swoje ustawienia i sprawdź, czy wysyłanie tekstów grupowych jest możliwe.

Temat 3: Kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych

CYFROWE NARZĘDZIA DLA TWOJEGO HOBBY

Internet jest pełen zasobów, które pomogą Ci utrzymać zainteresowanie, nauczyć się nowych umiejętności lub ćwiczyć swoje hobby. Oto tylko kilka z nich.

Gotowanie i pieczenie

Istnieje wiele lekcji gotowania online, dostępnych za darmo na stronie YouTube. Możesz przeprowadzić proste wyszukiwanie na YouTube, używając słów kluczowych, takich jak nazwa przepisu, potrawy lub znanego szefa kuchni, aby znaleźć wiele filmów pokazujących, jak przygotować ulubioną potrawę.

Zdobywanie nowych umiejętności

Możesz skorzystać z okazji, aby odkryć swoje zainteresowania lub nauczyć się nowych umiejętności. W prawie każdym europejskim kraju istnieje Uniwersytet Trzeciego Wieku, który ma wiele pomysłów na to, jak można się uczyć online.

Kreatywność

Spróbuj swoich sił w malowaniu, rysowaniu, a nawet robieniu na drutach. Na początku może się to wydawać trudne, zwłaszcza jeśli jesteś nowicjuszem, ale nie musisz być ekspertem, żeby zająć się sztuką. Na YouTube jest mnóstwo poradników, które pomogą Ci zacząć, a na stronie lub w aplikacji Pinterest znajdziesz mnóstwo pomysłów na inspirację.



AKTYWNOŚĆ
- Plan lekcji nr 3



Temat 3: Kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych

Słuchanie radia i książek

Dla tych, którzy chcą słuchać radia, **Old Time Radio** dla Androida i **OTR Streamer** dla iOS odtwarzają ponad 10 000 programów. Komedie, thrillery, westerny - obie aplikacje mogą zaoferować słuchaczom wiele godzin przyjemnej rozrywki bez żadnych opłat.

Apple i Google prezentują ogromny katalog muzyki, który zawiera liczne albumy, od muzyki klasycznej po współczesną. Utwory można pobierać, a następnie słuchać ich ponownie nawet bez połączenia z Internetem, w trybie offline.

Jeśli lubisz książki, ale masz problemy z ich czytaniem, **Audible**, obecnie produkowane przez Amazon, to biblioteka ponad 200 000 audiobooków. Subskrypcja obejmuje darmową książkę i miesięczny bonus, który może być wykorzystany do zakupu innej pożądanej książki na platformie.

Wybrane linki:

- Audible: za darmo na Androida i iOS. Subskrypcja dostępna na www.audible.com.
- Old Time Radio: po angielsku i za darmo dla Androida (<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.oldtimeradio>)
- OTR Streamer: po angielsku i bezpłatnie dla systemu iOS (<https://itunes.apple.com/it/app/otr-streamer/id353471785?mt=8>)
- Google Play Music: Domyślna aplikacja. Subskrypcja dostępna pod adresem play.google.com
- Apple Music: Domyślna aplikacja. Subskrypcja dostępna pod adresem apple.com





TEMAT 4: **Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych**

Temat 4: Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych

ZARYS OGÓLNY

Ten temat ma na celu pomóc ludziom w zdobyciu podstawowej wiedzy na temat urządzeń cyfrowych oraz wspieranie ich w poszukiwaniu możliwości samorozwoju i podążania za cyfrową ewolucją.



Temat 4: Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych

UŁATWIENIE OBSŁUGI URZĄDZENIA

Wiele smartfonów i tabletów jest wyposażonych w szereg funkcji, które możesz dostosować, aby urządzenie spełniało Twoje potrzeby.

Zmiana ustawień wyświetlacza

W większości smartfonów i tabletów można "szczypać" ekran, aby powiększać i pomniejszać, na przykład w celu powiększenia strony internetowej lub dokładniejszego przyjrzenia się zdjęciu.

