

**Муниципальное образовательное автономное учреждение
дополнительного образования
Центр дополнительного образования с.Возжаевки**

**ВОСПИТАТЕЛЬНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ
«Интернет. Сумей себя защитить!»**

Автор-составитель: Омельченко
Наталья Александровна, педагог
дополнительного образования
МОАУ ДО ЦДО с.Возжаевки

Возжаевка, 2017

Цель:

- Ознакомить детей с вредными последствиями компьютерных игр, донести представление о компьютере, интернет – зависимости;
- Сформировать положительное отношение к таким качествам характера, как самостоятельность, любознательность;
- Развивать навыки участия в дискуссии;
- Побуждать детей к самовыражению, саморазвитию.
-

Форма проведения: Мотивационная беседа, игра.

Оборудование: мультимедийное оборудование, листочки, карандаш, маркеры.

Ход мероприятия:**1 Блок: Мотивационная беседа.****1. Вступительное слово.**

Сегодня мы затронем насущную тему для всех подростков. И начну наше мероприятие с такой загадки: **(Слайд 1)**

Есть такая сеть на свете
Ею рыбу не поймать.
В неё входят даже дети,
Чтоб общаться иль играть.
Информацию черпают,
И чего здесь только нет!
Как же сеть ту называют?
Ну, конечно, *(Интернет)*

- Поднимите руки, кто хотя бы один раз играл в Он-лайн игры?
- Говорите ли вы с друзьями об играх, кодах, уровнях и т. д.?
- Случалось ли вам забывать о времени во время игры за компьютером?

{Ответы детей.}

Примерно такие вопросы задают психологи, когда хотят убедиться, страдает ли человек Интернет зависимостью. Я задала эти вопросы не случайно и хочу, чтобы вы посмотрели на себя со стороны, оценили своё отношение к компьютеру и Интернету. Положительный ответ на все эти вопросы должен заставить вас насторожиться.

2. Исследование.

Совсем недавно мною было проведено исследование в нашем объединении, с целью выяснить, как близко вам понятие Интернет. Результаты анкетирования, меня явно насторожили :

1. Оказалось, что 75% учащихся нашего объединения имеют дома компьютер и

пользуются Интернетом. (Слайд 2)

2. На вопрос, сколько времени ты проводишь в сети?: (Слайд 3)

- 6 человек ответили – менее 1 часа в день
- 3 человека – 1-2 часа в день
- 6 человек – более 2-х часов.

3. Было очень интересно узнать, чем вы занимаетесь в Интернете? (Слайд 4)

- 15 человек указали, что общаются там с друзьями
- 8 человек смотрят фильмы и мультики он-лайн
- 13 человек указали, что играют в он-лайн игры
- 15 человек скачивают программы
- 6 человек пользуются электронной почтой
- и что самое интересное, **всего 5 человек** используют интернет для учёбы!

4. При этом, 96% указали, что получают удовольствие от работы в сети. (Слайд 5)

5. На вопрос, как родители относятся к вашей работе в сети? (Слайд 6)

- 10 человек указали, что им предоставлена полная свобода пользования Интернетом
- 5-ти ученикам родители устанавливают временной режим.

Из исследования можно сделать вывод, что большинство из вас свободно пользуются Интернетом, прежде всего для развлечения. А вы когда-нибудь задумывались, что в глубинах этой сети может таиться множество опасностей?

3. Послушаем стихотворение о том, как правильно и безопасно пользоваться Интернетом и какие меры предосторожности стоит соблюдать: (Слайд 7)

Несколько правил Интернет-безопасности

1-й чтец:

Интернет бывает разным: Другом верным иль опасным.

И зависит это все от тебя лишь одного.

Если будешь соблюдать правила ты разные-

Значит для тебя общение в нем будет безопасное!

Будь послушен и внимательно прочти, запомни основательно

Правил свод, что здесь изложен, для детишек он не сложен!

Если ты не в первый раз компьютер сам включаешь

И легко без лишних фраз сайты, чаты посещаешь,

Себя в нем мастером считаешь.

Вдруг однажды сам решил в тайне от родителей,

Потихоньку завести для общения в сети электронный адрес.

Указал без разрешения адрес, улицу и дом, и квартиру в нем.

Разместил на сайте ты фотографии семьи.

Не забыл секреты старших - все в анкете указал,

Все, что вспомнил, все, что знал!

Переписываться стал, подписался на рассылку,

Фильмы разные качал.

В общем, пока взрослых нет, заходил ты в Интернет.

2-й чтец:

И теперь сидишь довольный: стал мгновенно знаменит!

О тебе все знают в школе! Что там в школе и в районе,
Во всем мире знаменит! От друзей секретов нету -
Это всем давно известно. Все тебе охотно пишут
И секреты узнают. Целый мир про вас всё знает
И при встрече сообщает:

«Знаем, знаем, мы читали, фотографии видали.
Прочитали, что твой папа на работу опоздал,
А у мамы из кастрюли суп на плитку убежал.
И про школьные проблемы всё читали и всё знаем!»

