

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Верхне-Талызинская средняя школа**

**Методическая разработка участника
районного конкурса
Самый классный классный
«Сетевая паутина»**

Номинация: разработка классный час

Тема: Интернет зависимость

Форма проведения: час общения

Адресат: учащиеся 10 класса

**Автор - составитель: Студенова марина Александровна
педагог-психолог,
стаж 20 лет**

Верхнее-Талызино

2017

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Верхне-Талызинская средняя школа**

Классный час «Сетевая паутина»

Слайд 2 Цель: определение наличия проблемы интернет-зависимости среди обучающихся, и выявить ведет ли интернет-зависимость к изменению эмоционального состояния подростков.

Задачи: создать условия, для:

- Формирования коммуникативных компетенций через вовлечение обучающихся в обсуждение проблемы, желания и умения выражать аргументировано своё мнение, уважать мнение других, проявление умения работать в группах;
- Формирования компетенций личностного самосовершенствования, саморегулирования, саморазвития, личностной рефлексии посредством обсуждения жизненных ситуаций, личного опыта и нравственного выбора;
- Формирования компетенции социального взаимодействия через умения выбирать целевые и смысловые установки своих действий и поступков, умения решать конфликты через осознание ценности дружбы, толерантности и принятия другого мнения.

Цель для обучающихся: Выявление уровня отрицательного влияния интернета на психику подростка и меры профилактики при работе за компьютером.

Методы: аналитический, социологический, исследовательский

Форма проведения: проблемно-диалоговая, с использованием игровой деятельности

Оборудование: Мультимедийное оборудование, листочки, карандаши.

Функция классного часа: просветительско-ориентирующая (частично формирующая)

Тип классного часа: тематический, интеллектуально-познавательный

Ход классного часа:

Слайд 3 Вступительное слово (все ведущие по предложению)

К.р.-Здравствуйте, дорогие гости, учителя, зрители и ребята! Я очень рада нашей встрече!

1-Протяните руку вперед те, у кого отличное настроение!

2-Дотроньтесь до кончика носа те, кто любит играть на компьютере.

3-Поднимите обе руки те, кто пользуется Интернетом.

4-Хлопните в ладоши те, кто готов меня слушать.

5-Посмотрите друг на друга и улыбнитесь. Я надеюсь, что у нас сегодня не будет грустных лиц. И молчать мы не будем. Порадуйте всех своими мыслями.

Слайд 4 Ведущий 1 .В первый вторник февраля с января 2005.Россия вместе с мировым сообществом отмечает Всемирный день безопасного интернета

Думаю, вы догадались, о чем сегодня пойдет речь. **Тема классного часа «Сетевая паутина».**

Слайд 5 Ведущий 2

Интернет и компьютер прочно вошли в жизнь практически каждого человека. Очень многие уже не представляют свою жизнь без этого достижения техники. Мы общаемся с друзьями и родственниками, мы находим материалы для учебы, делаем покупки, оплачиваем счета, играем, смотрим фильмы. Сетевая паутина оплетает, опутывает, затягивает. Давайте разберемся, насколько плотно нас опутала

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Верхне-Талызинская средняя школа

сетевая паутина - интернет. Хорошо или плохо это? Как обезопасить себя? Вот на эти два вопроса мы с вами и попытаемся ответить сегодня.

Слайд 6 Ведущий 3.

Экспресс тестирование

Предлагаю ответить на вопросы ДА или НЕТ. Тестирование проводим для себя, озвучивать не будем, а значит, отвечаем предельно честно.

- Приходилось ли вам обманывать близких, говоря, что вы писали реферат или искали информацию, в то время когда вы просто играли или общались?
- Случалось ли вам забывать о времени во время игры за компьютером?
- Были ли у вас случаи, когда вы рисковали получить проблемы в учебе или в личной жизни из-за Интернета?
- Чувствуете ли Вы себя усталым, угнетенным или раздраженным при попытках ограничить или прекратить пользование Интернетом?
- Используете ли вы Интернет для того, чтобы уйти от проблем или от дурного настроения (например, от чувства беспомощности, виновности, раздраженности или депрессии)?
- Чувствуете ли Вы себя озабоченным Интернетом (думаете ли Вы о предыдущих on-line сеансах и предвкушаете ли последующие)?

6 «да» - вы зависимы

2 «да» и более – задумайтесь, вы можете попасть в зависимость

Каковы же результаты вашего тестирования, известно лишь вам, сами и решайте, – зависимы ли вы?

Слайд 7 Ведущий 6

Зависимость от интернета – новая болезнь нашего времени или выдуманная угроза? Точка отсчета социальных сетей — 1995 год, американский портал Classmates.com. Проект оказался успешным, и вскоре появилось множество аналогичных сервисов. Официальным началом бума социальных сетей принято считать 2003-2004 годы, когда был запущен Facebook. Российские «Одноклассники» и «ВКонтакте» появились только в 2006 году, и сейчас это крупнейшие в Рунете соцсети. «ВКонтакте» — 39-й в мире сайт по популярности. Ресурс, изначально предназначенный для студентов и выпускников российских вузов, позднее стал для всех современным и быстрым способом общения.

Викторина «Безопасный интернет» Классный руководитель.

Слайд 23. Ведущий 4

Физ.минутка

Во время работы за компьютером в первую очередь страдают глаза. Предлагаю немного отдохнуть и выполнить упражнение для глаз. Рекомендую делать это упражнение при работе с компьютером.

Упражнения для глаз:

Зажмурьте глаза на ~ 10 секунд

Быстро моргайте в течении ~5-10 сек.

Упражнения для головы и шеи.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Верхне-Талызинская средняя школа

Эффект: расслабление мышц шеи и лица.

Помассировать лицо, чтобы снять напряжение лицевых мышц.

Надавливая пальцами на затылок в течении 10 с делать вращательные движения вправо, затем влево.

Эффект: расслабление мышц головы, шеи и плечевого пояса. Закрыть глаза и сделать глубокий вдох.

На выдохе медленно опустить подбородок, расслабить шею и плечи. Снова глубокий вдох, медленное круговое движение головой влево и выдох. Прodelать 3 раза влево, затем 3 раза вправо.

Не забывайте выполнять эти несложные упражнения дома, если вы долго работаете с компьютером.

Слайд 24 Интернет зависимость это...

Слайд 25 Врачи считают интернет-зависимость схожей с игровой, алкогольной и наркотической зависимостью.

Слайд 26 Психологические симптомы интернет-зависимости

Слайд 27 Физические симптомы интернет-зависимости

Слайд 28. Ведущий 5

Существует такая проблема как Зависимость от компьютерных игр.

