



**Key Competences Kit**  
for facing Lifelong Learning

**О Б У Ч И Т Е Л Н А   П Р О Г Р А М А**  
**"КОМЮТЪРНИ УМЕНИЯ"**  
**МОДУЛ 4 ОТ**  
**ИНСТРУМЕНТ 8 КЛЮЧОВИ КОМПЕТЕНЦИИ**

**Обучителна програма по "8-те ключови компетенции за учене през целия живот"**

**Партньор:** Асоциация "Мария Кюри", Пловдив, България

**Номер на модул:** 4

**Име на модула:** КОМПЮТЪРНИ УМЕНИЯ

**Брой дялове:** 14

**Автори:** Мария Горанова - ВЪЛКОВА

Делян МАРИНОВ

Андреан ЛАЗАРОВ

**Електронна поща за контакти:**

[andreas@marie-curie-bg.org](mailto:andreas@marie-curie-bg.org) ; [valkova@marie-curie-bg.org](mailto:valkova@marie-curie-bg.org)

**Времетраене на модула:** 16 академични часа

**Време за обучение:** 5 академични часа

**Време за упражнения:** 10 академични часа

**Време за подготовка за самотестване:** 1 академичен час

**Документ при успешно приключване:** СЕРТИФИКАТ

**Форма на модула:** Задължителен

**Кредит:** 1

**Предпоставки за участие:**

- Основни познания в областта ;
- Достъп до компютър;
- Достъп до интернет;

**Резюме на ключовите моменти описани в съдържанието:**

- Основни познания и разбиране как да се използва самостоятелно компютър;
- Основни познания как да използваме MS Word / MS Excel;
- Разбиране на Интернет и използване на браузър Internet Explorer;
- Разпечатване на документи и уеб страници;
- Кратки ходове с клавиатурата;
- Създаване и използване на потребителска електронна поща, използване на програмата MS Outlook;
- Четене и работа с PDF файлове;

### **Главни цели на модула:**

Главната цел на модула е да подобри употребата и използването на компютър и електронни продукти от възрастни с липса на основни познания и умения и в риск от социално изолация както следва: имигранти, жени без образование, възрастни над 55 години, бивши нарушители на реда, нискоквалифицирани работници, безработни, хора с начално образование и др. Заложените в обучителната програма модули могат да бъдат полезни и на други потребители в зависимост от техните индивидуални нужди.

***Обучителната програма е конструирана на база основни и реални умения необходими (изисквани) в реална работна среда.***

**Умения, които ще придобие обучаемия след успешното приключване на модула:**

След успешното приключване на **Модул "Компютърни умения"** обучаемия ще:

- Бъде повече мотивиран да използва компютър и интернет;
- Подобри своите умения и компетенции с цел дълготрайна заетост;
- Бъде компетентен в използването на основните компютърни приложения, които се използват ежедневно в реална работна среда;
- Получи основни умения за работа с компютър;
- Може независимо да използва основни функции на следните програми:
  - Windows 97-2003 – основни умения;
  - MS Word - текстообработка ;
  - MS Excel – таблична обработка;
  - Интернет Експлорър – версия 6.0;
  - E-mail / Outlook Express;
  - PDF документи чрез използването на програмата Adobe Acrobat.

**Методология за преподаване:**

- Интерактивно електронно дистанционно обучение;
- Наставляване лице в лице ;
- Полуавтономно наставничество с периодични срещи лице в лице

**Обучително самооценяване:**

- Онлайн въпросници;
- Онлайн тестове;

## Съдържание на модула:

Глава	Тема	Време
Глава 1	<b>ДА ЗАПОЧНЕМ РАБОТА С КОМПЮТЪР</b>	0,5ч.
	Първи стъпки	
	Кратко въведение в основните хардуерни компоненти – монитор, мишка и клавиатура	
	Описание на клавишите от клавиатурата	
	Принтер, тонколони, слушалки, скенер	
	Правилно изключване на компютъра	
	Стартиране на програми Четене на файл	
Глава 2	<b>КРАТКИ КОМАНДИ ОТ КЛАВИАТУРАТА</b>	0,5ч.
	Кратки команди от Windows	
	Клавиши за движение	
	Клавиши за селектиране	
	Клавиши за изтриване Кратки команди в менюта и диалози	
Глава 3	<b>MICROSOFT WORD – текстообработваща програма</b>	3,0ч.
	Стартиране на програмата	
	Менюта	
	Зона на документа	
	Въвеждане на текст	
	Форматиране и отпечатване Практически занимания - упражнения	
Глава 4	<b>MICROSOFT EXCEL – таблична обработваща програма</b>	3,0ч.
	Стартиране на програмата	
	Да разберем подредбата на менютата	
	Навигация	
	Приложения	
	Въвеждане на данни в таблица	
	Форматиране на данните	
	Селектиране на желана информация	
	Използване на формули и функции	
	Сортиране на вертикален лист с информация Запазване и отпечатване Практически занимания - упражнения	
Глава 5	<b>ДА ЗАПОЧНЕМ РАБОТА В ИНТЕРНЕТ</b>	1,5ч.
	Кратко въведение	
	Теория за произхода	
	Internet Explorer – основен браузър	
	Outlook Express – електронна поща Свързване към интернет	

