辽社指[2021]25号

**关于通过辽宁终身学习网开展“智慧助老”**

**课程资源推介学习有关事宜的通知**

各社区教育指导中心、各老年大学、各社区学院：

为积极应对辽宁人口老龄化形势，提升老年人运用智能技术能力，为老年人生活提供便利，根据国务院办公厅《关于切实解决老年人运用智能技术困难实施方案的通知》（国办发〔2020〕45号）和全国老龄办《关于开展“智慧助老”行动的通知》（全国老龄办发〔2020〕3号）等文件精神，落实《教育部办公厅关于广泛开展老年人运用智能技术教育培训的通知》（教职成厅函〔2021〕15号）的有关要求，辽宁省社区教育指导中心遴选、共建、共享了一批解决老年人运用智能技术困难的课程，通过辽宁终身学习网向老年人推介，现就有关事项通知如下：

一、工作目标

充分依托辽宁终身学习网，积极拓展老年教育社会功能，助力老年人更新观念，提升老年人运用智能技术能力，帮助老年人更好地适应并融入信息社会，为老年人跨越“数字鸿沟”提供教育支持服务，不断增强老年人的获得感、幸福感和安全感。

二、工作安排

1.“智慧助老”专题相关课程推介学习将基于辽宁终身学习网及“辽宁学习网”公众号开展。

2.本次推介的典型课程资源分为五大类，共150个课程视频（详细课程资源目录见附件），其中包括遵循贴近生活、图文并茂、简单易学等原则，体现适老化和场景化的服务老年人运用智能技术的课程视频资源，如“老年人学平板电脑”、“老年人学手机APP”等视频课程。

三、工作要求

1.请各单位要通过多种方式积极宣传，引导和组织本地区老年人积极参与“智慧助老”优质课程的学习。

2.各单位可以紧扣“智慧助老”主题，紧紧围绕老年人出行、就医、消费、文娱等高频事项和服务场景，积极推荐本地区相关优秀案例、项目和课程。

本次工作的开展旨在服务全民终身学习，解决老年人运用智能技术的困难，并能起到引领示范作用，助力老年人享受智慧生活。

联系人：王天舒 张洪雨

工作邮箱：[lnzsxxw0152@126.com](mailto:lnzsxxw0152@126.com)