Термин "зависимость" был заимствован из лексикона психиатров.. Всего может наблюдаться от 1 до 10 симптомов, в которые входят чрезмерное время, проводимое в сети, увеличивающееся беспокойство при нахождении в реальном мире, ложь или скрывание количества времени, проведенного в киберпространстве или же вялое функционирование в реальном мире. Частично это исследование доказывает, что злоупотребление Интернетом ведет к социальной изоляции, увеличивающейся депрессии, распаду семьи, неудачам в учебе, финансовому неблагополучию и к потере работы.

"Интернет-зависимость" - это широкий термин, обозначающий большое количество проблем поведения и контроля над влечениями. Основные пять типов, которые были выделены в процессе исследования, характеризуются следующим образом:

1. Пристрастие к виртуальным знакомствам - избыточность знакомых и друзей в Сети.
2. Навязчивая потребность в Сети - игра в онлайн-азартные игры, постоянные покупки или участия в аукционах.
3. Информационная перегрузка (навязчивый web-серфинг) - бесконечные путешествия по Сети, поиск информации по базам данных и поисковым сайтам.
4. Компьютерная зависимость - навязчивая игра в компьютерные игры (стрелялки – Doom, Quake, Unreal и др., стратегии типа StarCraft,)

Слайд 28 Ведущий 1

Анализ показал, что главенствующим фактором, благодаря которому все эти явления получили широкое распространение, является анонимность личности в Сети. Особенно анонимность увязана с главными расстройствами:

-Виртуальный мир, в котором человек чувствует себя намного комфортней, чем в реальной жизни создает угрозу для успешности реальной жизни.

- Интерактивные компоненты сети облегчают создание кибер-зависимости, которая негативно влияет на внутрисемейные отношения и стабильность семьи как таковой, что в первую очередь ведет к отдалению людей в реальной жизни и к разводу.

-Возможность создания альтернативных он-лайн персонажей, в зависимости от настроения и желания самого пользователя, что создает возможность уйти от реального мира с его эмоциональными проблемами

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Верхне-Талызинская средняя школа

(например, стресс, депрессия, беспокойство), или же от простых жизненных сложностей (обилие работы, проблемы в учебе, внезапная безработица, расстройство в семье)

Слайд 29 Ведущий 4

Давайте решим, какие же из компьютерных игр пагубно могут повлиять на наше здоровье, а какие принесут пользу.

Во-первых, однозначно вредны «стрелялки». Оторваться от них сложно, за счет того, что при переходах на различные уровни обстановка и враги меняются. Главная задача «стрелялки» - как можно больше убить и взорвать. В них ребенок постоянно видит насилие, кровь, и совершенно не думает.

Самая вредная «стрелялка» - «CounterStrike». Что печально «CounterStrike» является также одной из самых популярных игр, и не только в классе «стрелялок». Поэтому миллионы подростков сутками напролет «рубятся» в «контру», причем порой даже не бесплатно. Существует огромное количество турниров, на которых единицы выигрывают деньги, одержав победу, но тысячи проигрывают.

Слайд 30 Меньшее воздействие на психику ребенка несут спортивные компьютерные игры. Самые известные из них - футбольная «Fifa» и баскетбольная «NBA Live». Но хоть негативно они на ребенка не воздействуют, пользы от них тоже мало.

Слайд 31 А вот стратегии как раз несут в себе пользу. В них ребенок учиться мыслить. Ведь перед ним встает проблема, которую необходимо решить не за счет быстрого нажатия клавиш, а за счет обдумывания определенной стратегии и плана действий.

SimCity — серия видео-игр в жанре градостроительный симулятор, разработанная Уиллом Райтом и компанией Maxis. Одна из самых успешных франшиз в истории компании Maxis, уступающей лишь серии The Sims. Расцвет серий пришёлся на 90-е годы, однако выпуск новых игр стал сопровождаться новыми неудачами.

Слайды 32-36 Ведущий 2 Мы много говорили об интернете, компьютере, современных гаджетах, позволяющих доступ во всемирную сеть. А как же обстоят дела у нас в школе?

Наш класс провел мини - исследование и предлагаю познакомиться с результатами ее работы

1. Сколько времени ты проводишь в сети

- а) менее 1 часа
- б) 1-2 часа
- в) более 3 часов

2. Чем вы занимаетесь в интернете

- а) общаюсь
- б) смотрю фильмы
- в) играю
- г) скачиваю
- д) почта
- е) учусь

3. Как родители относятся к вашей работе в сети?

- а) свобода
- б) время
- в) контроль

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Верхне-Талызинская средняя школа

- Из исследования можно сделать вывод, что большинство свободно пользуются Интернетом, прежде всего для развлечения. И не задумывались, что в глубинах этой сети может таиться множество опасностей?

Слайд 37 Ведущий 3

А вы как считаете Интернет друг или враг? Почему?

Предлагаю поиграть в игру, разделимся на 2 группы. 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.

Классный руководитель.

Пока ребята в командах думают над ответами, я предлагаю зрителям посмотреть видеоролик об опасностях, которые таят в себе Социальные сети.

Слайд 38 Видеоролик

Слайд 39 Плюсы интернета

Слайд 40 Минусы интернета

Слайд 41-42 Выводы

Слайд 43 Альтернативы соц.сетям

Слайд 44 Ведущий 5

Что такое «безопасный интернет» (буклеты со сводом правил)

Мы хотели поделиться с вами некоторыми правилами «безопасного интернета». Соблюдая эти несложные правила, вы можете обезопасить свое нахождение в сети.

Основные правила

Вы должны это знать:

- Не желательно размещать персональную информацию в Интернете. Персональная информация — это номер вашего мобильного телефона, адрес электронной почты, домашний адрес и фотографии вас, вашей семьи или друзей.
- Если вы публикуете фото или видео в интернете — каждый может посмотреть их.
- Не отвечайте на Спам (нежелательную электронную почту).
- Не открывайте файлы, которые прислали неизвестные Вам люди. 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
- Помните, что виртуальные знакомые могут быть не теми, за кого себя выдают.
- Если рядом с вами нет родственников, не встречайтесь в реальной жизни с людьми, с которыми вы познакомились в Интернете. Если ваш виртуальный друг действительно тот, за кого он себя выдает, он нормально отнесется к вашей заботе о собственной безопасности!
- Никогда не поздно рассказать взрослым, если вас кто-то обидел.

Слайд 45. «Релаксация».

Классный руководитель

Закройте глаза и вспомните приятные моменты нашего занятия.

