



این سند سرفصل برنامه Equal skills را شرح می دهد. این برنامه درس از طریق نتایج آموزش ، دانش و مهارتی که داوطلب برای برنامه Equal skills باید کسب کند ، را توضیح می دهد. برنامه درسی همچنین مبنایی برای کتاب کار Equal skills می باشد.

اهداف برنامه

در برنامه Equal skills داوطلب باید دانش اولیه استفاده از کامپیوتر را نشان داده و مهارت های لازم برای انجام امور ابتدایی و روزمره را کسب کرده باشد.
داوطلب باید بتواند :

- انواع کلمپیوتر و نیز اجزای اصلی آنها را تشخیص دهد . همچنین باید بتواند وارد کامپیوتر شده و کاربرد اصلی ماوس و صفحه کلید را بشناسد.
- از آیکون های متداول desktop و نوار وظایف استفاده کند و بتواند کامپیوتر را خاموش کند
- اجزای اصلی پنجره را تشخیص داده و با پنجره ها کار کند و انواع ابزارهای ذخیره سازی و برنامه های کاربردی را بشناسد.
- یک سند ایجاد، قالب بندی، ذخیره و چاپ کند.
- فایل ها و پوشه ها را بشناسد و انواع متداول فایل را تشخیص دهد.
- اینترنت و تار جهان گستر را بشناسد و اهمیت ارزیابی اطلاعات در تار جهان را بداند.
- از مرورگر وب و موتور جستجو استفاده کند و بتواند فرم های تحت وب را تکمیل و ارسال نماید و مفهوم جامعه مجازی آنلاین را بداند
- ساختار آدرس ایمیل را بداند و توانایی ایجاد ، ارسال و دریافت ایمیل و تشخیص خطرات امنیتی را داشته باشد.



EqualSkills

موضوع فعالیت	مرجع	گروه
لیستی از انواع کامپیوترها تهیه کرده و آن ها را با هم مقایسه کنید : کامپیوتر شخصی، لپ تاپ، all in one، دستگاه پخش موسیقی، تلفن هوشمند، تبلت.	۱ - ۱	۱ - مفاهیم کامپیوتر
اجزای مختلف کامپیوتر مانند (واحد سیستم، مانیتور، ماوس، صفحه کلید) را بشناسید و تشخیص دهید..	۱ - ۲	
کامپیوتر را روشن کنید و با استفاده از نام کاربری و رمز عبور به صورت امن وارد شوید.	۱ - ۳	
عملکردهای ماوس را بشناسید : انتخاب آیتم ها، جابجا کردن آیتم ها، صدور فرمان برای کامپیوتر	۱ - ۴	
نحوه استفاده از ماوس را بدانید : کلیک، دوبار کلیک، جابجا کردن از طریق کلیک و کشیدن (click & drag)	۱ - ۵	
مفهوم شکل های مختلف نشانگر ماوس را بدانید : کلیک برای وارد کردن متن (ا چشمک زن) ، اشاره کردن، مشغول بودن کامپیوتر، وجود لینک	۱ - ۶	
از تکنیک کلیک و کشیدن (click & drag) برای جابجا کردن آیتم های انتخاب شده در صفحه استفاده کنید.	۱ - ۷	
بدانید که صفحه کلید یکی از شیوه های وارد کردن داده و یکی از روش های فرمان دادن به کامپیوتر است.	۱ - ۸	
کلیدهای صفحه کلید را بشناسید و از آنها استفاده کنید: حروف و اعداد، Enter، کلید حذف و backspace، کلید shift، کلید فاصله (spacebar) ، caps lock ، delete.	۱ - ۹	
مفهوم desktop کامپیوتر را بدانید.	۲ - ۱	۲ - desktop
مفهوم آیکن را بشناسید. کاربرد برخی آیکن های متداول desktop را بدانید و تشخیص دهید مانند : my documents، my computer، my networks، my	۲ - ۲	



EqualSkills

.web browser ,deleted items		
مفهوم نوار وظیفه و برخی از ویژگی‌های آن را بشناسید: دکمه شروع (start)،تنظیم ساعت، توانایی حرکت بین پنجره‌های باز ، نشانه‌گر زبان	۲-۳	
آیکن‌های متداول را انتخاب و فعال کنید.	۲-۴	
کامپیوتر را به روش صحیح خاموش کنید.	۲-۵	
اجزای پنجره را تشخیص دهید مانند: نوار عنوان، نوار پیمایش، علامت‌های نوار پیمایش، نوار وضعیت، نوار منو، نوار ribbon، نوار ابزار	۳-۱	۳ - پنجره ها ۴ - ایجاد سند
پنجره را بزرگ کنید، کوچک کنید، اندازه آن را تغییر دهید، جابجا کنید، ببندید.	۳-۲	
در یک پنجره به سمت بالا یا پایین حرکت کنید	۳-۳	
بین پنجره‌های باز حرکت کنید.	۳-۴	
انواع اصلی ابزارهای ذخیره سازی را بشناسید مانند : دیسک سخت داخلی، درایو فلش USB	۳-۵	
عملکرد انواع مختلف برنامه ها مانند واژه پرداز، صفحه‌گسترده، پایگاه داده و ارائه مطالب را بشناسید.	۳-۶	
برنامه واژه‌پرداز را باز کنید.	۴-۱	
قالب‌بندی متن را تغییر دهید: انواع فونت، اندازه فونت	۴-۲	
قالب‌بندی برای متن اعمال کنید : bold ، <i>italic</i> ، underline	۴-۳	
متن را در یک سند کپی، cut و جابجا کنید.	۴-۴	
با استفاده از یک پرینتر نصب شده و با گزینه های خروجی مانند چاپ تمام سند، چاپ صفحات خاص و تعداد نسخه‌ها، سندی را چاپ کنید.	۴-۵	
سند را ذخیره کرده و نام‌گذاری کنید.	۴-۶	