联系电话：024-86110152

附件：“智慧助老”课程资源目录

辽宁省社区教育指导中心 2021年11月1日

抄报：辽宁省教育厅、国家开放大学

辽宁省社区教育指导中心办公室 2021年11月11日印发

附件：

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **辽宁省社区教育指导中心“智慧助老”课程资源目录** | | |
| **序号** | **课程名称** | **资源名称** |
| 1 | 信息技术常识 | 发手机照片会暴露隐私 只需一招就能彻底防范 |
| 2 | 信息技术常识 | 手机卡遭遇二次放号怎么办？ |
| 3 | 信息技术常识 | iPhone能用iPad充电器充电吗？ |
| 4 | 信息技术常识 | 手机拍摄技巧 |
| 5 | 信息技术常识 | 手机真的需要每天都关机吗？ |
| 6 | 信息技术常识 | 银行卡真的不能跟手机放在一起吗 |
| 7 | 信息技术常识 | 你的手机为什么耗电特别快？原因在这 |
| 8 | 信息技术常识 | 陌生美女加微信？是桃花运还是桃花劫？——防诈骗 |
| 9 | 信息技术常识 | 路由器一直开着真的好吗？ |
| 10 | 信息技术常识 | 揭秘！高价回收旧手机背后的真相 |
| 11 | 信息技术常识 | 网上国网APP下载与注册登录 |
| 12 | 信息技术常识 | 中老年大讲堂—如何下载手机APP |
| 13 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 1.如何开机与关机 |
| 14 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 2.如何给三星平板充电 |
| 15 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 3.如何调整音量大小 |
| 16 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 4.如何锁住屏幕 |
| 17 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 5.如何解决重力感应问题 |
| 18 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 6.如何回到主屏幕 |
| 19 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 7.如何用三星触控笔书写汉字 |
| 20 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 8.如何在三星平板中用拼音输入汉字 |
| 21 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 9.如何在三星平板中输入英文 |
| 22 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 10.如何在三星平板中输入数字 |
| 23 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 11.如何在三星平板中复制 修改 删除文字和数字 |
| 24 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 12.如何在三星平板中连接无线网络 |
| 25 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 13.如何在三星平板中下载软件 |
| 26 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 14.如何用三星平板看电视剧 |
| 27 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 15.如何用三星平板听喜欢的音乐 |
| 28 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 16.如何用三星平板拍照 |
| 29 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 17.如何在三星平板中查看照片 |
| 30 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 18.如何用三星平板摄像 |
| 31 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 19.如何用三星平板查找去目的地的最佳路线 |
| 32 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 20.如何用三星平板看新闻 |
| 33 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 21.如何在三星平板中搜索信息资讯 |
| 34 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 22.如何登陆qq并添加好友 |
| 35 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 23.如何用qq聊天 |
| 36 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 24.如何添加微信好友 |
| 37 | 老年人学平板电脑  （安卓） | 25.如何用微信聊天 |
| 38 | 互联网应用——从学会到用好 | 1.初识浏览器 |
| 39 | 互联网应用——从学会到用好 | 2.收藏目的地 |
| 40 | 互联网应用——从学会到用好 | 3.用好搜索利器 |
| 41 | 互联网应用——从学会到用好 | 4.把信息带回家 |
| 42 | 互联网应用——从学会到用好 | 5.人气博客一游 |
| 43 | 互联网应用——从学会到用好 | 6.网游初探 |
| 44 | 互联网应用——从学会到用好 | 7.注册为QQ用户 |
| 45 | 互联网应用——从学会到用好 | 8.和好友聊天 |
| 46 | 互联网应用——从学会到用好 | 9.用邮件联系朋友 |
| 47 | 互联网应用——从学会到用好 | 10.用微博联系世界 |
| 48 | 互联网应用——从学会到用好 | 11.组织小组会话 |
| 49 | 互联网应用——从学会到用好 | 12.加入一个QQ群 |
| 50 | 互联网应用——从学会到用好 | 13.增加微博收听对象 |
| 51 | 互联网应用——从学会到用好 | 14.网上付账单 |
| 52 | 互联网应用——从学会到用好 | 15.网上订餐 |
| 53 | 互联网应用——从学会到用好 | 16.网上挂号预约 |
| 54 | 互联网应用——从学会到用好 | 17.网上购物 |
| 55 | 互联网应用——从学会到用好 | 18.查询付费通卡购卡信息 |
| 56 | 互联网应用——从学会到用好 | 19.查询付费通卡内信息 |
| 57 | 互联网应用——从学会到用好 | 20.在淘宝网淘宝 |
| 58 | 互联网应用——从学会到用好 | 21.充值到支付宝账户 |