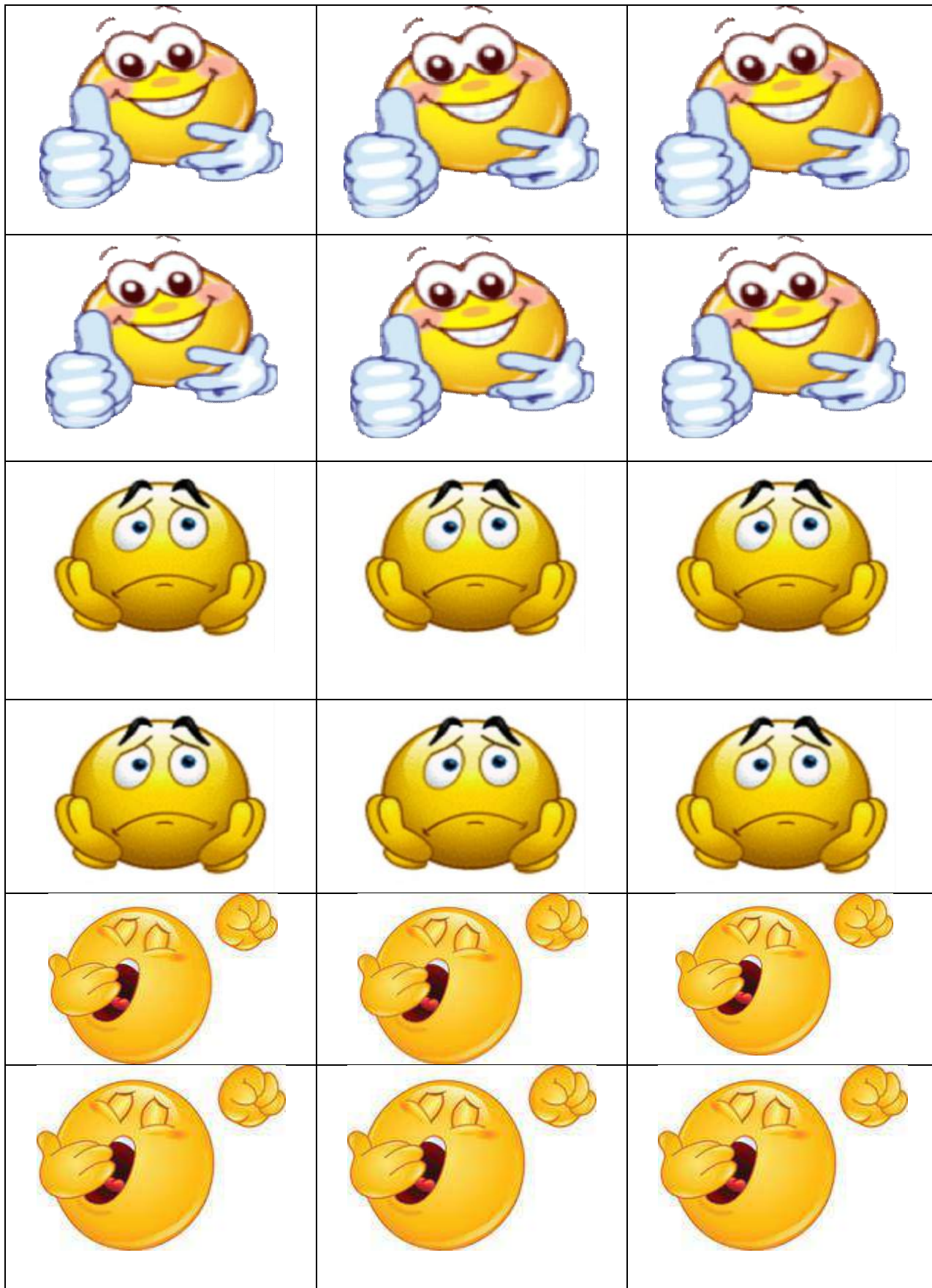
Я рада, что на протяжении всего занятия вы были внимательны.

Я хочу, чтобы все, кто работал хорошо – улыбнулись мне, а кто чувствует в себе потенциал работать еще лучше – поаплодировали себе.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Верхне-Талызинская средняя школа

Слайд 46. Рефлексия.

«Корзина настроения» Смайлики.



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Верхне-Талызинская средняя школа

Выступление 1 группы «плюсы»

1 Безграничное общение.

(Разговаривать с друзьями со всего земного шара можно, не выходя из дома, ограничивает только стоимость интернет-трафика. Уже сложно представить, как поддерживать контакты со многими знакомыми без помощи социальных сетей, а хорошо выстроенные взаимоотношения с людьми всегда помогают и в жизни, и в работе.)

2. Дополнительные функции

(Такие как группы, новости, возможность добавления фото-, видео- и аудиоматериалов, оповещения о днях рождения друзей, многочисленные приложения и многие другие.)

3. Чувствуешь себя частью общественной группы.

(Благодаря социальным сетям человек чувствует себя частью общественной группы, не обязанным при этом прилагать для этого какие-то усилия. Конечно, зачастую это всего лишь видимость, а пользователь с несколькими сотнями виртуальных друзей может быть в реальной жизни совершенно одиноким и ничего, кроме компьютера, не видеть... Но этого уже никто наверняка не знает.)

Выступление 2 группы «минусы»

1. Публикация в свободном доступе личной информации о человеке.

(Большинство сетей собирают гораздо больше данных, чем фактически требуется для регистрации. Пользователю кажется, что он сам решает, что о себе рассказывать, а что нет... Но не оставишь же пустыми фотоальбомы. А как не заполнить интересы? К тому же пользователь не может отследить, не выложил ли фотографию с ним еще кто-то.

2. Через социальные сети можно узнать о человеке практически все.

(Сведения о том, когда, с кем и сколько он общается, могут быть важнее, чем содержание этих разговоров. С помощью программ, узнающих человека по фотографии и позволяющих найти в Глобальной сети все материалы, с ним связанные, мы можем узнать о человеке гораздо больше, чем он хочет о себе рассказывать.

3. Все, что мы выкладываем в социальные сети, остается там навсегда.

(Наши комментарии и отметки на фотографиях остаются даже после удаления аккаунта, а зачастую даже и этот самый аккаунт удалить нельзя!)

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Верхне-Талызинская средняя школа

Самоанализ классного часа

Название мероприятия: классный час «Сетевая паутина»

Дата проведения: 22 марта 2017 года

Место проведения: МБОУ Верхне-Талызинская СШ

Кто проводит: классный руководитель Студенова Марина Александровна,

Состав группы: 10 класс

Классный час посвящен проблеме безопасности при использовании подростками сети Интернет, потенциальных рисках при использовании Интернета, путях защиты от сетевых угроз, о проблеме интернет-зависимости в связи с возрастанием популярности сети Интернет, о правилах поведения в социальных сетях.