	Възстановяване на връзка с интернет	
	Екран на Internet Explorer	
	Изглед на менюта	
	Затваряне на браузъра	
<b>Глава 6</b>	<b>НАВИГАЦИЯ В ИНТЕРНЕТ</b>	<b>0,5ч.</b>
	Използване на препратки (хиперлинкове)	
	Бутони	
	Използване и преглед на уеб адреси	
	Търсене в История	
	Сваляне и обновяване на информация	
<b>Глава 7</b>	<b>НАВИГАЦИЯ В УЕБ СТРАНИЦА</b>	<b>3,0ч.</b>
	Критерии за търсене	
	Посоки на търсене по тема	
	Търсачки	
	Търсене на текст	
	Практически занимания - упражнения www.keycompetenceskit.com	
<b>Глава 8</b>	<b>ЗАПАЗВАНЕ И ОТПЕЧАТВАНЕ</b>	<b>0,5ч.</b>
	Запазване на уеб страница	
	Обновяване	
	Отпечатване	
	Сваляне	
<b>Глава 9</b>	<b>СЪЗДАВАНЕ НА ЕЛЕКТРОНЕН ПОТРЕБИТЕЛСКИ АКАУНТ</b>	<b>0,5ч.</b>
<b>Глава 10</b>	<b>OUTLOOK EXPRESS – ЕЛЕКТРОННА ПОЩА</b>	<b>1,0ч.</b>
	Използване на електронна поща	
	Използване на Outlook Express	
	Помощ	
	Промяна в дисплея	
	Управление на съобщенията	
	Практически занимания - упражнения	
<b>Глава 11</b>	<b>СЪОБЩЕНИЯ</b>	<b>0,5ч.</b>
	Изрязване, копиране и поставяне на съобщения (Cut, Copy, Paste)	
	Функции на копиране и поставяне от MSWord	
	Проверка при спелуване	
	Въвеждане на автоматичен подпис	
<b>Глава 12</b>	<b>ИЗПРАЩАНЕ И ПОЛУЧАВАНЕ НА СЪОБЩЕНИЯ</b>	<b>0,5ч.</b>
	Отваряне и прочитане на съобщения	
	Прикачени файлове	
	Отваряне и записване на прикачения файл	
	Отговор и препращане	

	Указател с адреси	
	Добавяне на потребители в указателя	
	Лист от задачи	
<b>Глава 13</b>	<b>УПРАВЛЕНИЕ НА СЪОБЩЕНИЯТА</b>	<b>0,5ч.</b>
	Разпечатване на съобщение	
	Изтриване	
	Създаване на архивни папки	
	Организиране на кореспонденцията	
	Търсене на съобщение	
<b>Глава 14</b>	<b>ЧЕТЕНЕ И ИЗПОЛЗВАНЕ НА PDF ДОКУМЕНТИ</b>	<b>0,5ч.</b>
	Какво е PDF документ?	
	Какво Ви е нужно за да прочетете PDF документ?	
	Инсталиране на достъпна версия на Adobe Acrobat Reader	
	Достъп до PDF документи	
	Експортиране на PDF документи в текстов файл	
	Отпечатване	

**Речник:**

**Термин**

**Значение**

**Address Bar**

Показва адреса на текущата страница в браузъра и позволява въвеждането на нов адрес за посещение.

**ADN**

Advanced Digital Network, обикновено се отнася за наета линия със скорост 56 килобита в секунда

**ADSL**

Asymmetric Digital Subscriber Line, Асиметрична цифрова абонатна линия

**Applet**

Малка *Java* програма, която може да бъде внедрена в HTML страница.

**ASCII**

Стандартен американски код (American Standard Code) за обмен на информация.

**Attachment**

Файл, пренасян чрез e-mail.

**Bandwidth**

Колко информация можете да изпратите през дадена връзка.

**Baud**

Това е скоростта, която определя колко бита може да изпраща и получава един модем.