| 59 | 老年人学手机APP（一） | 1.如何预订酒店 |
| 60 | 老年人学手机APP（一） | 2.预约旅游 |
| 61 | 老年人学手机APP（一） | 3.使用QQ账号登录微信 |
| 62 | 老年人学手机APP（一） | 4.注册微信账号 |
| 63 | 老年人学手机APP（一） | 5.设置微信头像 |
| 64 | 老年人学手机APP（一） | 6.微信退出登录 |
| 65 | 老年人学手机APP（一） | 7.重新登录微信 |
| 66 | 老年人学手机APP（一） | 8.微信接受新朋友 |
| 67 | 老年人学手机APP（一） | 9.微信主动加好友 |
| 68 | 老年人学手机APP（一） | 10.创建微信群 |
| 69 | 老年人学手机APP（一） | 11.与微信好友聊天 |
| 70 | 老年人学手机APP（一） | 12.微信文字聊天 |
| 71 | 老年人学手机APP（一） | 13.微信发送图片 |
| 72 | 老年人学手机APP（一） | 14.微信发小视频 |
| 73 | 老年人学手机APP（一） | 15.微信语音聊天 |
| 74 | 老年人学手机APP（一） | 16.微信视频聊天 |
| 75 | 老年人学手机APP（一） | 17.微信添加相册封面 |
| 76 | 老年人学手机APP（一） | 18.浏览微信朋友圈 |
| 77 | 老年人学手机APP（一） | 19.微信收藏信息 |
| 78 | 老年人学手机APP（一） | 20.微信保存图片 |
| 79 | 老年人学手机APP（一） | 21.微信朋友圈发布图文消息 |
| 80 | 老年人学手机APP（一） | 22.微信分享到朋友圈 |
| 81 | 老年人学手机APP（一） | 23.微信分享给朋友 |
| 82 | 老年人学手机APP（一） | 24.手机收听电台 |
| 83 | 老年人学手机APP（一） | 25.手机收听网络电台（优听） |
| 84 | 老年人学手机APP（一） | 26.“懒人听书”的内容和分类 |
| 85 | 老年人学手机APP（一） | 27.找书听书 |
| 86 | 老年人学手机APP（一） | 28.手机记录锻炼身体历程 |
| 87 | 老年人学手机APP（一） | 29.如何使用微医 |
| 88 | 老年人学手机APP（一） | 30.使用微医挂号 |
| 89 | 老年人学手机APP（一） | 31.用微医为家人挂号 |
| 90 | 老年人学手机APP（一） | 32.清理手机垃圾 |
| 91 | 老年人学手机APP（一） | 33.手机加速与流量监控 |
| 92 | 老年人学手机APP（一） | 34.手机骚扰拦截与安全防护 |
| 93 | 老年人学手机APP（一） | 35.手机软件更新管理 |
| 94 | 老年人学手机APP（一） | 36.查询手机天气 |
| 95 | 老年人学手机APP（一） | 37.查看实景天气 |
| 96 | 老年人学手机APP（一） | 38.定位自己所在位置 |
| 97 | 老年人学手机APP（一） | 39.如何看懂手机地图 |
| 98 | 老年人学手机APP（一） | 40.在地图中查找具体位置 |
| 99 | 老年人学手机APP（一） | 41.通过地图查找公共交通路线 |
| 100 | 老年人学手机APP（一） | 42.在地图中添加常用地址 |
| 101 | 老年人学手机APP（二） | 1.查商品价格 |
| 102 | 老年人学手机APP（二） | 2.快递查询 |
| 103 | 老年人学手机APP（二） | 3.超市促销 |
| 104 | 老年人学手机APP（二） | 4.开始设置 |
| 105 | 老年人学手机APP（二） | 5.美食团购信息筛选 |
| 106 | 老年人学手机APP（二） | 6.团一个 |
| 107 | 老年人学手机APP（二） | 7.查看、设置“我的” |
| 108 | 老年人学手机APP（二） | 8.注册并安装 |
| 109 | 老年人学手机APP（二） | 9.使用“支付宝钱包”付款 |
| 110 | 老年人学手机APP（二） | 10.注册付费通会员 |
| 111 | 老年人学手机APP（二） | 11.支付账单 |
| 112 | 老年人学手机APP（二） | 12.通过分享链接添加关注 |
| 113 | 老年人学手机APP（二） | 13.通过扫描二维码添加关注 |
| 114 | 老年人学手机APP（二） | 14.通过查找添加公众号关注 |
| 115 | 老年人学手机APP（二） | 15.浏览订阅号信息 |
| 116 | 老年人学手机APP（二） | 16.浏览服务号信息 |
| 117 | 老年人学手机APP（二） | 17.从通讯录中取消关注 |
| 118 | 老年人学手机APP（二） | 18.从公众号窗口中取消关注 |
| 119 | 老年人学手机APP（二） | 19.取消服务号关注 |
| 120 | 老年人学手机APP（二） | 20.英文单词翻译 |
| 121 | 老年人学手机APP（二） | 21.英文翻译中文 |
| 122 | 老年人学手机APP（二） | 22.中文翻译英文 |
| 123 | 老年人学手机APP（二） | 23.一个关键字搜索 |
| 124 | 老年人学手机APP（二） | 24.多个关键字搜索 |
| 125 | 老年人学手机APP（二） | 25.相机 |
| 126 | 老年人学手机APP（二） | 26.美图秀秀 |
| 127 | 老年人学手机APP（二） | 27.格瓦拉@电影 |
| 128 | 老年人学手机APP（二） | 28.格瓦拉＠演出 |
| 129 | 老年人学手机APP（二） | 29.查找附近的餐馆 |
| 130 | 老年人学手机APP（二） | 30.查找餐馆 |
| 131 | 老年人学手机APP（二） | 31.餐馆订座 |
| 132 | 老年人学手机APP（二） | 32.添加邮箱账号 |
| 133 | 老年人学手机APP（二） | 33.阅读邮件 |
| 134 | 老年人学手机APP（二） | 34.发送邮件 |
| 135 | 老年人学手机APP（二） | 35.设置新邮件提醒 |
| 136 | 老年人学手机APP（二） | 36.密码保护 |
| 137 | 老年人学手机APP（二） | 37.浏览文件 |
| 138 | 老年人学手机APP（二） | 38.新建 编辑文件 |
| 139 | 老年人学手机APP（二） | 39.注册百度账号 |
| 140 | 老年人学手机APP（二） | 40.浏览百度云中的文件 |
| 141 | 老年人学手机APP（二） | 41.上传文件 |
| 142 | 老年人学手机APP（二） | 42.下载文件 |
| 143 | 老年人学手机APP（二） | 43.开启手机备份功能 |
| 144 | 老年人学手机APP（二） | 44.开启密码锁功能 |
| 145 | 老年人学手机APP（二） | 45.单词查询 |
| 146 | 老年人学手机APP（二） | 46.语句翻译 |
| 147 | 老年人学手机APP（二） | 47.预约旅游 |
| 148 | 数字技术应用与老年健康 | 12.1学会使用健康码（上） |
| 149 | 数字技术应用与老年健康 | 12.2学会使用健康码（下） |
| 150 | 数字技术应用与老年健康 | 12.3远离谣言和诈骗 |