Цель классного часа - определить наличие проблемы интернет-зависимости среди обучающихся, и выявить ведет ли интернет-зависимость к изменению эмоционального состояния подростков.

Мной были созданы условия для:

- Формирования коммуникативных компетенций через умения обсуждать проблемы, выражать аргументировано своё мнение, уважать мнение других, умения работать в группах;
- Формирования компетенций личностного самосовершенствования, саморегулирования, саморазвития, личностной рефлексии посредством обсуждения жизненных ситуаций и нравственного выбора;
- Формирования компетенции социального взаимодействия через умения выбирать целевые и смысловые установки своих действий и поступков, умения решать конфликты через осознание ценности дружбы, толерантности и принятия другого.

Ожидаемые результаты:

-формирование культуры ответственного, этичного и безопасного использования Интернета;

-повышение осведомленности подростков о позитивном контенте сети Интернет, полезных возможностях глобальной сети для образования, развития, общения;

- повышение уровня осведомленности подростков о проблемах безопасности при использовании подростками сети Интернет, потенциальных рисках при использовании Интернета, путях защиты от сетевых угроз. Опасности интернета — правда или ложь?

Содержание соответствовало возрастным особенностям старшеклассников, так как у учащихся данного возраста уже сформированы полезные и не очень привычки, умение общаться, умение делать выводы и т.д.

Данная форма проведения классного часа была выбрана, потому что я стремлюсь сформировать у детей такие умения как умение спорить и отстаивать свою точку зрения, а также мыслить творчески.

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Верхне-Талызинская средняя школа**

В ходе проведения классного часа выявлены такие положительные моменты как вовлеченность учащихся в общую деятельность и понимание ими насущности проблемы обсуждаемой ими, некоторые недочеты- это не достаточно сформированное умение точно формулировать свои мысли делать выводы.

При подготовке к классному часу я привлекала учащихся для проведения мини-исследования, созданию видеоролика, работе над викториной - презентацией, что соответствует педагогике сотрудничества.

Я довольна результатами классного часа, так как результаты соответствуют поставленным целям (цели и задачам). Считаю, что в перспективе можно использовать более сложные формы проведения классного часа, способствующие формированию у детей важных качеств личности, также можно предоставить еще больше самостоятельности детям при подготовке классного часа.

Я считаю, что достигла поставленных целей и задач, используя аналитический, социологический, исследовательский методы.

Классный руководитель: Студенова М.А.



**Сетевая
паутина**

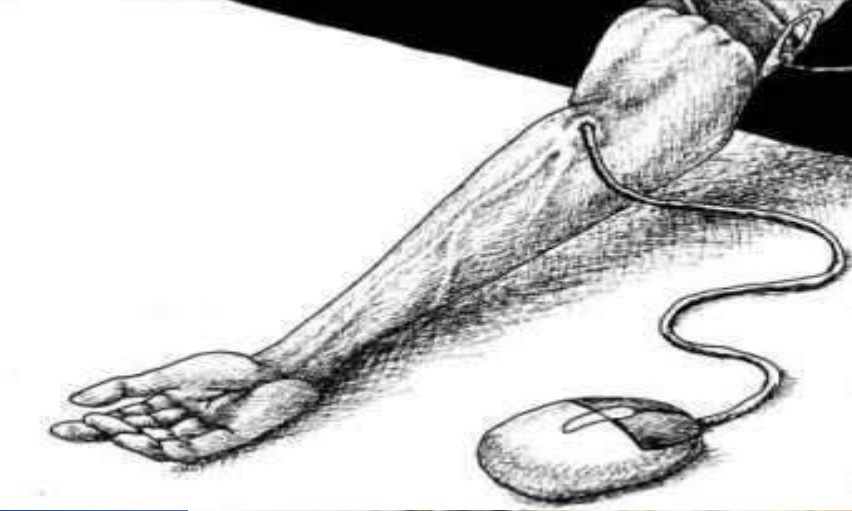
Цель и задачи классного часа

- **Цель:** определение наличия проблемы интернет-зависимости среди обучающихся, и выявить ведет ли интернет-зависимость к изменению эмоционального состояния подростков.
- **Задачи:** создать условия, для:
 - Формирования коммуникативных компетенций через вовлечение обучающихся в обсуждение проблемы, желания и умения выражать аргументировано своё мнение, уважать мнение других, проявление умения работать в группах;
 - Формирования компетенций личностного самосовершенствования, саморегулирования, саморазвития, личностной рефлексии посредством обсуждения жизненных ситуаций, личного опыта и нравственного выбора;
 - Формирования компетенции социального взаимодействия через умения выбирать целевые и смысловые установки своих действий и поступков, умения решать конфликты через осознание ценности дружбы, толерантности и принятия другого мнения.

- ⌘-Протяните руку вперед те, у кого отличное настроение!
- ⌘-Дотроньтесь до кончика носа те, кто любит играть на компьютере.
- ⌘-Поднимите обе руки те, кто пользуется Интернетом.
- ⌘-Хлопните в ладоши те, кто готов меня слушать.
- ⌘-Посмотрите друг на друга и улыбнитесь. Я надеюсь, что у нас сегодня не будет грустных лиц. И молчать мы не будем. Порадуйте всех своими мыслями.

В первый вторник февраля с января 2005 года
Россия вместе с мировым сообществом отмечает
Всемирный день безопасного интернета





Экспресс тест на интернет зависимость

- Приходилось ли вам обманывать близких, говоря, что вы писали реферат или искали информацию, в то время когда вы просто играли или общались?
- Случалось ли вам забывать о времени во время игры за компьютером?
- Были ли у вас случаи, когда вы рисковали получить проблемы в учебе или в личной жизни из-за Интернета?
- Чувствуете ли Вы себя усталым, угнетенным или раздраженным при попытках ограничить или прекратить пользование Интернетом?
- Используете ли вы Интернет для того, чтобы уйти от проблем или от дурного настроения (например, от чувства беспомощности, виновности, раздраженности или депрессии)?
- Чувствуете ли Вы себя озабоченным Интернетом (думаете ли Вы о предыдущих on-line сеансах и предвкушаете ли последующие)?



6 «да» - вы зависимы

2 «да» и более – задумайтесь, вы можете попасть в зависимость

Каковы же результаты вашего тестирования, известно лишь вам, сами и решайте, – зависимы ли вы?

Зависимость от интернета – новая болезнь нашего времени или выдуманная угроза? Точка отсчета социальных сетей — **1995 год**, американский портал Classmates.com. Проект оказался успешным, и вскоре появилось множество аналогичных сервисов.

