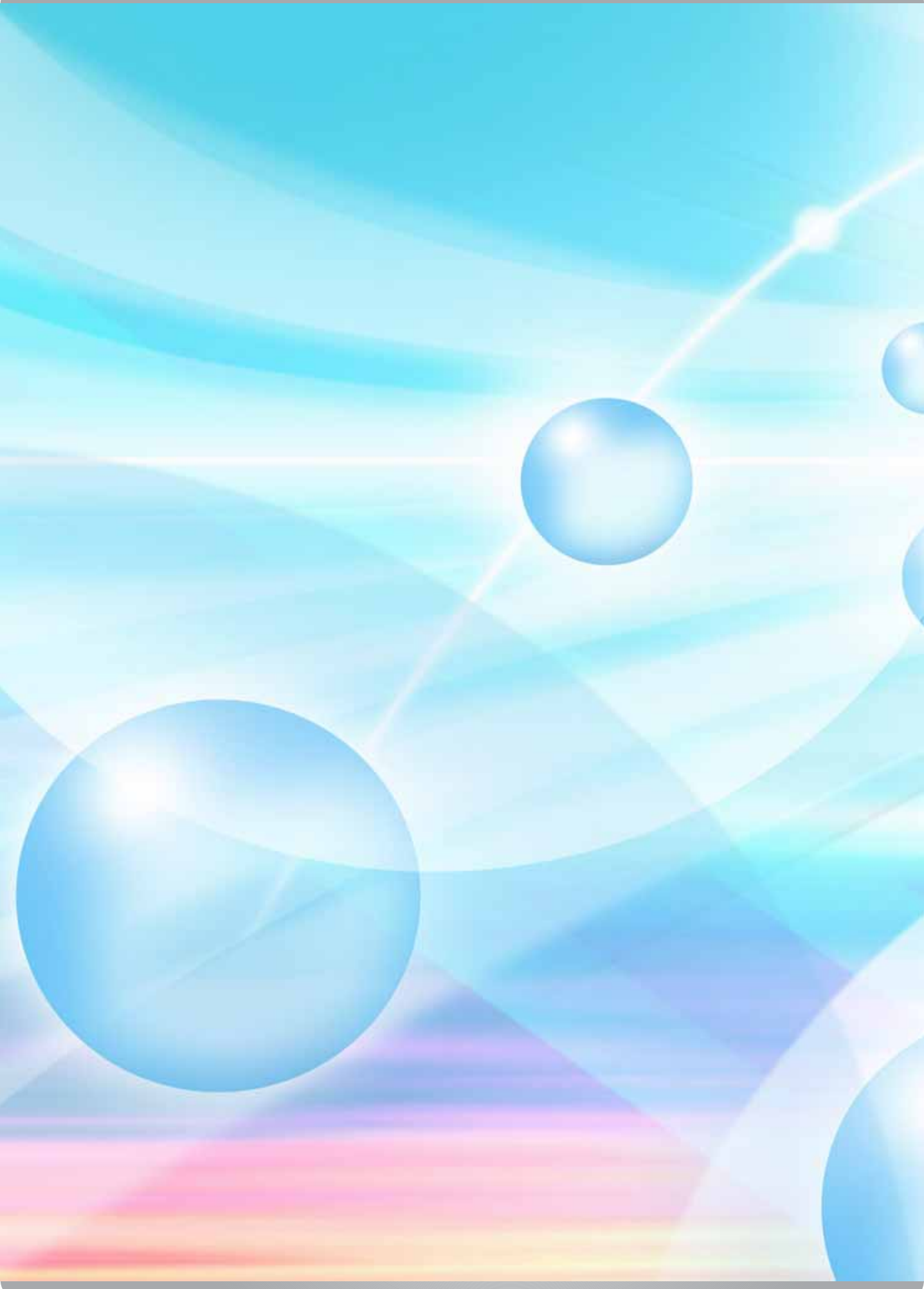


ชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

เรื่อง **การใช้อินเทอร์เน็ตเบื้องต้น**
สำหรับผู้สูงอายุ

สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย
สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงศึกษาธิการ



คำนำ

ในสภาพสังคมปัจจุบันและแนวโน้มอนาคต พบว่า ประชากรของโลกและประเทศไทย กลุ่มผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มสูงขึ้น ดังจะเห็นได้ในกรณีของประเทศไทย เมื่อปี พ.ศ.2533 มีประชากรผู้สูงอายุ จำนวน 4 ล้านคน (ร้อยละ 7.2 ของประชากรทั้งประเทศ) ปี พ.ศ.2548 มีประชากรผู้สูงอายุ จำนวน 6 ล้านคน (ร้อยละ 10.2 ของประชากรทั้งประเทศ) ปี พ.ศ.2558 และ พ.ศ.2563 คาดว่าจะมีประชากรผู้สูงอายุ ประมาณ 9 ล้านคน และ 11 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 13.2 และร้อยละ 15.3 ของประชากรทั้งประเทศตามลำดับ

กลุ่มแผนงานในฐานะหน่วยงานวางแผนสำหรับการจัดการศึกษาให้กลุ่มเป้าหมายต่างๆ จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องหาวิธีการให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสได้รับการศึกษาหรือการเรียนรู้ที่เหมาะสม เพื่อเสริมสร้างศักยภาพให้ผู้สูงอายุมีความพร้อมที่จะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมแห่งการเรียนรู้ท่ามกลางกระแสการพัฒนาด้านเทคโนโลยีสารสนเทศที่เป็นไปอย่างรวดเร็วได้อย่างมีคุณภาพและประสิทธิภาพ สามารถพึ่งตนเองและช่วยเหลือครอบครัวได้ หรืออย่างน้อยที่สุดคือ ลดภาระการดูแลเลี้ยงดูของครอบครัวได้มากที่สุด ตามศักยภาพที่ควรจะเป็น ในการนี้ ผู้วิจัยซึ่งมีความสนใจเป็นพิเศษเกี่ยวกับการสร้างโอกาสการเรียนรู้ในกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุ จึงดำเนินการวิจัยเรื่อง “ความต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนเมืองในสังคมยุคแห่งการเรียนรู้” เพื่อนำผลจากการวิจัยดังกล่าวมาใช้เป็นสารสนเทศในการกำหนดแนวทางการพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้หรือนวัตกรรมในการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในฐานะปัจเจกบุคคลและสมาชิกที่มีคุณค่าของครอบครัวและสังคมไทยต่อไป

ผลจากการวิจัยดังกล่าว พบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนเมืองมีความต้องการได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิตหลากหลายประเด็น ความต้องการประการหนึ่งซึ่งสอดคล้องกับบริบทของสังคมเมือง คือ การเรียนรู้จากสื่ออินเทอร์เน็ตหรือสื่อคอมพิวเตอร์ที่ผลิตขึ้น ดังนั้น ผู้วิจัยจึงจัดทำชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เรื่อง “การใช้อินเทอร์เน็ตเบื้องต้นสำหรับผู้สูงอายุ” ขึ้น ประกอบด้วยเนื้อหาสำคัญคือ

เรื่องที่ 1 องค์ประกอบพื้นฐานของเครื่องคอมพิวเตอร์

เรื่องที่ 2 การเตรียมตัวใช้อินเทอร์เน็ต

เรื่องที่ 3 การใช้งานอินเทอร์เน็ต

เรื่องที่ 4 การใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อความบันเทิง

เรื่องที่ 5 การทำงานของอีเมล

ผู้วิจัย ขอขอบพระคุณศูนย์ การศึกษานอกโรงเรียนจังหวัดลำปาง เพชรบูรณ์ นครราชสีมา ขอนแก่น กรุงเทพมหานคร 1 กรุงเทพมหานคร 3 พระนครศรีอยุธยา และยะลา (ปัจจุบันคือ สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย จังหวัด) ที่กรุณาจัดกลุ่มการเรียนรู้ เพื่อสนับสนุนให้ผู้สูงอายุศึกษาชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ในการวิจัยครั้งนี้ และช่วยให้การจัดทำชุดการเรียนรู้ด้วยตนเองเรื่องนี้ได้รับการพัฒนาให้ ตรงกับความต้องการของผู้สูงอายุอย่างแท้จริง สุดท้ายนี้ ขอขอบพระคุณในน้ำใจไมตรี ของทุกท่านที่เกี่ยวข้อง อาทิ นายกษิพัฒ ภูลังกา นายสนิท อาษาธง และ นางสาวณลฉิณี แสงพันตา รวมทั้งผู้ที่มีได้เอ่ยนาม ไว้เป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

นางวทันี จันทรโสภา

สำนักงาน กศน.