3-й чтец:

А по почте счёт пришёл вам за работу Интернета.
Там стоят такие цифры! Что у мамы почему-то
Враз глаза большими стали и обратно не встают.
Потихоньку плачет мама, и сердитый ходит папа.
Ведь они не знают правду, почему их узнают?
Почему по счету нужно им вложить такие деньги?!
Все при встрече, сразу быстро им твердят одно и то же:
- Знаем, знаем, прочитали, фотографии видали!...
И воришка, к сожаленью, всё найдёт без промедленья,
Где и что у вас лежит.
А теперь запомни, Друг мой!
Правила не сложные: В Интернете, как и в жизни,
Должен ты всё понимать:
Информацию и фото с мамой вместе размещать.
На рассылку подписаться или мультики скачать,
Должен с нею всё решать!
Хочешь с мамой или с папой - это сам ты выбирай.
В Интернете, как и в жизни, **Безопасность** соблюдай!

- О каких несложных, но очень важных и нужных правилах пользования Интернетом говорится в этом стихотворении?

- Какие еще советы и предложения вы могли бы сами дать своим сверстникам, чтобы их нахождение в сети Интернет было полезным и безопасным?

(Не желательно размещать персональную информацию в Интернете. Не отвечайте на Спам (нежелательную электронную почту). Не открывайте файлы, которые прислали неизвестные Вам людей. Вы не можете знать, что на самом деле содержат эти файлы – в них могут быть вирусы или фото/видео с «агрессивным» содержанием. Не добавляйте незнакомых людей в свой контакт лист в IM (ICQ, MSN messenger и т.д.). Помните, что виртуальные знакомые могут быть не теми, за кого себя выдают. Никогда не поздно рассказать взрослым, если вас кто-то обидел.

4. Ребята, внимательно рассмотрите эту картинку. Глядя на неё, что вы можете сказать? (Слайд 8) /Мама оттаскивает сына от компьютера/

- Как вы думаете, почему? - (Потому что он много времени проводит за компьютером.)

- Как называют людей, которые бесконечно сидят в интернете, в поисках чего-то. Они уже свою жизнь не представляют без интернета, они зависимы от интернета? - (Это интернет - зависимые люди.)

5. Предлагаю, ответить вам на несколько простых вопросов. Перед вами лежат листочки. На каждый вопрос отвечаем «да» или «нет». (Слайд 9-14)

Анкета на экране:

1. Чувствуете ли Вы себя озабоченным Интернетом (думаете ли Вы о предыдущих он-лайн сеансах и предвкушаете ли последующие)?
2. Ощущаете ли Вы потребность в увеличении времени, проведенного в Сети?
3. Были ли у Вас безуспешные попытки контролировать, ограничить или прекратить использование Интернета?
4. Чувствуете ли Вы себя усталым, угнетенным или раздраженным при попытках ограничить или прекратить пользование Интернетом?
5. Находитесь ли Вы он-лайн больше, чем предполагали?

Если, у вас получилось 5 положительных ответов – вы Интернет –зависимы и необходимо предпринимать срочные меры для устранения этой проблемы. Если у вас 3 и более положительных ответов, вам необходимо задуматься, и ограничить время проводимое в сети.

6. Сегодня возникла угроза зависимости от интернета, особенно среди подростков! Интернет зависимостью страдают 1,5% от общего числа пользователей интернета. Официальная медицина не признаёт такой диагноз. Но в Китае и США созданы специальные клиники для лечения этого расстройства. Люди действительно психически расстроены. Они впадают в истерику, депрессию, если не побывали на просторах интернета. Многие люди уже зависимы от интернета и просто не понимают этого.

Психологические симптомы (Слайд 15)

- хорошее самочувствие или эйфория за компьютером;
- невозможность остановиться;
- увеличение количества времени, проводимого за компьютером;
- пренебрежение семьёй и друзьями;
- ощущение пустоты, депрессии, раздражения при нахождении не за компьютером;
- ложь работодателям или членам семьи о своей деятельности;
- проблемы с работой или с учёбой.

Физические симптомы (Слайд 16)

- сухость в глазах;
- головные боли;

- боли в спине;
- нерегулярное питание, пропуск приёмов пищи;
- пренебрежение личной гигиеной;
- расстройства сна, изменение режима сна.

Физкультминутка – зрительная гимнастика.

Вот, ещё один совет:

Зависимость сложно ощутить, когда каждый день можешь свободно подключиться к интернету. Но если взять и выключить интернет, можно сразу определить есть ли зависимость у человека или нет.

Причины компьютерной зависимости: (Слайд 17)

1. Недостаток общения.

Когда человек (**обычно это подросток**) не может найти себе друзей по интересам. Если он слишком замкнут или боится, что его неправильно поймут. Он делает неправильный вывод и начинает активно искать друзей в интернете.

2. Отсутствие хобби.