Официальным началом бума социальных сетей принято считать 2003-2004 годы, когда был запущен Facebook.

Российские  **одноклассники** и  **Вконтакте** появились только в 2006 году, и сейчас это крупнейшие в Рунете соцсети.

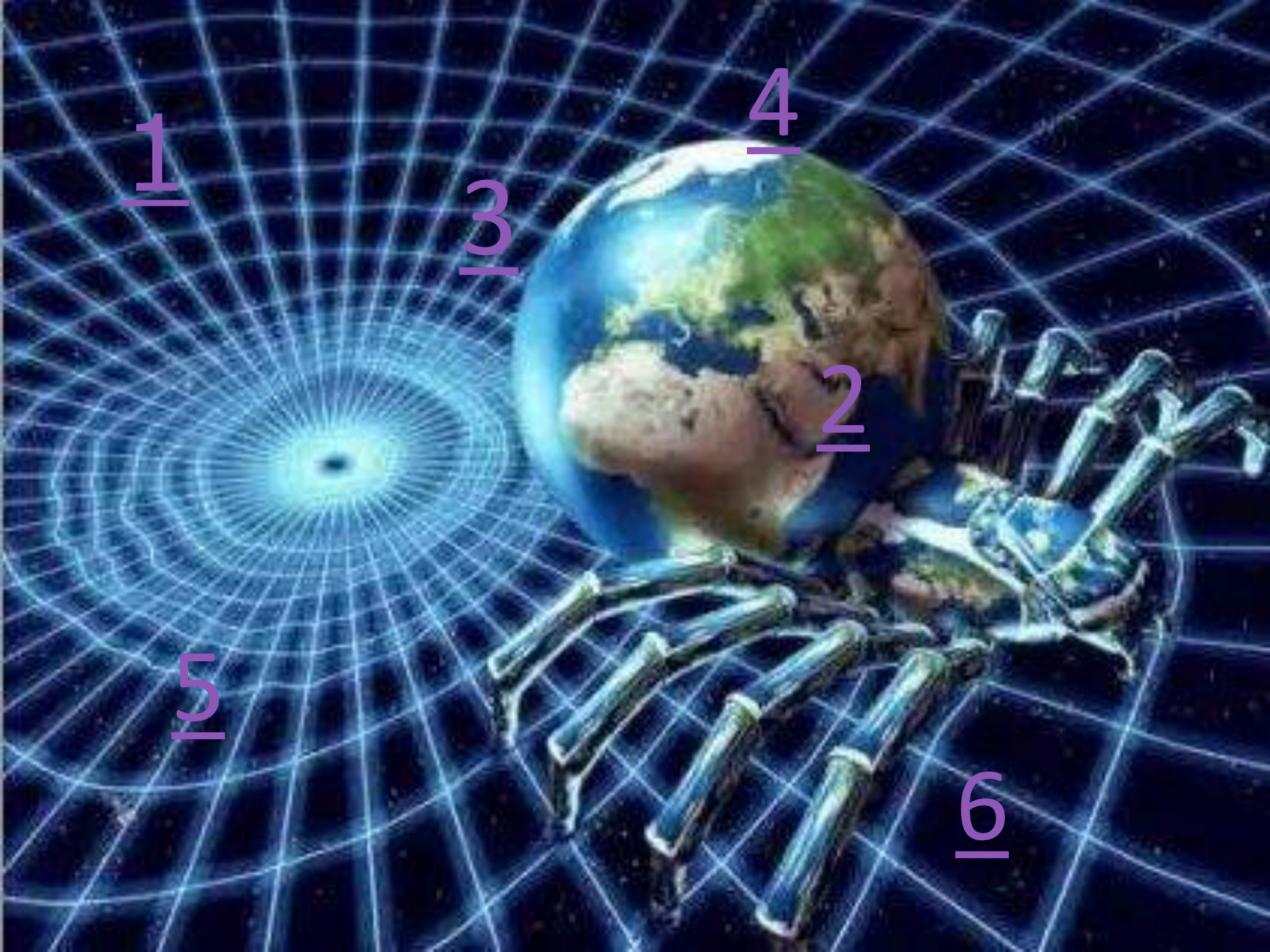
 **Вконтакте** 39-й в мире сайт по популярности.

Ресурс, изначально предназначенный для студентов и выпускников российских вузов, позднее стал для всех современным и быстрым способом общения.

«Что я знаю о безопасной работе в Интернете»

ВИКТОРИНА





1

4

3

2

5

6

1 вопрос

Ученик 3 класса Вася Паутинкин зашел на незнакомый ему сайт. Вдруг на экране компьютера появились непонятные Васе сообщения. Что Васе предпринять?

- а Закрывать сайт
- б Обратиться к родителям за помощью
- с Самому устранить неисправность



Анти-бот проверка - введите номер
телефона:

**Всегда спрашивай родителей о незнакомых
вещах в Интернете.
Они расскажут, что безопасно делать, а что нет!**



2 вопрос

Вася Паутинкин, бывая в Интернете, часто сталкивается с неприятной информацией, которая «лезет со всех сторон», она мешает ему работать в Интернете. Как Васе избавиться от ненужной информации, чтобы пользоваться только интересными ему страничками?

- а Установить антивирусную программу
- б Установить на свой браузер фильтр
- с Установить новый браузер



Чтобы не сталкиваться с неприятной и агрессивной информацией в Интернете, установи на свой браузер фильтр, или попроси сделать это взрослых — тогда можешь смело пользоваться интересными тебе страничками в Интернете.

NetPolice Версия: 1.7 (build 37) [завантажити](#)
Личный кабинет: [my.netpolice.ru](#)
Служба поддержки: [info@netpolice.ru](#)

Фильтр: [Вкл.](#) [Откл.](#)

Профиль: **Пользовательский (по умолчанию)** [Создать...](#)

Порнография и эротика: [Вкл.](#) [Выкл.](#) Блокировка доступа к ресурсам, содержащим порнографические материалы

Социальные сети: [Вкл.](#) [Выкл.](#) Блокировка доступа к социальным сетям и сайтам знакомств

Сервисы обмена сообщениями: [Вкл.](#) [Выкл.](#) Блокировка доступа к службам обмена сообщениями (ICQ, Skype, Yahoo, и т. д.), запрет передачи почтовых сообщений и сообщений в социальных сетях

Блокировка некатегоризированных ресурсов: [Вкл.](#) [Выкл.](#) Блокировка доступа к ресурсам, не прошедшим категоризацию в системе

Динамическая фильтрация: [Вкл.](#) [Выкл.](#) Блокировка ненормативной лексики и содержания ресурса по ключевым словам

Онлайн-казино и компьютерные игры: [Вкл.](#) [Выкл.](#) Блокировка доступа к услугам интернет-казино и компьютерным играм

Скачивание файлов: [Вкл.](#) [Выкл.](#) Блокировка возможности скачивания файлов из Интернета

Другие фильтры: [Вкл.](#) [Выкл.](#) В этом разделе можно настроить фильтры других категорий

Время работы профиля: 12
6 [День](#) [Ночь](#) 10
0

Расширенный режим:
Настройка левой шкалы времени на временные отрезки вы можете настраивать время действия профиля. Области «День» и «Ночь» также являются кнопками.