<b>BBS</b>	Bulletin Board System
<b>Browser</b>	Програма, която се използва за достъп до различни Интернет ресурси.
<b>Byte</b>	Серия битове, които образуват единица информация
<b>Certificate Authority</b>	Издател на <i>Сертификати за Сигурност</i> , използвани при <i>SSL</i> връзките.
<b>Cookie</b>	Най-разпространеното значение на "Cookie" в Интернет се отнася за известно количество информация, изпратено от Уеб Сървър към Уеб Браузър, което уеб браузърът се очаква да запамети и върне обратно към сървъра, всеки път когато браузърът извършва запитвания към сървъра.
<b>Cyberspace</b>	Термин, измислен от Уилям Гибсън в новелата му <i>Невромантик</i> . Понастоящем думата "киберпространство" се използва за описание на всички информационни ресурси, налични чрез компютърните мрежи.
<b>Dial-up</b>	Метод за връзка с Интернет, който изисква модем на <b>Connection</b> компютъра, който набира номера на определен сървър.
<b>Distribution List</b>	Групиране на няколко e-mail адреса, които могат да станат достъпни под едно име.
<b>DNS</b>	The Domain Name System е системата, която превежда имената на домейните в Интернет в IP цифри. "DNS Сървър" е сървър, който извършва този превод.
<b>Domain Name</b>	Уникалното име, което идентифицира даден Интернет сайт
<b>Download</b>	Трансфер на данни, "сваляне" (обикновено файл) от друг компютър на този, който използвате. Обратното на <i>upload</i> - <i>качване</i> .
<b>DSL</b>	Digitalis абонатна линия
<b>Email</b>	Електронна поща
<b>Extranet</b>	Екстранет, която е достъпна за компютри, които не са физически част от вътрешната частна мрежа на една компания, но която не е масово достъпна. Често, екстранет използва Виртуална Частна Мрежа - Virtual Private Network. ( <i>VPN</i> .)

<b>Favourites</b>	Списък избрани сайтове, които могат да бъдат посещавани с едно натискане на мишката.
<b>Fire Wall</b>	Комбинация от хардуер и софтуер, който разделя дадена мрежа на две или повече части с оглед на сигурността.
<b>Folder</b>	Начин за групиране на файлове (и други папки).
<b>Forward</b>	Изпращане на копие от e-mail, което сте получили на друг адрес.
<b>Frames</b>	Отделни части от една уеб страница, които действат като индивидуални страници.
<b>FTP</b>	Протокол за трансфер на файлове (File Transfer Protocol)
<b>GIF</b>	Формат за изображения
<b>Gigabyte</b>	1024 мегабайта
<b>History</b>	Списък с посетени уеб страници.
<b>hit</b>	Единично запитване от уеб браузър за единичен обект от уеб страница.
<b>Home Page</b>	Уеб страницата, която браузърът ви е настроен да зарежда при стартиране. По-разпространеното значение се отнася за главната уеб страница на даден бизнес, организация или човек.
<b>HTML</b>	Езикът, който се използва за създаване на хипертекстови документи за Глобалната мрежа.
<b>HTTP</b>	Протокол за Трансфер на Хипертекст (HyperText Transfer Protocol)
<b>Hyperlink</b>	Част от страница, върху която може да се щракне с цел преминаване към друга страница.
<b>Hypertext</b>	Всеки текст, който съдържа връзки към други документи – думи или фрази в документа, които могат да бъдат избрани от читателя и които активират и показват друг документ.
<b>Inbox</b>	Папката, в която се съхранява входящата поща.
<b>Intranet</b>	Частна мрежа на дадена организация или компания и използва същия софтуер, който се използва в масовия Интернет, но само за вътрешни цели на компанията. Сравнете с екстранет.



<b>IP Number</b>	Номер на Интернет протокол (Internet Protocol Number)
<b>ISDN</b>	Цифрова мрежа за интегрирани услуги (Integrated Services Digital Network)
<b>ISP</b>	Доставчик на Интернет услуги (Internet Service Provider)
<b>JavaScript</b>	JavaScript е език за програмиране, който се използва предимно за уеб страници, обикновено за добавяне на характеристики, които правят страницата по-интерактивна.
<b>JPEG</b>	JPEG е най-известен като формат за изображения.
<b>Kilobyte</b>	1024 байта.
<b>LAN</b>	Локална мрежа (Local Area Network)
<b>Leased Line</b>	Отнася се за линия, телефонна или оптичен кабел, която е наета за пълни 24 часа, 7 дни в седмицата.
<b>Link</b>	Абревиатура за Хипервръзка ( <b>Hyperlink</b> ).
<b>Linux</b>	Широко използвана операционна система с отворен код, подобна на Юникс (Unix)
<b>Login</b>	Потребителското име, което се използва за достъп до компютърна система.
<b>Mail Rules</b>	Програмируеми правила относно поведението на входящата поща в зависимост от определени условия.
<b>Mailing List</b>	Система, която позволява на хората да изпращат електронна поща на множество адреси.
<b>Megabyte</b>	1024 килобита.
<b>Modem</b>	Устройство, което свързва даден компютър с телефонна линия.
<b>Multimedia</b>	Приложение или функция, която включва много елементи като текст, звук и видео.
<b>Navigation</b>	Придвижване между уеб сайтове или страници на един уеб сайт.
<b>Netiquette</b>	Етикетът в Интернет.
<b>Network</b>	Всеки път, когато свързвате два или повече компютъра, така че да споделят ресурси, имате компютърна мрежа.