Można również szybko i łatwo ułatwić sobie czytanie telefonu lub tabletu, zwiększając rozmiar czcionki oraz wielkość elementów, takich jak ikony i obrazy na ekranie.

Zmiana ustawień wyświetlacza na telefonie lub tablecie z systemem Android

Aby zwiększyć lub zmniejszyć rozmiar czcionki w urządzeniu z systemem Android:

1. Otwórz ustawienia telefonu lub tabletu.
2. Stuknij Wyświetlacz, a następnie Rozmiar czcionki.
3. Użyj suwaka, aby wybrać rozmiar.

Aby elementy na ekranie, takie jak ikony aplikacji, były mniejsze lub większe w urządzeniu z systemem Android:

1. Otwórz ustawienia telefonu lub tabletu.
2. Stuknij Wyświetlacz, a następnie Rozmiar ekranu.
3. Użyj przewijaka, aby wybrać preferowany rozmiar.

Temat 4: Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych

Zmiana ustawień wyświetlania na iPhone lub iPadzie

Aby zwiększyć lub zmniejszyć rozmiar czcionki na urządzeniu Apple:

1. Otwórz ustawienia telefonu lub tabletu.
2. Stuknij w Wyświetlacz i rozmiar tekstu.
3. Stuknij opcję Większy rozmiar czcionki.
4. Użyj suwaka, aby wybrać rozmiar.

Aby elementy na ekranie, takie jak ikony aplikacji, były mniejsze lub większe w urządzeniu Apple:

1. Otwórz ustawienia telefonu lub tabletu.
2. Stuknij w Wyświetlacz i jasność.
3. Stuknij pozycję Widok pod ustawieniem Powiększenie wyświetlacza.
4. Stuknij opcję Powiększenie, a następnie Ustaw.
5. Aby nowe ustawienia zaczęły obowiązywać, konieczne będzie ponowne uruchomienie telefonu.

Niektóre z tych funkcji mogą działać tylko z nowszymi modelami telefonów, ale wszystkie telefony powinny mieć sekcję Wyświetlacz w menu Ustawienia. Istnieje wiele innych wskazówek, jak dostosować urządzenie z systemem Android do swoich potrzeb na stronie wsparcia Google (https://support.google.com/accessibility/android/answer/6006949?hl=en-GB&ref_topic=9079043) lub urządzenie Apple na stronie wsparcia Apple (<https://support.apple.com/en-gb/guide/iphone/iph3e2e4367/ios>).

Temat 4: Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych

Zmiana ustawień dźwięku

Jeśli masz trudności z usłyszeniem rozmów telefonicznych, możesz zwiększyć głośność telefonu za pomocą przycisków głośności z boku urządzenia. Może to brzmieć prosto, ale korzystanie z zestawu głośnomówiącego może również pomóc w usłyszeniu tego, co mówi rozmówca.

Jeśli nadal musisz zwiększyć głośność telefonu, lub jeśli nosisz aparaty słuchowe, możesz podłączyć je do telefonu, aby ułatwić sobie słyszenie.

Na telefonie lub tablecie z systemem Android: Możesz użyć aplikacji Sound Amplifier (<https://support.google.com/accessibility/android/answer/9157755>), aby zwiększyć lub zmodyfikować dźwięki, a także możesz połączyć niektóre aparaty słuchowe z urządzeniem, aby słyszeć wyraźnie (<https://support.google.com/accessibility/android/answer/9426888>).

Na telefonie iPhone lub iPadzie: Możesz dostosować ustawienia audio (<https://support.apple.com/en-gb/guide/iphone/iph3e2e2cdc/14.0/ios/14.0>) i wzmocnić dźwięki, a także połączyć urządzenie z niektórymi aparatami słuchowymi (<https://support.apple.com/en-gb/guide/iphone/iph470b1833/14.0/ios/14.0>).