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ค
คำชี้แจงการใช้ชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง	ฉ
แนวทางการศึกษาชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง	ช
เรื่องที่ 1 องค์ประกอบพื้นฐานของเครื่องคอมพิวเตอร์	1
แนวคิด	1
จุดประสงค์	1
สาระการเรียนรู้	1
คอมพิวเตอร์คืออะไร	1
ส่วนประกอบของคอมพิวเตอร์	3
การใช้คอมพิวเตอร์	13
กิจกรรม/แนวคำตอบ	17
แบบประเมินตนเอง	21
เรื่องที่ 2 การเตรียมตัวใช้อินเทอร์เน็ต	23
แนวคิด	23
จุดประสงค์	23
สาระการเรียนรู้	23
อินเทอร์เน็ตคืออะไร	23
เครือข่ายระบบอินเทอร์เน็ตคืออะไร	25
ได้ประโยชน์อะไรจากอินเทอร์เน็ต	27
เตรียมตัวอย่างไรก่อนใช้อินเทอร์เน็ต	27
บริการของอินเทอร์เน็ตมีแบบใด	31
การติดตั้งโมเด็มเข้ากับเครื่องคอมพิวเตอร์	33

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ขั้นตอนการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต	33
กิจกรรม/แนวคำตอบ	39
แบบประเมินตนเอง	43
เรื่องที่ 3 การใช้งานอินเทอร์เน็ต	45
แนวคิด	45
จุดประสงค์	45
สาระการเรียนรู้	45
รู้จักเว็ลด์ไวด์เว็บ	45
เว็บไซต์ คืออะไร	47
เว็บเพจ คืออะไร	47
โฮมเพจ คืออะไร	49
การเปิดโปรแกรมใช้งานอินเทอร์เน็ต	51
ส่วนประกอบของโปรแกรมอินเทอร์เน็ตมีอะไรบ้าง	53
เปิดชมเว็บไซต์ที่ต้องการได้อย่างไร	55
ใช้งานกระดานข่าวได้อย่างไร	57
การตั้งกระทู้กระดานข่าว มีขั้นตอนอย่างไร	61
กิจกรรม/แนวคำตอบ	65
แบบประเมินตนเอง	69
เรื่องที่ 4 การใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อความบันเทิง	71
แนวคิด	71
จุดประสงค์	71
สาระการเรียนรู้	71
รูปแบบการดูหนังและฟังเพลงผ่านอินเทอร์เน็ต	71

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
เว็บไซต์สำหรับดูหนัง ฟังเพลง และฟังวิทยุ	77
ฟังเพลง และรายการวิทยุ	79
กิจกรรม/แนวคำตอบ	87
แบบประเมินตนเอง	91
เรื่องที่ 5 การทำงานของอีเมล	93
แนวคิด	93
จุดประสงค์	93
สาระการเรียนรู้	93
รู้จักอีเมล	93
การทำงานของอีเมล	95
สมัครใช้งานฟรีกับฮ็อตเมล	97
เปิดอ่านจดหมายฉบับแรกในอีเมล	107
การตอบจดหมายกลับไปยังผู้ส่ง	111
การแนบไฟล์ไปพร้อมกับจดหมายที่ส่ง	113
กิจกรรม/แนวคำตอบ	119
แบบประเมินตนเอง	125
บรรณานุกรม	127

คำชี้แจงการใช้ชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

การใช้ชุดการเรียนรู้ด้วยตนเองฉบับนี้ มุ่งเน้นให้ผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) ได้ศึกษาตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ อันเป็นผลจากข้อมูลพื้นฐานการศึกษาวิจัย เรื่อง “ความต้องการการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนเมืองในสังคมยุคแห่งการเรียนรู้” ซึ่งได้มีการนำชุดการเรียนรู้ด้วยตนเองเรื่อง “การใช้อินเทอร์เน็ตเบื้องต้นสำหรับผู้สูงอายุ” ไปทดลองใช้กับกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุตามความพร้อมของสถานศึกษา เมื่อวิเคราะห์ผลการทดลองใช้แล้วพบว่า กลุ่มเป้าหมายเห็นว่าชุดการเรียนรู้นี้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในระดับดีจนถึงดีมาก เห็นสมควรนำไปขยายผลในวงกว้าง โดยคำนึงถึงแนวทางดำเนินงานดังต่อไปนี้