<b>Newsgroup</b>	Наименование за Интернет дискуссионни групи.
<b>Offline</b>	Без текуща връзка с Интернет.
<b>Online</b>	Текуща връзка с Интернет.
<b>Outbox</b>	Папката, в която се съхранява изходящата поща преди да бъде изпратена.
<b>Page Range</b>	Определени страници, които да бъдат отпечатани, когато се разпечатва голяма уеб страница.
<b>Password</b>	Код за достъп до затворена система.
<b>PDF</b>	Файлов формат за отпечатване и разглеждане на документи с цялото им форматиране (шрифтове, изображения, оформление и т.н.)
<b>Plug-in</b>	Обикновено малък софтуер, който добавя характеристики към по-обемен софтуер.
<b>PPP</b>	Протокол Точка до Точка (Point to Point Protocol)
<b>Preview Pane</b>	Зона от екрана на <b>Inbox</b> , в която може да се види съдържанието на съобщенията без да бъдат отваряни.
<b>Protocol</b>	В Интернет "протокол" обикновено се отнася за серия правила, които определят специфичен формат за комуникация между системи.
<b>Recycle Bin</b>	Зона за временно съхранение на изтрити файлове преди окончателното им изтриване.
<b>Refresh</b>	Показва повторно най-актуалната версия на текущата страница.
<b>Router</b>	Компютър за специални цели (или софтуерен пакет), който управлява връзката между две или повече мрежи.
<b>SDSL</b>	Симетрична Цифрова Абонатна Линия (Symmetric Digital Subscriber Line), вид <i>DSL</i> , при която скоростта на сваляне и качване на данни е една и съща.
<b>Search Engine</b>	Обикновено уеб базирана система за търсене на информация в Мрежата.
<b>Sent Items</b>	Папката, в която се съхраняват копия на изпратените съобщения.

<b>Server</b>	Компютър или софтуерен пакет, който предоставя специфичен тип услуга на софтуер-клиент, който е активен на други компютри.
<b>SMTP</b>	Протокол за трансфер на обикновена поща (Simple Mail Transfer Protocol).
<b>Spam</b>	Некоректен опит за използване на мейлинг-списъка или друга мрежова система за комуникация като средство за разпространение.
<b>Spyware</b>	Малко неясен термин, който се отнася за софтуер, тайно инсталиран на нечий компютър, за да следи какво се извършва на компютъра без знанието на потребителя.
<b>Subfolder</b>	Папка, която се съдържа в друга папка.
<b>TCP/IP</b>	Протокол за Контрол на Предаването на данни - Интернет Протокол (Transmission Control Protocol/Internet Protocol).
<b>Trojan Horse</b>	Компютърна програма, която е скрита в друга програма или само изглежда като програма, с оглед да примами потенциалните потребители да я стартират.
<b>Unix</b>	Компютърна операционна система
<b>Upload</b>	Трансфер на данни (обикновено файл) от компютъра, който използвате на друг. Обратното на сваляне <i>download</i> .
<b>URL</b>	Еднороден Ресурсен Локатор (Uniform Resource Locator)
<b>Virus</b>	Компютърен код за програмиране, който се копира без човешка намеса. Някои вируси правят и нещо повече освен да се копират, те показват съобщения, инсталират друг софтуер или файлове, изтриват софтуер или файлове и т.н.
<b>VPN</b>	Виртуална Частна Мрежа (Virtual Private Network)
<b>WAN</b>	Широка локална мрежа (Wide Area Network)
<b>Web</b>	Глобалната мрежа (World Wide Web)
<b>Web page</b>	Документ, създаден за разглеждане в уеб браузър, обикновено написан на <i>HTML</i> . Един уеб сайт се състои от една или повече уеб страници.

<b>Website</b>	Съвкупността от уеб страници и друга информация (като изображения, звук, видео-файлове и т.н.), които са достъпни чрез това, което за потребителите изглежда като една уеб страница.
<b>Worm</b>	Червеят (worm) е вирус, който не заразява други програми. Той се копира и заразява други компютри (обикновено използвайки мрежовите връзки), но не се прикачва към допълнителни програми.
<b>WWW</b>	Глобалната мрежа (World Wide Web)

#### Партньори по проекта:



#### Асоцииран партньор:



#### Координатор на проекта:

