



CHƯƠNG TRÌNH BÌNH DÂN HỌC VỤ SỐ TỈNH QUẢNG NGÃI

TƯƠNG TÁC THÔNG QUA CÔNG NGHỆ SỐ



118 Đường Hùng Vương, phường Nghĩa Lộ, tỉnh Quảng Ngãi
202A Trường Chinh, phường Cẩm thành, tỉnh Quảng Ngãi



<https://skh.quangngai.gov.vn>



Website



Fanpage



Zalo Official Account

NỘI DUNG CHÍNH CỦA BÀI HỌC

1

Email – Công cụ giao tiếp chính thức

Tìm hiểu cách soạn, gửi, nhận và quản lý email hiệu quả cho công việc và học tập.

2

Tin nhắn & Mạng xã hội

Khám phá các nền tảng tin nhắn và mạng xã hội phổ biến để kết nối, chia sẻ an toàn.

3

Thanh toán không dùng tiền mặt

Nắm bắt các phương thức thanh toán điện tử tiện lợi, nhanh chóng và an toàn.

4

Thương mại điện tử

Hướng dẫn mua sắm trực tuyến thông minh, tiết kiệm và tránh rủi ro hàng giả.

5

Học trực tuyến

Sử dụng các công cụ học trực tuyến để tiếp cận kiến thức mọi lúc, mọi nơi.

6

Khám bệnh từ xa

Tận dụng dịch vụ y tế trực tuyến để được tư vấn sức khỏe một cách tiện lợi.

7

Chatbot & Trợ lý ảo

Làm quen với các công cụ thông minh hỗ trợ giải đáp thắc mắc và công việc hàng ngày.

8

Yêu cầu cần đạt

Tổng kết những kỹ năng cần có để tự tin ứng dụng công nghệ số vào cuộc sống.

Trong chuyên đề này, chúng ta sẽ lần lượt đi qua tám nội dung quan trọng, gắn liền với đời sống hằng ngày. Đây chính là những kỹ năng nền tảng, ai cũng có thể học và áp dụng, từ học sinh, nông dân, đến cán bộ công chức.

CÔNG NGHỆ SỐ ĐÃ Ở QUANH TA MỖI NGÀY

Trước khi đi vào bài học chi tiết, chúng ta hãy cùng nhìn lại những việc quen thuộc trong cuộc sống hằng ngày. Công nghệ số đã len lỏi vào từng góc ngách của đời sống – từ học tập, làm việc, chăm sóc sức khỏe, cho đến những sinh hoạt thường ngày. Nó không còn là điều gì xa lạ, mà là một phần quen thuộc của cuộc sống hiện đại.

- **Gọi video cho người thân xa:** Chỉ cần một chiếc điện thoại thông minh, chúng ta có thể nhìn thấy nhau, nghe thấy giọng nói của nhau dù cách xa hàng trăm cây số.
- **Thanh toán điện nước qua điện thoại:** Trước đây, để đóng tiền điện, tiền nước, chúng ta phải ra điểm thu tiền, xếp hàng chờ. Còn bây giờ, chỉ cần mở điện thoại, vài thao tác là hóa đơn đã được thanh toán xong ngay tại nhà.
- **Đặt xe, đặt đồ ăn online:** Khi muốn đi đâu đó, nhiều người trong chúng ta đã quen với việc đặt xe trên ứng dụng. Thậm chí, việc đặt đồ ăn, mua sắm hàng hóa cũng nhanh chóng hơn rất nhiều nhờ công nghệ số.
- **Học trực tuyến, khám bệnh từ xa:** Học sinh có thể tham gia lớp học trực tuyến mà không cần đến trường, hay người dân có thể khám bệnh từ xa, trò chuyện với bác sĩ ngay trên màn hình.



TƯƠNG TÁC THÔNG QUA CÔNG NGHỆ SỐ



Kết nối

Công nghệ số giúp con người kết nối nhanh hơn và dễ dàng hơn.



Học tập

Tiếp cận kiến thức và kỹ năng mới mọi lúc, mọi nơi thông qua các nền tảng trực tuyến.



Làm việc

Nâng cao hiệu suất và sự tiện lợi trong công việc hàng ngày với các công cụ số.



Giải trí

Tận hưởng các dịch vụ giải trí đa dạng, phong phú từ phim ảnh đến trò chơi.

Trong cuộc sống hiện đại, công nghệ số đã trở thành một phần quen thuộc, từ việc trò chuyện với người thân qua điện thoại, thanh toán hóa đơn ngay tại nhà, cho đến học tập và làm việc trực tuyến. Nó giúp chúng ta kết nối nhanh hơn, học tập dễ dàng hơn, và làm việc hiệu quả hơn.



Giúp mỗi người biết cách sử dụng những ứng dụng phổ biến như email, tin nhắn, mạng xã hội, thanh toán không dùng tiền mặt, thương mại điện tử, học trực tuyến, khám bệnh từ xa... Và đặc biệt, chúng ta cũng sẽ tìm hiểu cách khai thác chatbot và trợ lý ảo – những công cụ thông minh có thể hỗ trợ đời sống và công việc hàng ngày.

EMAIL - CÔNG CỤ GIAO TIẾP CHÍNH THỨC

Email được xem là công cụ giao tiếp chính thức trong học tập và công việc. Với email, chúng ta có thể soạn thư, gửi đi và nhận lại chỉ trong vài giây. Ngoài ra, email còn cho phép đính kèm file tài liệu, hình ảnh, hay cả một bản báo cáo dài hàng chục trang.

- **Các thao tác cơ bản:** Soạn – Gửi – Nhận – Lưu trữ – Đính kèm file.
- **Dịch vụ phổ biến:** Gmail, Outlook (rất dễ sử dụng và hoàn toàn miễn phí).

Ví dụ: Học sinh có thể gửi bài tập cho thầy cô qua email thay vì phải nộp trực tiếp. Một cán bộ trong cơ quan nhà nước có thể gửi văn bản cho các đơn vị khác nhanh chóng, không cần chuyển phát giấy tờ. Điểm tiện lợi nữa là email sẽ lưu lại toàn bộ lịch sử trao đổi, giúp chúng ta dễ dàng tìm lại khi cần, giống như một kho lưu trữ tài liệu cá nhân.



Đây là công cụ mà hầu hết ai cũng cần trang bị, vì nó vừa nhanh, vừa tiện lợi, lại vừa mang tính chuyên nghiệp trong công việc.

TIN NHẮN & MẠNG XÃ HỘI

Tin nhắn và mạng xã hội là hai công cụ mà hầu hết mọi người đều sử dụng hằng ngày để giao tiếp và kết nối.



- **Tin nhắn:** Các ứng dụng như Zalo, Messenger, hoặc SMS cho phép chúng ta trò chuyện với bạn bè, người thân chỉ trong vài giây. Không chỉ nhắn chữ, các ứng dụng này còn cho phép gửi hình ảnh, tài liệu, thậm chí chia sẻ vị trí.
- **Mạng xã hội:** Facebook, TikTok hay Instagram đã trở thành nơi kết nối cộng đồng. Ở đó, chúng ta có thể đăng tải hình ảnh, chia sẻ khoảnh khắc, học thêm kỹ năng mới, hoặc cập nhật tin tức.

⊗ Lưu ý quan trọng:

- **Cẩn trọng thông tin cá nhân:** Tuyệt đối không chia sẻ thông tin nhạy cảm như số chứng minh nhân dân, số tài khoản ngân hàng.
- **Cảnh giác lừa đảo:** Phải cảnh giác trước những lời mời kết bạn, tin nhắn lạ hoặc các đường link đáng ngờ để tránh bị lừa đảo hoặc lộ thông tin.



Sử dụng đúng cách, tin nhắn và mạng xã hội sẽ là công cụ hữu ích giúp chúng ta gắn kết, học hỏi và giải trí an toàn.

THANH TOÁN KHÔNG DÙNG TIỀN MẶT

Thanh toán không dùng tiền mặt đã trở thành một thói quen mới của nhiều người, thay thế việc mang theo tiền mặt truyền thống.