Профиль всегда включен

[Сохранить и закрыть](#)
ID: netpolice.13802522

ChildWebGuardianPRO

Сейчас вы редактируете профиль **Ограниченные пользователи** на локальном компьютере WIN-XP-5P2. Вы можете [переключиться на другой профиль](#), или [подключиться к другому компьютеру](#).

Настройки программы: **Фильтр активен для 'Ограниченные пользователи'** [Смена пароля](#)

Автоматический запуск агента ChildWebGuardian PRO [Синхронизация](#)

Разрешить удалённые подключения к программе

Не позволять смену времени на компьютере

Фильтровать защищенные соединения (https)

Переназначьте пользователей в нужный профиль.

Администраторы

- Папа

Ограниченные пользователи (*)

- Саша
- Маша

[Профили](#)

[Настройки программы](#)

[Запрещенные слова](#)

[Фильтр Web](#)

[Фильтр Email](#)

[Фильтр ICQ](#)

[Журнал](#)

[Фильтр программы](#)

[О программе](#)

[www.ChildWebGuardian.ru](#)



3 вопрос

Вася Паутинкин на уроке информатики создал себе электронный ящик. Теперь он может обмениваться сообщениями со своими друзьями. Сегодня на адрес его электронной почты пришло сообщение: файл с игрой от неизвестного пользователя. Как поступить Васе?

- а Скачать файл и начать играть
- б Не открывать файл
- с Отправить файл своим друзьям



Не скачивай и не открывай неизвестные тебе или присланные незнакомцами файлы из Интернета. Убедись, что на твоём компьютере установлен брандмауэр и антивирусное программное обеспечение.

Научись их правильно использовать. Помни о том, что программы должны своевременно обновляться.



4 вопрос

На уроке окружающего мира Васе задали найти изображения динозавров. Он захотел скачать картинку в Интернете, нажал кнопку «скачать», на экране появилось сообщение отправить SMS на указанный номер в Интернете. Как поступить Васе?

- а Отправить SMS на указанный номер в Интернете
- б Проверить этот номер в Интернете
- с Не скачивать больше картинки

Отправь SMS на номер:

[89099096666](tel:89099096666)

**Если хочешь скачать картинку или мелодию,
но тебя просят отправить смс — не спеши!
Сначала проверь этот номер в Интернете
безопасно ли отправлять
на него смс и не обманут ли тебя.
Сделать это можно на специальном сайте.**



5 вопрос

Новый друг Васи Паутинкина, с которым Вася познакомился вчера в Интернете, Иван Неизвестный, попросил Васю срочно сообщить ему такую информацию: номер телефона, домашний адрес, кем работают родители Васи. Вася должен:

- а Сообщить Ивану нужные сведения
- б Не сообщать в Интернете, а сообщить при встрече
- с Посоветоваться с родителями



**Никогда не рассказывай о себе незнакомым людям
в Интернете:
где ты живешь, учишься, свой номер телефона.
Это должны знать только твои друзья и семья!**



6 вопрос

Вася решил опубликовать в Интернете свою фотографию и фотографии своих одноклассников. Можно ли ему это делать?

а Нет, нельзя

б Можно, с согласия одноклассников

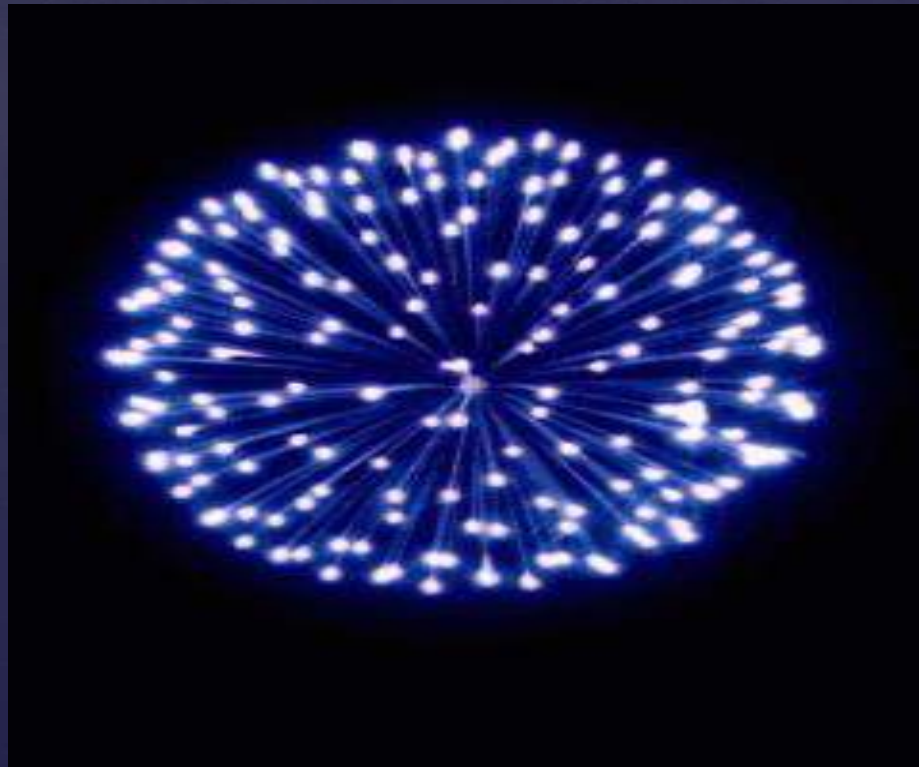
с Можно, согласие одноклассников не обязательно



**Публиковать фотографии знакомых,
друзей можно только с их согласия.**



Молодцы, ребята
Пусть сеть Интернет приносит
Вам только пользу.



Физ.минутка

Во время работы за компьютером в первую очередь страдают глаза. Предлагаю немного отдохнуть и выполнить упражнение для глаз. Рекомендую делать это упражнение при работе с компьютером.

Упражнения для глаз:

- 1.Зажмурьте глаза на ~ 10 секунд
- 2.Быстро моргайте в течении ~5-10 сек.