Korzystanie z aktywacji głosowej

Używanie aktywacji głosowej to wygodny sposób sterowania urządzeniem bez konieczności dotykania ekranu. Za pomocą poleceń głosowych można otwierać aplikacje, dzwonić do kogoś, wypowiadając jego imię, pisać wiadomości tekstowe i e-mail oraz wykonywać wiele innych czynności.

Dowiedz się, jak skonfigurować aktywację głosową:

- Na telefonie lub tablecie z systemem Android: <https://support.google.com/accessibility/android/answer/6151848?hl=en>
- W urządzeniu iPad lub iPhone: <https://support.apple.com/en-gb/HT210417#:~:text=To%20turn%20Voice%20Control%20on,%2C%20turn%20on%20Voice%20Control%22>



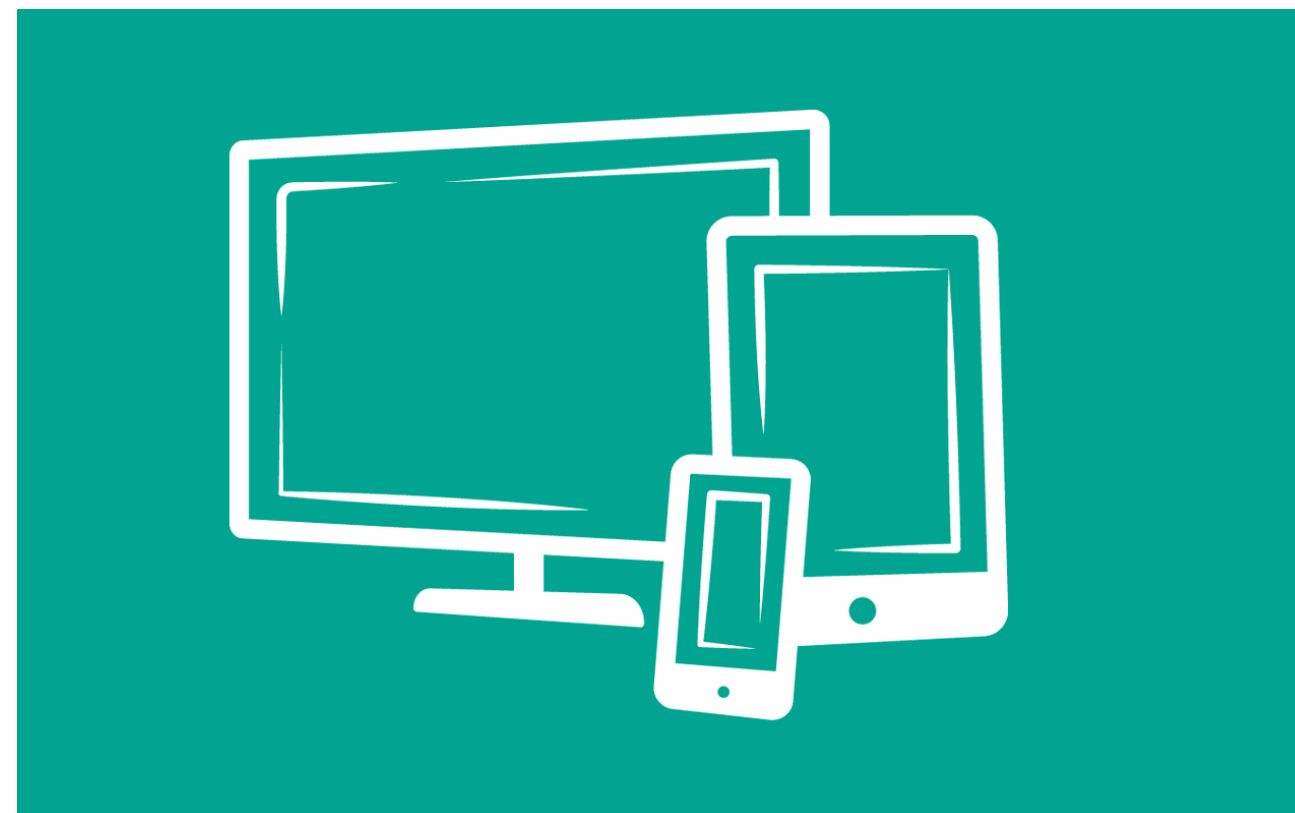
Temat 4: Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych

Konfigurowanie urządzenia do czytania na głos

Telefon lub tablet można skonfigurować tak, aby odczytywał na głos powiadomienia, wiadomości i e-maile oraz strony internetowe. Aby to zrobić, należy dostosować ustawienia dostępności w telefonie. W niektórych telefonach można wypróbować różne głosy i dostosować ich szybkość.

Dowiedz się, jak skonfigurować funkcję czytania na głos:

- Na telefonie lub tablecie z systemem Android: <https://support.google.com/accessibility/android/answer/6007100?hl=en-GB>
- Na telefonie iPhone lub iPadzie: <https://support.apple.com/en-gb/guide/iphone/iph96b214f0/ios>



Temat 4: Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych

UŁATWIENIE OBSŁUGI KOMPUTERA

Wskazówki dotyczące widoku

Możesz dostosować ustawienia ekranu komputera, aby zwiększyć rozmiar tekstu i obrazów wyświetlanych na ekranie.

Na komputerze z systemem Windows:

- Przejdź do Ustawienia, a następnie Wyświetlacz.
- Wybierz opcję Zmień rozmiar tekstu, aplikacji i innych elementów.
- Zalecane jest 150%, ale można wybrać większy rozmiar ekranu.

Na komputerze Apple Mac:

- Przejdź do menu Apple, a następnie Preferencje systemowe.
- Kliknij Wyświetlacz.
- Kliknij Powiększenie.

Można również skonfigurować program, który będzie czytał na głos to, co znajduje się na ekranie. Dowiedz się, jak skonfigurować go na komputerze z systemem Windows (<https://support.microsoft.com/en-gb/help/22798/windows-10-complete-guide-to-narrator>) i Apple Mac (<https://support.apple.com/en-gb/guide/mac-help/mh27448/mac>).

Temat 4: Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych

Wskazówki dotyczące słyszenia

Możesz dostosować ustawienia dźwięku, na przykład tak, aby dźwięk był odtwarzany tylko przez jeden głośnik. Można też skonfigurować ekran tak, aby migał lub wyświetlał powiadomienia, gdy pojawi się alarm, zamiast korzystać z powiadomień dźwiękowych.

Na komputerze z systemem Windows: https://www.microsoft.com/en-us/accessibility/windows?activetab=pivot_1:primaryr3

Na komputerze Apple Mac: <https://support.apple.com/en-gb/guide/mac-help/unac611/mac#:~:text=On%20your%20Mac%2C%20use%20the,click%20Accessibility%2C%20then%20click%20Audio>

Wskazówki dotyczące mobilności

Komputery z systemem Windows i Mac mają ustawienia, które umożliwiają sterowanie komputerem za pomocą głosu, co pozwala na pisanie e-maili i wiadomości bez konieczności pisania na klawiaturze.

Na komputerze z systemem Windows: <https://support.microsoft.com/en-gb/help/4027176/windows-10-use-voice-recognition>

Na komputerze Apple Mac: <https://support.apple.com/en-gb/guide/mac-help/mh40719/10.15/mac/10.15>

Istnieje również specjalny sprzęt, który można kupić, aby ułatwić korzystanie z komputera. Może się okazać, że standardowa mysz lub klawiatura nie zapewnia wymaganej kontroli, zwłaszcza jeśli użytkownik ma ograniczoną sprawność manualną. W przypadku artretyzmu palców łatwiejsza w użyciu może być mysz typu trackball.