- **Công cụ:** Ví điện tử (Momo, ZaloPay), ứng dụng ngân hàng số, quét mã QR.
- **Lợi ích:**
 - **Nhanh chóng:** Chỉ cần vài thao tác trên điện thoại.
 - **Tiện lợi:** Có thể thanh toán bất cứ lúc nào, bất cứ ở đâu.
 - **An toàn:** Hạn chế rủi ro mất tiền mặt, không cần chờ đợi.

Ví dụ: Khi đi siêu thị, chỉ cần đưa điện thoại lên quét mã QR là đã thanh toán xong trong vài giây. Bạn có thể thanh toán hóa đơn điện, nước hoặc nạp tiền điện thoại ngay tại nhà mà không cần ra quầy giao dịch. Hoặc khi mua hàng online, chỉ vài thao tác là thanh toán đã hoàn tất.



Đây là xu hướng mà ngày càng nhiều người đang sử dụng, và chắc chắn trong tương lai, nó sẽ còn phổ biến hơn nữa.

THƯƠNG MẠI ĐIỆN TỬ - MUA SẮM ONLINE THÔNG MINH

Thương mại điện tử – hay còn gọi là mua sắm online – là một thói quen ngày càng quen thuộc, đặc biệt sau thời gian dịch bệnh.



- **Các nền tảng phổ biến:** Shopee, Lazada, Tiki... Chỉ cần vài thao tác trên điện thoại, bạn có thể đặt hàng và hàng sẽ được giao tận nhà, không cần phải đi chợ hay ra cửa hàng.
- **Ưu điểm rõ rệt:**
 - **Tiện lợi:** Bạn có thể mua sắm ở bất kỳ đâu, bất kỳ lúc nào.
 - **Nhiều lựa chọn:** Sản phẩm đa dạng hơn so với cửa hàng truyền thống.
 - **Giao hàng tận nơi:** Giúp tiết kiệm thời gian, công sức.

⚠ Lưu ý khi mua sắm online:

- **Kiểm tra uy tín người bán:** Chọn cửa hàng có nhiều đánh giá tốt và nhiều người mua.
- **Tránh hàng giả, hàng kém chất lượng:** Đọc kỹ thông tin sản phẩm, xem hình ảnh thực tế và đọc bình luận từ người mua trước.

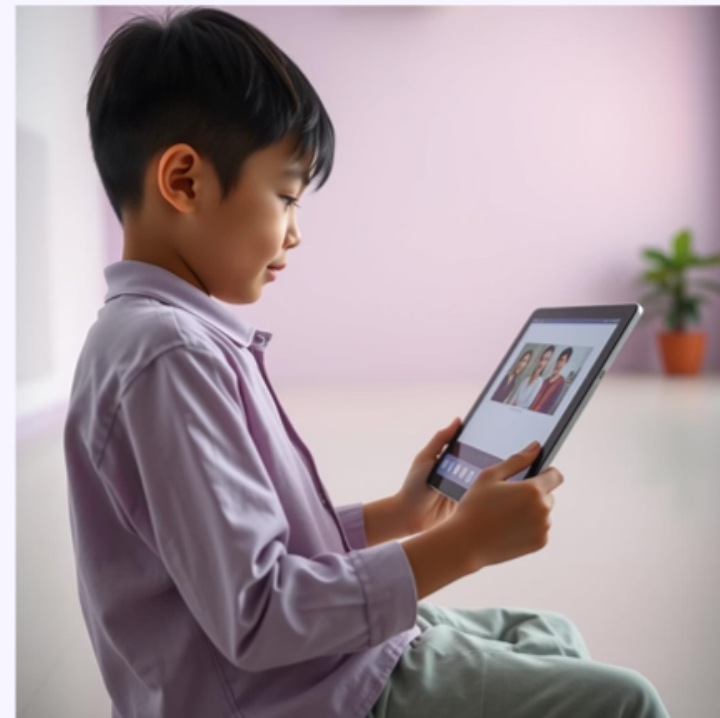


Sử dụng đúng cách, thương mại điện tử không chỉ giúp tiết kiệm chi phí mà còn mang lại sự tiện nghi cho cuộc sống hằng ngày của chúng ta.