EqualSkills

مفهوم فایل و پوشه را بدانید.	۵-۱	۵ - کار با فایل‌ها
بدانید که معمولا فایل‌ها، برنامه‌ها در کجا ذخیره می‌شوند.	۵-۲	
انواع متداول فایل و آیکن های مربوط به آن ها را بشناسید : .mp3 ,.jpg ,.mdb ,.xls ,.doc.	۵-۳	
روی فایل‌ها، پوشه‌ها دو بار کلیک کنید تا باز شوند.	۵-۴	
فایل را ببندید.	۵-۵	
این موضوع را بدانید که اینترنت شبکه ای و فیزیکی از شبکه‌هاست و برای پشتیبانی از خدماتی مانند جهان گستر (WWW) و ایمیل مورد استفاده قرار می‌گیرد.	۶-۱	۶ - اینترنت
مفهوم تار جهان گستر (WWW) را بدانید.	۶-۲	
انواع منابع موجود در تار جهان گستر (WWW) را بشناسید.	۶-۳	
اهمیت ارزیابی اطلاعات در تار جهان گستر (WWW) را بدانید.	۶-۴	
این موضوع را بدانید که ارائه دهنده سرویس اینترنت (ISP) دسترسی به اینترنت را امکان پذیر می‌کند.	۶-۵	
مفهوم مرورگر وب را بدانید	۷-۱	۷ - جستجوی وب
این نکته را بدانید که صفحه پیش فرض یک مرورگر وب صفحه خانگی / شروع (Home / Start page) نامیده می‌شود.	۷-۲	
مفهوم hyperlink و URL را بدانید.	۷-۳	
مفهوم favorites/bookmarks را بشناسید.	۷-۴	
مفهوم سابقه جستجو را بدانید.	۷-۵	
به یک URL بروید.	۷-۶	
با استفاده از نام کاربری و رمز عبور به یک وب سایت وارد شوید.	۷-۷	



EqualSkills

یک hyperlink یا لینک تصویری را فعال کنید.	۷-۸
در یک وب سایت پیمایش کنید : به عقب رفتن، جلو رفتن، رفتن به صفحه خانگی	۷-۹
یک صفحه وب را پرینت بگیرید.	۷-۱۰
یک فرم تحت وب را تکمیل و ارسال کنید.	۷-۱۱
مفهوم موتور جستجو را بشناسید.	۷-۱۲
با استفاده از کلید واژه‌ها اطلاعاتی را جستجو کنید.	۷-۱۳
یک فایل را از یک صفحه وب دانلود کنید.	۷-۱۴
مفهوم یک انجمن (مجازی) آنلاین را بدانید. نمونه‌های آن را تشخیص دهید مانند وب سایت شبکه های اجتماعی، فروم‌های اینترنتی، اتاق های گفتگو، بازی های کامپیوتری آنلاین، وبلاگ‌ها	۷-۱۵
مفهوم اصطلاح phishing را بدانید.	۷-۱۶
بدانید که ایمیل یک سرویس پیام دیجیتال است که از طریق اینترنت ارسال می شود.	۸-۱
تفاوت حساب های مختلف ایمیل را بدانید : حساب های ارائه دهندگان سرویس اینترنت، ایمیل تحت وب (webmail)	۸-۲
مفهوم ساختار و ترکیب یک آدرس ایمیل را بدانید.	۸-۳
فایل ضمیمه را بشناسید و اطلاعات مربوط به اندازه (حجم) آن را بدانید.	۸-۴
مفهوم ویروس را بشناسید.	۸-۵
خطرات امنیتی مربوط به باز کردن ضمیمه های خاص ایمیل را بشناسید.	۸-۶
از احتمال دریافت ایمیل های شیادانه و ناخواسته آگاه باشید.	۸-۷

۸ - ایمیل



EqualSkills

مفهوم دفترچه آدرس (address book) را بدانید.	۸-۸
مفهوم پوشه ایمیل‌های ورودی (inbox) را بدانید و یک ایمیل را باز کنید.	۸-۹
پوشه ایمیل‌های ارسالی را بشناسید.	۸-۱۰
یک پیام جدید ایجاد کنید.	۸-۱۱
در فیلد To یک آدرس ایمیل وارد نمایید.	۸-۱۲
در فیلد موضوع (subject) یک عنوان برای ایمیل وارد کنید.	۸-۱۳
یک پیام ارسال کنید.	۸-۱۴
از قابلیت پاسخ به ایمیل (Reply) استفاده کنید.	۸-۱۵
یک پیام را forward کنید.	۸-۱۶