Если у человека есть любимое хобби, или он занимается спортом. У него просто не будет свободного времени, которое он мог бы уделить интернету.

3. Неудачливость.

Когда человека повсюду встречают неудачи: плохая работа, ссоры с друзьями, проблемы с родителями. Он будет пытаться хоть как-то реализовать себя. И найдёт этот способ в компьютерных играх.

Лечение компьютерной зависимости. (Слайд 18)

1. Психолог.

Соберитесь с силами и сходите к профессиональному психологу, они неоднократно встречаются с этой проблемой и знают оптимальные способы борьбы с ней.

2. Близкие люди.

Помощь родных будет очень кстати, они должны поддержать и направить на путь исцеления.

3. Осознание красоты реальной жизни.

Реальный мир намного ярче виртуального, в нем есть много интересных и захватывающих вещей. Что бы помочь человеку оторваться от виртуального мира, сводите его в боулинг, каток, пейнтбол и т.д. Он должен почувствовать, насколько прекрасно в реальном мире и попытаться выбраться.

7. На мой электронный адрес пришло Письмо школьника, страдающего интернет - зависимостью. Сейчас я его зачитаю, а вы внимательно послушайте. Что бы вы могли посоветовать этому ученику? (Слайд 19)

Пишу наверное от скуки...

учился раньше я на пять

играл в футбол, ходил в бассейн,

встречал частенько я друзей.

Вот появился интернет
и от него спасенья нет
забыл про всё, куда деваться?
как долго в нете оставаться,
как удалять на почте спам
что делать мне не знаю сам?

что делать мне друзья скажите
как справиться мне с пагубной чертой
словами, слогом оттащите
вы от экрана образ мой.

А в интернете, правда, что-то есть,
Раз многие там, в сущности, живут!
Страна безделья, расслабухи здесь...
Ты снова - тут и я, конечно, тут!

Нам надо спать, но чуточку еще!
Еще, хотя бы, несколько минут...
Но час прошел, уже другой пошел.
А ты – всё тут! И я, конечно, тут!

Мир превратился в маленький экран,
Где волны войн, где сказочный уют,
Где так красиво умереть от ран!
Все - тут! И мы с тобой, конечно, тут!

Не уходи надолго в интернет -
Там можно потеряться незаметно.
Там к прежней жизни возвращенья нет...
И не люблю я интернет за это.

- Почему мы можем утверждать, что он страдает зависимостью от Интернета?
- Какие рекомендации мы можем дать Интернет - зависимым подросткам?

Рекомендации подросткам, как избежать интернет – зависимости.

1. Используйте реальный мир для общения.
2. Ищите друзей в реальности. Виртуальный мир дает только иллюзию принадлежности к группе и не развивает никаких действительных навыков общения.
3. Наполняйте жизнь положительными событиями, поступками.
9. Имейте собственные четкие взгляды, убеждения.
10. Избегайте лживости и анонимности в виртуальной реальности.
11. Научитесь контролировать собственное время и время за компьютером.

12. Найдите любимое занятие, увлечение, хобби в реальной жизни.
13. Больше гуляйте, проводите время на свежем воздухе, займитесь спортом.
14. Прислушивайтесь к советам родителей, если они говорят, что вы слишком много времени проводите за компьютером.

Второй блок «игра» (Слайд 20)

1. А вы как считаете Интернет друг или враг?

Мнение участников разделилось, предлагаю поиграть в игру, для объективности разделимся на 2 группы. Из этой корзины вы по очереди будете доставать проблему. Пусть 1-ая отстаивает точку зрения «Плюсы Интернета» и говорите слова защиты, а вторая группа «Минусы Интернета» будет отстаивать свою точку зрения и говорить, какой вред несёт Интернет.

В итоге, чего будет больше, + или -, та группа победила и та точка зрения стала более убедительной.

«Интернет и Здоровье»	
Зрение	Найти народные рецепты
Облучение	Скачать гимнастику
Осанка	
Нет прогулки	

«Интернет и Время»	
Забыл сделать домашнюю работу	Быстрый поиск(экономия)
Забыл поесть	Моментальные ответ на свой вопрос
Не погулял	
Заигрался	

«Интернет и Игры»	
Время	Развивающие
Агрессия	Командный дух
Безразличие к судьбе героя игры	Логика

«Интернет и Образование»	
Бездумное копирование рефератов	Бесплатное обучение
Интернет не сможет объяснить как учитель, разными способами	Подготовка к конкурсам (поиск информации о ВОВ, фото тех времен – можно найти только в Интернете)
(А может это заменить живую встречу с ветераном)	Углубленное изучение предметов

Вопросы по хобби

«Интернет и Общение»	
Нет реального общения	Быстрота ответов при разговоре, несмотря на расстояние
	Новые знакомства
	Можно не только поговорить, но и увидеть своего собеседника

4. Заключительное слово: (Слайд 21)

В Интернете даёт нам много возможностей, Станет Интернет другом вам или врагом - зависит только от вас. – Главное – правильно им воспользоваться.