HỌC TRỰC TUYẾN - KIẾN THỨC TRONG TÀM TAY

Học trực tuyến là hình thức học qua mạng bằng các công cụ như Zoom, Google Meet hoặc hệ thống quản lý học tập (LMS).

- **Lợi ích lớn nhất:** Học mọi lúc, mọi nơi — chỉ cần có internet và thiết bị (máy tính, điện thoại, máy tính bảng) là bạn có thể theo dõi bài giảng, tham gia thảo luận hay xem lại bài giảng đã được ghi.
- **Ví dụ rất thực tế:** Một học sinh ở vùng xa không có điều kiện tới lớp vẫn có thể tham gia buổi học cùng thầy cô giỏi ở thành phố; các em có thể nghe giảng, đặt câu hỏi và nộp bài trực tuyến như những bạn khác.



i Mẹo nhỏ để học trực tuyến hiệu quả:

- **Chuẩn bị kỹ:** Kiểm tra đường truyền mạng và sạc đầy pin trước khi vào lớp.
- **Tương tác hợp lý:** Bật micro khi phát biểu, tắt micro khi không nói để tránh ồn; sử dụng chức năng chat hoặc "giơ tay" ảo nếu muốn hỏi.
- **Ghi nhớ:** Tải tài liệu, ghi chú lại những phần quan trọng và xem lại video bài giảng nếu cần ôn tập.



Học trực tuyến vừa là cơ hội để tiếp cận kiến thức rộng hơn, vừa đòi hỏi chúng ta có ý thức tổ chức thời gian và tuân thủ phép lịch sự khi học qua mạng. Nếu biết cách sử dụng, đây sẽ là một công cụ học tập rất hữu ích cho mọi lứa tuổi.

KHÁM BỆNH TỪ XA - CHĂM SÓC SỨC KHỎE TIỆN LỢI

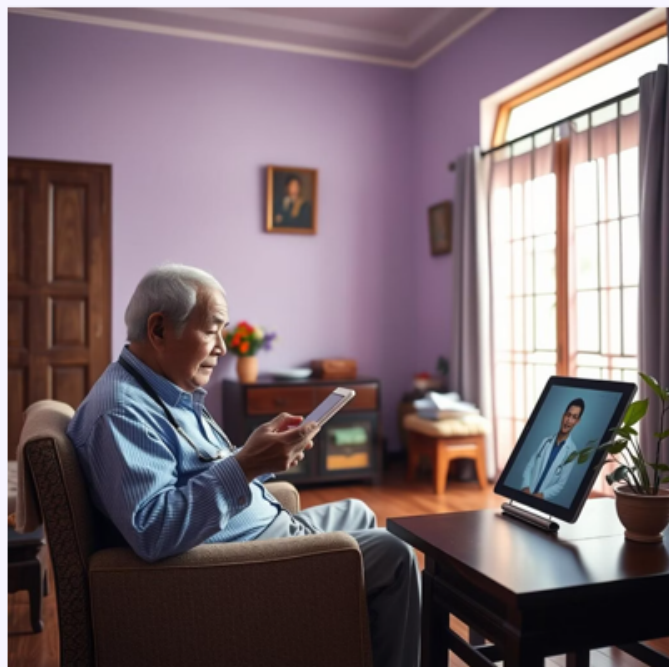
Trong lĩnh vực y tế, công nghệ số đã mang đến một bước tiến quan trọng – đó là khám bệnh từ xa.

- **Ứng dụng phổ biến:** Doctor Anywhere, Medpro, eHospital. Người dân có thể dễ dàng đặt lịch hẹn, gặp bác sĩ và được tư vấn sức khỏe ngay trên điện thoại hoặc máy tính.

- **Lợi ích vượt trội:**

- **Tư vấn nhanh:** Không cần mất thời gian đi lại hay xếp hàng chờ khám ở bệnh viện.
- **Tiện lợi:** Đặc biệt hữu ích cho người lớn tuổi, người ở vùng sâu vùng xa hoặc người bận rộn.