Упражнения для головы и шеи.

Эффект: расслабление мышц шее и лица.

Помассировать лицо, чтобы снять напряжение лицевых мышц.

Надавливая пальцами на затылок в течении 10 с делать вращательные движения вправо, затем влево. Эффект: расслабление мышц головы, шеи и плечевого пояса. Закрывать глаза и сделать глубокий вдох. На выдохе медленно опустить подбородок, расслабить шею и плечи. Снова глубокий вдох, медленное круговое движение головой влево и выдох.

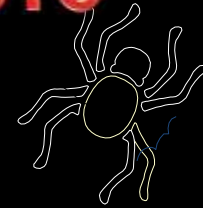
Проделать 3 раза влево, затем 3 раза вправо.

Не забывайте выполнять эти несложные упражнения дома, если вы долго работаете с компьютером.



Интернет-зависимость - это

психическое расстройство,



навязчивое желание подключиться к Интернету

болезненная неспособность вовремя отключиться от Интернета.



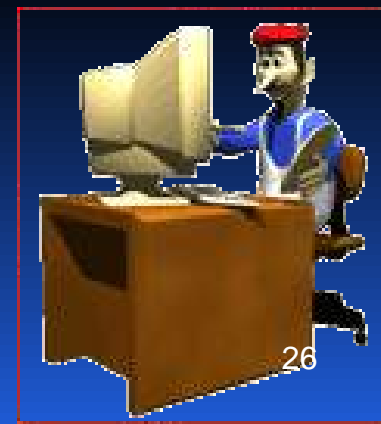


**Врачи считают,
что Интернет-зависимость
очень схожа с игровой,
алкогольной и даже
наркотической
зависимостью**



Психологические симптомы:

1. Хорошее самочувствие или эйфория за компьютером.
2. Невозможность остановиться.
3. Увеличение количества времени, проводимого в сети Интернет.
4. Ощущения пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером.
5. Пренебрежение семьей и друзьями.
6. Ложь членам семьи о своей деятельности.
7. Проблемы с работой или учебой.



Физические симптомы:

Головные боли по типу мигрени.

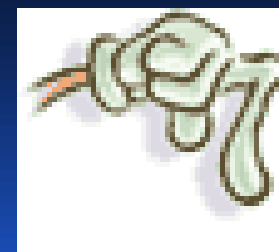
Сухость в глазах.

Боли в спине.

Нерегулярное питание, пропуск приемов пищи.

Пренебрежение личной гигиеной.

Расстройство сна,
изменение режима сна.



Зависимость от компьютерных игр

DOOM

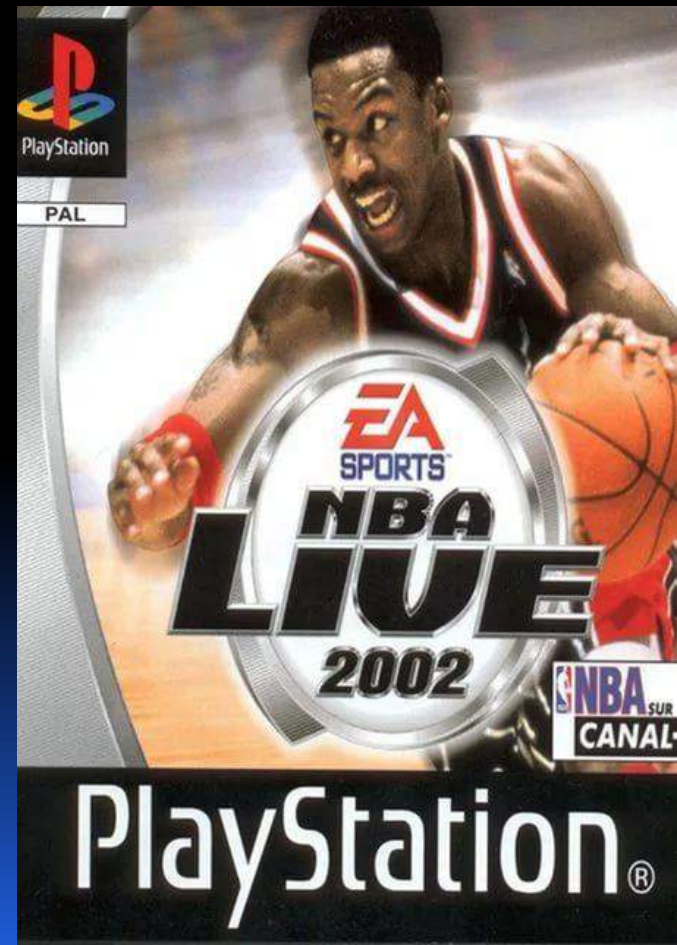
Unreal



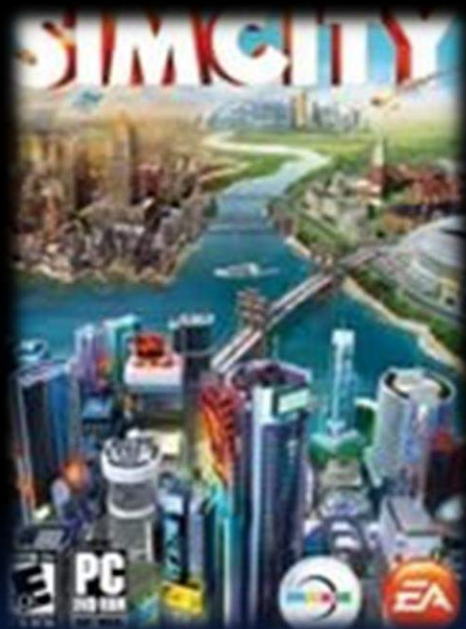
Самая вредная «стрелялка» - «CounterStrike»