Temat 4: Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych

NAJCZĘŚCIEJ STOSOWANE URZĄDZENIA TECHNOLOGICZNE (oprócz smartfonów, tabletów i komputerów osobistych)

E-czytnik

Czytanie to jedna z życiowych przyjemności, która szczególnie dla tych, którzy nie są już młodzi, może stać się świetnym sposobem na spędzanie czasu. Niestety, papierowe książki bardzo często mają bardzo małą czcionkę, która z pewnością nie pomaga zmęczonemu i słabemu wzrokowi osób starszych. E-czytniki w tym przypadku stanowią doskonałe rozwiązanie, dając możliwość znacznego powiększenia tekstu, a tym samym ułatwiając czytanie.

Oto lista najlepszych obecnie e-czytników: <https://www.independent.co.uk/extras/indybest/gadgets-tech/best-ereader-ebook-reader-amazon-kindle-kobo-a9377031.html>

Urządzenia alarmowe

Przydatne zwłaszcza dla tych, którzy mieszkają w domu sami, urządzenie alarmowe, które pozwala na automatyczne połączenie z numerami zapisanymi w razie potrzeby, jest niezbędnym akcesorium dla bezpieczeństwa osób, które nie są już młode lub mają problemy zdrowotne. Można je nosić na szyi lub położyć na stoliku nocnym podczas snu, a do jego obsługi wystarczy nacisnąć jedyny przycisk znajdujący się na urządzeniu.

Znajdowanie przedmiotów

Ten technologiczny gadżet może być przydatny dla osób, które często zapominają, gdzie zostawiły przedmioty. Są to małe odbiorniki Bluetooth, które przyczepiają się do przedmiotów i poprzez aplikację na smartfonie pozwalają w czasie rzeczywistym poznać lokalizację tego, czego szukamy.



Temat 4: Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych

Głośnik Bluetooth

Główną różnicą pomiędzy głośnikiem Bluetooth a tradycyjnymi głośnikami jest to, że nie wymaga on połączenia przewodowego. Tak długo, jak urządzenie w Twojej ręce obsługuje Bluetooth, możesz bezprzewodowo połączyć się z głośnikiem Bluetooth. Jest on również przenośny i kompaktowy, wygodny w użyciu i łatwy do przenoszenia bez względu na otoczenie. Zasadniczo jest to wzmacniacz i głośnik z bezprzewodową łącznością Bluetooth, który jest sparowany (wstępnie powiązany) z jednym lub kilkoma smartfonami, tabletami, iPodami lub komputerami.

Słuchawki Bluetooth

Do słuchania telewizji, radia, muzyki i, dlaczego nie, podcastów, słuchawki bezprzewodowe Bluetooth (nie ma żadnych przewodów wokół) są zdecydowanie idealnym rozwiązaniem, zwłaszcza, gdy nie chcemy, aby głośność urządzeń była zbyt duża i nie przeszkadzała sąsiadom i innym osobom w domu.



WSKAZÓWKI

Aby używać **urządzenia Bluetooth** ze smartfonem lub tabletem, należy je również sparować. W urządzeniach z systemem **Android** i iOS uruchom Ustawienia, dotknij opcji "**Bluetooth**" i przełącz przełącznik "**Bluetooth**" na pozycję "Włączony". Wybierz **głośniki/słuchawki** na liście urządzeń, a następnie wprowadź kod parowania głośników, jeśli zostaniesz o to poproszony.



DEFINICJA

Czym jest Bluetooth? Zajrzyj do tego artykułu: <https://www.businessinsider.com/what-is-bluetooth?IR=T>



Temat 4: Identyfikacja braków w kompetencjach cyfrowych

INTERNET RZECZY

Jak już wspomniano, Internet może być wykorzystywany do wykonywania wszelkiego rodzaju zadań, takich jak płacenie rachunków, wysyłanie wiadomości czy robienie zakupów online. W miarę jak Internet staje się coraz bardziej dostępny na całym świecie, ludzie znajdują nowe sposoby, aby włączyć tę technologię do codziennego życia. Wszystkie te przedmioty codziennego użytku, które łączą się z Internetem, znane są jako Internet Rzeczy (ang. Internet of Things, w **skrótce IoT**).