Ví dụ: Một người lớn tuổi ở nông thôn bị đau nhức nhưng không tiện đi xa, có thể ngồi tại nhà và trò chuyện với bác sĩ để được hướng dẫn cách xử lý ban đầu. Hoặc phụ huynh có thể hỏi ý kiến bác sĩ về sức khỏe của con mà không cần phải đưa trẻ đi bệnh viện ngay lập tức.



1

Đặt lịch

Trên ứng dụng (chọn bác sĩ, giờ hẹn).



2

Kết nối

Bác sĩ qua video call.



3

Nhận tư vấn & đơn thuốc

(Nếu cần, thuốc có thể giao tận nhà).



Quy trình này rất nhanh gọn, dễ sử dụng, đặc biệt hữu ích cho người lớn tuổi, người bận rộn, hay những ai ở xa bệnh viện. Đây chính là ví dụ rõ ràng về cách công nghệ số giúp nâng cao chất lượng chăm sóc sức khỏe cho cộng đồng.



NÂNG TẦM CHĂM SÓC SỨC KHỎE: KHÁM BỆNH TỪ XA TIỆN LỢI

Khám phá quy trình ba bước đơn giản để tiếp cận dịch vụ y tế chất lượng cao ngay tại nhà.

QUY TRÌNH KHÁM BỆNH TỪ XA - 3 BƯỚC ĐƠN GIẢN

Để dễ hình dung hơn, chúng ta cùng xem quy trình khám bệnh từ xa với ứng dụng chăm sóc sức khỏe trực tuyến, mang lại sự tiện lợi và hiệu quả cho người dùng ở mọi lứa tuổi.

1. Đặt lịch trên ứng dụng

Người bệnh chỉ cần mở ứng dụng, dễ dàng tìm kiếm và lựa chọn bác sĩ phù hợp với chuyên khoa mong muốn. Sau đó, chọn giờ hẹn trống và xác nhận lịch khám chỉ với vài thao tác đơn giản. Hệ thống sẽ gửi xác nhận và nhắc nhở lịch hẹn tự động.



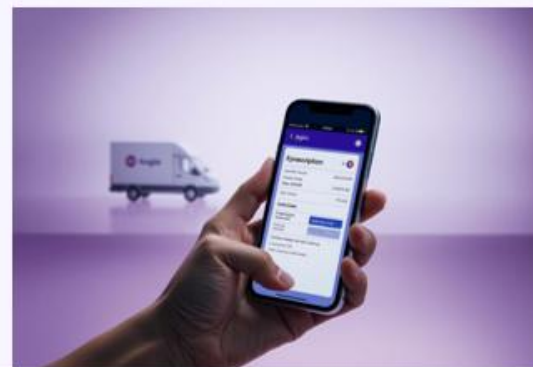
2. Kết nối bác sĩ qua Video Call

Đến giờ hẹn, bệnh nhân sẽ được kết nối trực tiếp với bác sĩ thông qua cuộc gọi video an toàn và bảo mật trên ứng dụng. Bác sĩ có thể lắng nghe các triệu chứng, đặt câu hỏi chi tiết về tiền sử bệnh lý, và đưa ra những lời khuyên y tế cần thiết, giống như một buổi khám truyền thống.



3. Nhận tư vấn & Đơn thuốc điện tử

Sau khi tư vấn, nếu cần thiết, bác sĩ sẽ kê đơn thuốc điện tử hợp lệ, có thể gửi trực tiếp đến nhà thuốc hoặc cho phép người bệnh tải về. Đặc biệt, người bệnh có thể lựa chọn dịch vụ giao thuốc tận nhà, giúp tiết kiệm thời gian và công sức, đặc biệt hữu ích cho người lớn tuổi hoặc những người bận rộn.



CHATBOT & TRỢ LÝ ẢO : NGƯỜI BẠN ĐỒNG HÀNH THÔNG

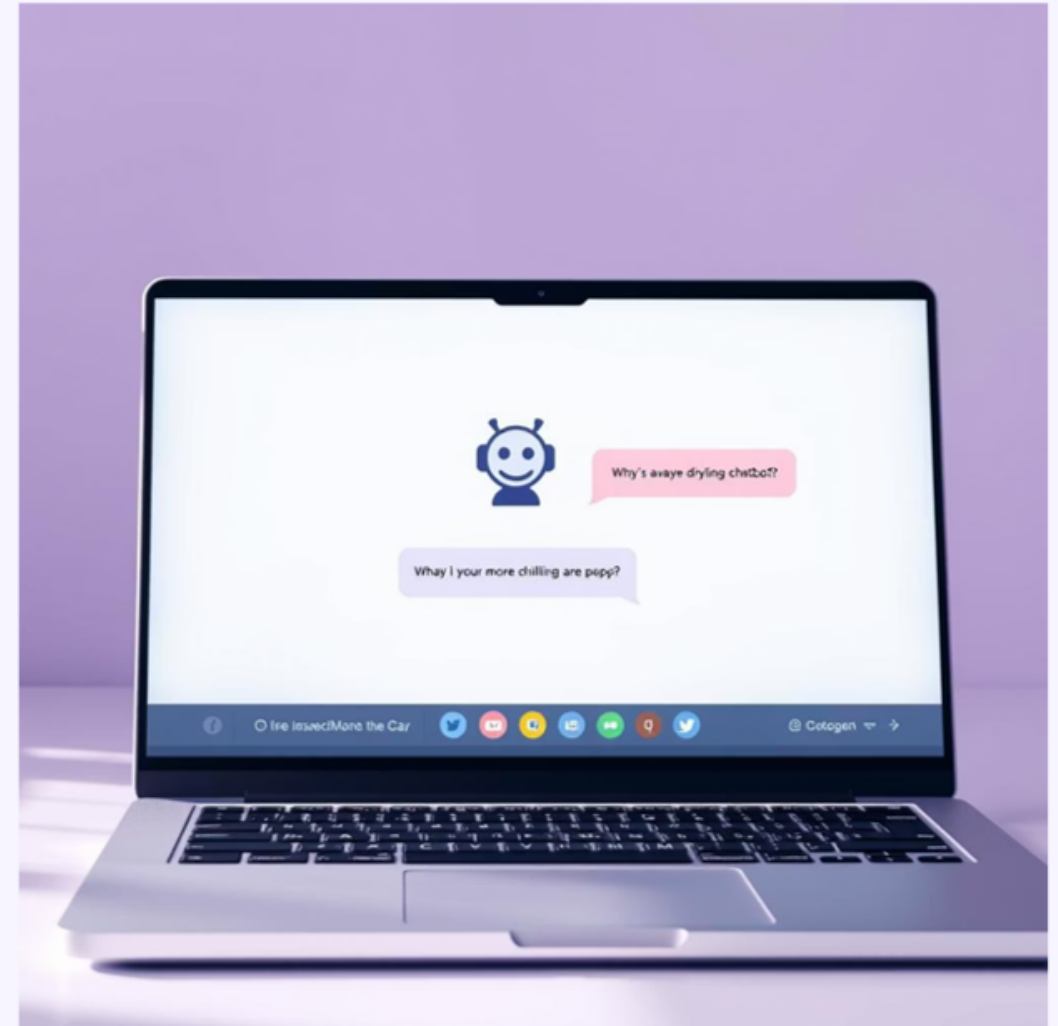
Một ứng dụng khác rất thú vị của công nghệ số là chatbot và trợ lý ảo, những công cụ đang ngày càng trở nên quen thuộc trong cuộc sống hàng ngày của chúng ta, giúp ích từ việc nhỏ đến việc lớn.

CHATBOT : TỰ ĐỘNG VÀ HIỆU QUẢ

Chatbot thường xuất hiện trên các website, dịch vụ công hoặc ứng dụng ngân hàng. Chúng có nhiệm vụ trả lời tự động những câu hỏi phổ biến, như:

- Hồ sơ cần những giấy tờ gì để làm thủ tục hành chính?
- Số dư tài khoản ngân hàng hiện tại của bạn là bao nhiêu?
- Chính sách bảo hành sản phẩm X là gì?

Điều này giúp tiết kiệm đáng kể thời gian cho cả người dùng lẫn nhân viên, giảm tải công việc lặp đi lặp lại và cung cấp thông tin nhanh chóng 24/7.



CHATBOT & TRỢ LÝ ẢO : NGƯỜI BẠN ĐỒNG HÀNH THÔNG

Một ứng dụng khác rất thú vị của công nghệ số là chatbot và trợ lý ảo, những công cụ đang ngày càng trở nên quen thuộc trong cuộc sống hàng ngày của chúng ta, giúp ích từ việc nhỏ đến việc lớn.

TRỢ LÝ ẢO : THÔNG MINH VÀ TOÀN DIỆN

Trợ lý ảo thì thông minh hơn và có khả năng tương tác phức tạp hơn, ví dụ như Siri trên iPhone, Google Assistant trên điện thoại Android, hay các mô hình ngôn ngữ lớn như ChatGPT. Những công cụ này có thể:

- Tìm kiếm thông tin chính xác và nhanh chóng trên internet.
- Nhắc nhở bạn về lịch họp, các sự kiện quan trọng trong ngày.
- Dịch văn bản hoặc cuộc hội thoại từ ngôn ngữ này sang ngôn ngữ khác.
- Dịch văn bản hoặc cuộc hội thoại từ ngôn ngữ này sang ngôn ngữ khác.



Ví dụ, một học sinh có thể nhờ ChatGPT tóm tắt tài liệu dài thành vài ý chính để nhớ; một cán bộ có thể hỏi trợ lý ảo để gợi ý cách viết báo cáo nhanh chóng; hay một người nội trợ có thể hỏi Google Assistant cách nấu một món ăn mới lạ.



KẾT LUẬN: NẮM VỮNG CÔNG NGHỆ SỐ ĐỂ TƯƠNG LAI TƯƠI SÁNG

"Công nghệ số mang lại vô vàn tiện ích, nhưng chìa khóa nằm ở việc chúng ta sử dụng nó một cách thông minh, an toàn và có trách nhiệm."



Yêu cầu cần đạt

Sau buổi học hôm nay, điều quan trọng là mỗi chúng ta cần nắm vững các kỹ năng sử dụng công nghệ số cơ bản.

- **Giao tiếp & Kết nối:** Sử dụng email, tin nhắn, mạng xã hội để duy trì liên lạc.
- **Giao dịch & Mua sắm:** Thành thạo thanh toán số và thương mại điện tử.
- **Học tập & Chăm sóc sức khỏe:** Tận dụng học trực tuyến và khám bệnh từ xa.
- **Tìm kiếm & Hỗ trợ:** Biết cách dùng chatbot/trợ lý ảo để hỏi đáp, tra cứu thông tin và hỗ trợ công việc hàng ngày.



Sử dụng an toàn & hiệu quả

Công nghệ số giúp cuộc sống của chúng ta thuận tiện hơn rất nhiều trong mọi mặt:

- **Giao tiếp:** Nhanh chóng và không giới hạn khoảng cách.
- **Học tập:** Tiếp cận tri thức mọi lúc mọi nơi.
- **Làm việc:** Tăng cường hiệu suất và sự linh hoạt.

Tuy nhiên, lợi ích chỉ thực sự đến khi chúng ta sử dụng công nghệ một cách có trách nhiệm. Hãy luôn cảnh giác với các rủi ro trên không gian mạng và bảo vệ thông tin cá nhân.



Nếu biết tận dụng đúng cách, công nghệ số sẽ trở thành một người bạn đồng hành đáng tin cậy, giúp cuộc sống của chúng ta ngày càng tiện lợi và hiện đại hơn. Cảm ơn các bạn đã chú ý lắng nghe. Hẹn gặp lại các bạn trong những bài học tiếp theo!

CẢM ƠN CÁC BẠN ĐÃ LẮNG NGHE