1. **การรวมกลุ่มผู้เรียน** แม้จะเป็นการศึกษาด้วยตนเอง แต่เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ อาจให้มีการรวมตัวเป็นกลุ่มเรียนรู้ร่วมกัน ช่วยเหลือกันเป็นครั้งคราว กลุ่มละประมาณ 10 – 15 คน
2. **จิตวิทยาของผู้สูงอายุ** การจัดกลุ่มผู้สูงอายุควรคำนึงถึงช่วงวัย ระดับการศึกษา สุขภาพอนามัย และอื่นๆ ในระดับที่ใกล้เคียงกัน
3. **เวลาที่เรียน** กำหนดไว้ ประมาณ 6 สัปดาห์ เป็นเวลา 30 ชั่วโมงขึ้นไป
4. **การเตรียมผู้เรียน** ควรให้มีการเรียนรู้คำศัพท์เฉพาะควบคู่กับการทดลองปฏิบัติจริงไปพร้อมกัน
5. **วิทยากร** แม้ว่าจะเป็นการเรียนรู้ด้วยตนเอง แต่เนื่องจากกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุจะมีธรรมชาติที่เสื่อมสภาพลงทุกด้าน ดังนั้นควรให้มีวิทยากรหรือผู้รู้คอยให้คำแนะนำควบคู่ไปกับเอกสารชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง จะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพสูงขึ้น
6. **สถานที่เรียน** อาจใช้ที่บ้านของผู้เรียน หรือจัดกลุ่มชั้นเรียนในสถานที่ที่มีความพร้อมด้านคอมพิวเตอร์ หรือสถานที่อื่นๆ ที่ผู้เรียนรวมกลุ่มกัน

แนวทางการศึกษา

ชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

เรื่อง การใช้อินเทอร์เน็ตเบื้องต้นสำหรับผู้สูงอายุ

แนวคิด

ในการวิจัยเรื่อง “ความต้องการการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนเมืองในสังกัดมยุกแห่งการเรียนรู้” มีข้อค้นพบประการหนึ่งว่าผู้สูงอายุในชุมชนเมืองมีความต้องการได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิตในประเด็นการเรียนรู้จากสื่ออินเทอร์เน็ตหรือสื่อคอมพิวเตอร์ที่ผลิตขึ้น ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้คิดค้นจัดทำชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เรื่อง “การใช้อินเทอร์เน็ตเบื้องต้นสำหรับผู้สูงอายุ” โดยมีเนื้อหา 5 เรื่อง คือ องค์ประกอบพื้นฐานของเครื่องคอมพิวเตอร์ การเตรียมตัวใช้อินเทอร์เน็ต การใช้งานอินเทอร์เน็ต การใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อความบันเทิง และการทำงานของอีเมล (e-mail)

จุดประสงค์

เพื่อให้ผู้สูงอายุใช้คอมพิวเตอร์ค้นหาความรู้ ข้อมูลข่าวสารจากอินเทอร์เน็ตได้

ขั้นตอนการศึกษา

1. อ่านเรื่องแต่ละเรื่อง
2. ทำกิจกรรมตามที่กำหนด



3. ทำแบบประเมินแต่ละเรื่อง



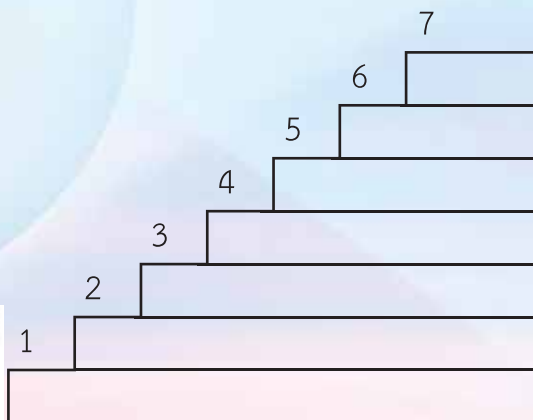
4. ทดลองปฏิบัติจริง



5. พบกลุ่มหรือวิทยากรตามความจำเป็น



6. ศึกษาเพิ่มเติมหรือสอบถามผู้รู้กรณีที่ยังไม่เข้าใจในบทเรียนนั้นๆ ดีพอ



ระยะเวลาการศึกษา

ให้ใช้เวลาศึกษา 6 สัปดาห์ๆ ละไม่น้อยกว่า 5 ชั่วโมง รวมเป็น 30 ชั่วโมงขึ้นไป
ทั้งนี้ควรแบ่งเป็นวันละประมาณ 1 ชั่วโมง

คอมพิวเตอร์ คือ อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์
ที่มีความสามารถในการตอบสนองการสั่งงานจาก
มนุษย์ โดยจะนำคำสั่งที่มนุษย์ป้อนไปประมวลผล
และแสดงผลพร้อมออกมาเป็นข้อมูลภาพ
และเสียง ตามที่มนุษย์ได้สั่งงานไป