Weźmy na przykład pod uwagę termostat, który kontroluje temperaturę w naszym domu. Tradycyjnie można go było regulować tylko z domu. Ale inteligentne termostaty mogą być podłączone do Internetu. Pozwala to na zdalne sterowanie urządzeniem, dzięki czemu można regulować temperaturę z dowolnego miejsca za pomocą komputera lub smartfona. Inteligentne i połączone urządzenia tego typu są powszechnie określane jako część Internetu rzeczy. Coraz więcej produktów zaczyna korzystać z tej technologii, w tym żarówki, zamki do drzwi, a nawet lodówki.

Internet Rzeczy nie ogranicza się do urządzeń w Twoim domu. Można go również wykorzystać do podłączenia do Internetu praktycznie wszystkiego - samochodów, oświetlenia ulicznego, a nawet całych budynków. Ponieważ coraz więcej urządzeń jest podłączonych do Internetu, możemy łączyć te informacje, aby **podejmować lepsze decyzje w naszym codziennym życiu**.



AKTYWNOŚĆ
- Plan lekcji nr 4



Bibliografia

<https://www.mytherapyapp.com/it/blog/migliori-app-per-anziani>

<https://www.comparitech.com/blog/vpn-privacy/share-photos-online-privately/>

<https://www.paneeinternet.it/>

<https://edu.gcfglobal.org/>

<https://www.ageuk.org.uk/>

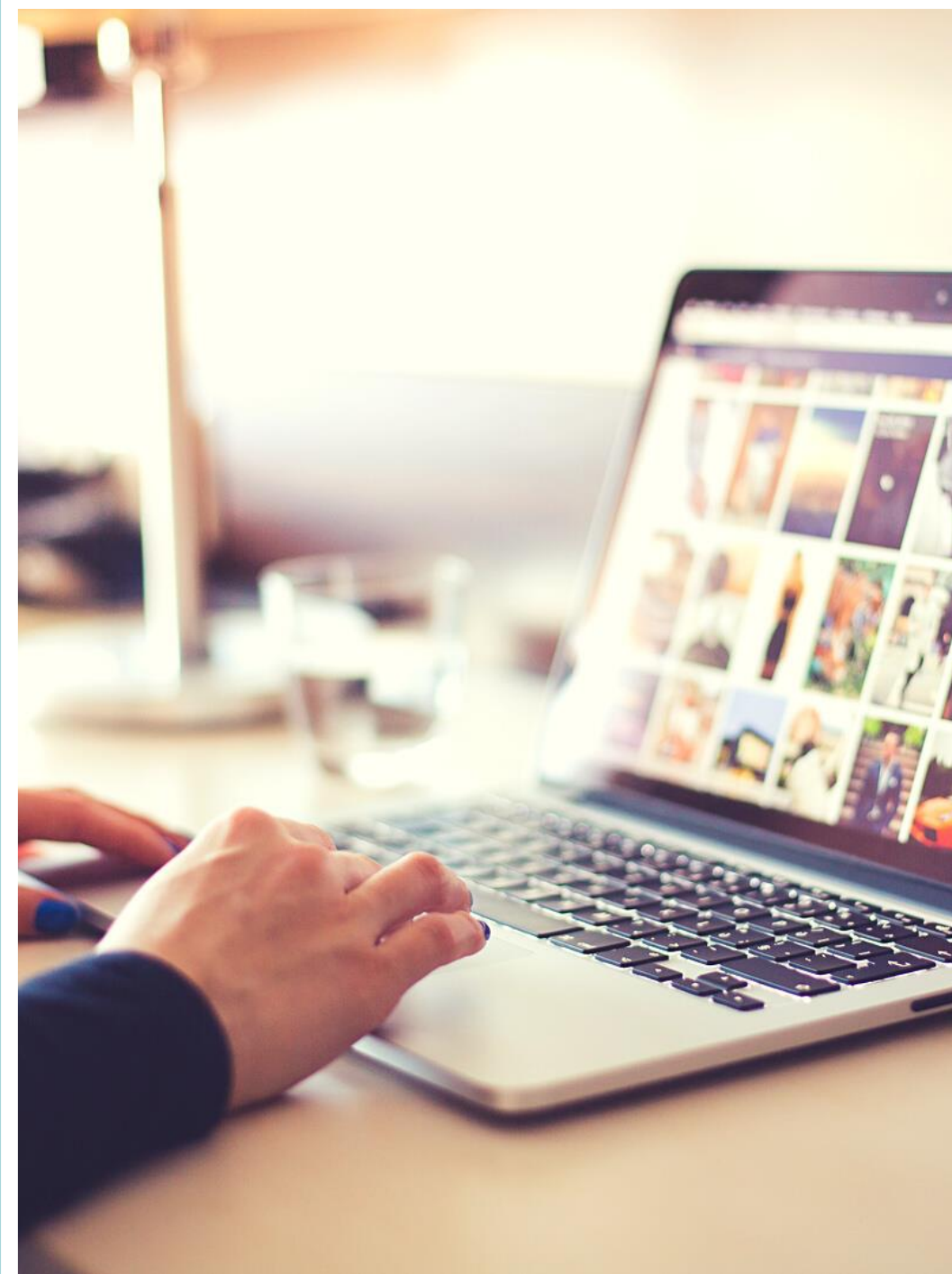
<https://www.meganga.com/>

<https://www.wikihow.it/>

Glosariusz (1)

TERMIN	DEFINICJA
PORADNIK KOMPUTEROWY	Poradnik użytkownika, zwany też potocznie dokumentem komunikacji technicznej lub instrukcją obsługi, ma za zadanie pomóc osobom korzystającym z danego systemu.
SYSTEM OPERACYJNY	System operacyjny to oprogramowanie systemowe, które zarządza sprzętem komputerowym, zasobami oprogramowania i zapewnia wspólne usługi dla programów komputerowych.
AKTUALIZACJA	Aktualizacja to nowe, ulepszone lub poprawione oprogramowanie, które zastępuje starsze wersje tego samego oprogramowania. Aktualizacje są często dostarczane przez wydawcę oprogramowania bez dodatkowych opłat.
ROZMOWA WIDEO	Rozmowa prowadzona przez telefon komórkowy z kamerą i ekranem, pozwalająca uczestnikom widzieć się nawzajem w trakcie rozmowy.
FOLDER CHMURY	Chmura to termin używany do opisu globalnej sieci serwerów, z których każdy ma unikalną funkcję. Chmura nie jest fizyczną jednostką, lecz rozległą siecią zdalnych serwerów na całym świecie, które są ze sobą połączone i mają działać jako jeden ekosystem.
E-CZYTNIK	E-czytnik, zwany również czytnikiem e-booków lub urządzeniem do czytania e-booków, jest przenośnym urządzeniem elektronicznym, które zostało zaprojektowane głównie w celu czytania cyfrowych e-booków i czasopism.
BLUETOOTH	Bluetooth jest otwartym standardem technologii bezprzewodowej służącym do przesyłania danych ze stacjonarnych i mobilnych urządzeń elektronicznych na niewielkie odległości. Bluetooth komunikuje się z różnymi urządzeniami elektronicznymi i tworzy sieci osobiste działające w nienaliczonym paśmie 2,4 GHz.





Kontakt

<http://www.digitaliseme.eu/en>



[https://www.facebook.com/
digitaliseme.project/](https://www.facebook.com/digitaliseme.project/)