Меньшее воздействие на психику
ребенка несут
спортивные компьютерные игры



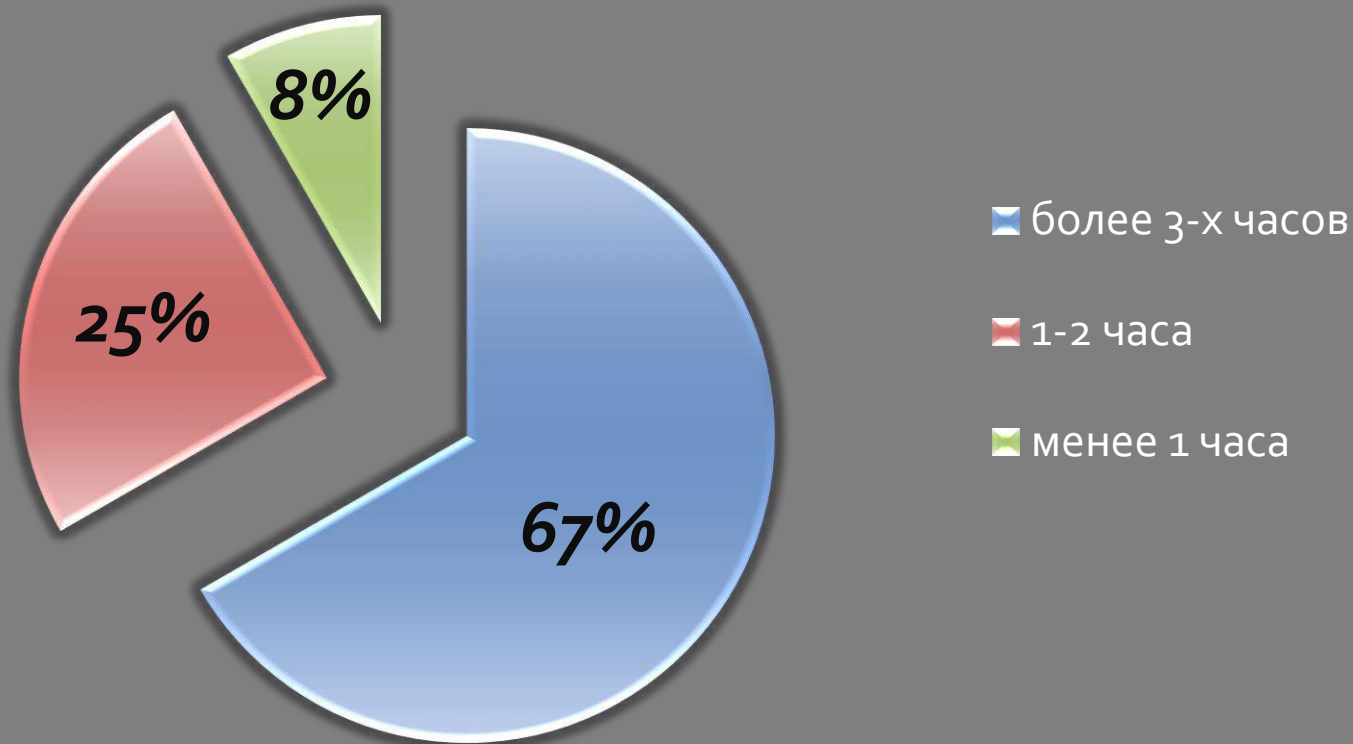
А вот стратегии как раз несут в себе пользу



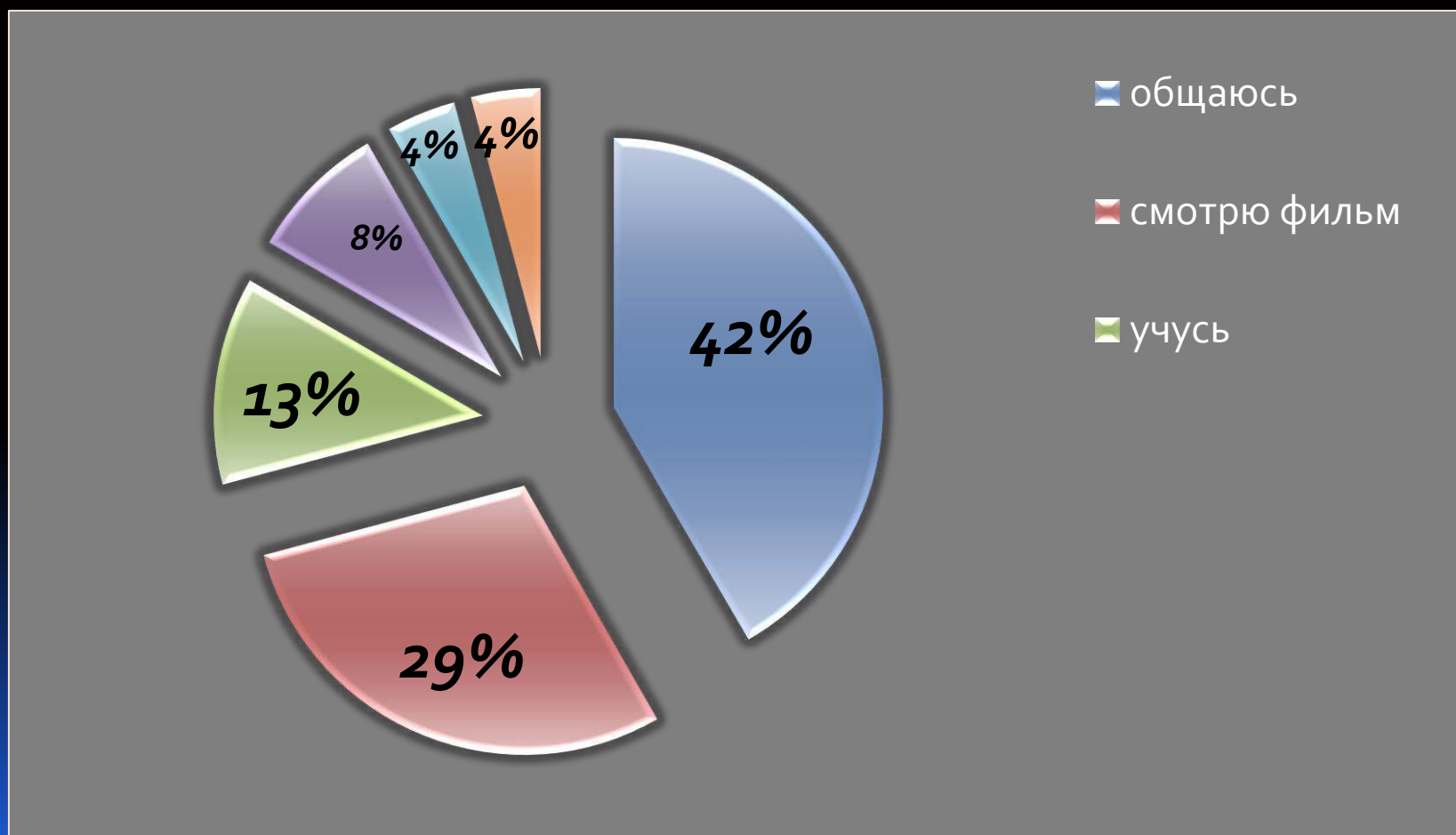
Недавно в нашей школе было проведено исследование с целью выяснить, как близко вам понятие Интернет. Результаты анкетирования, меня насторожили:



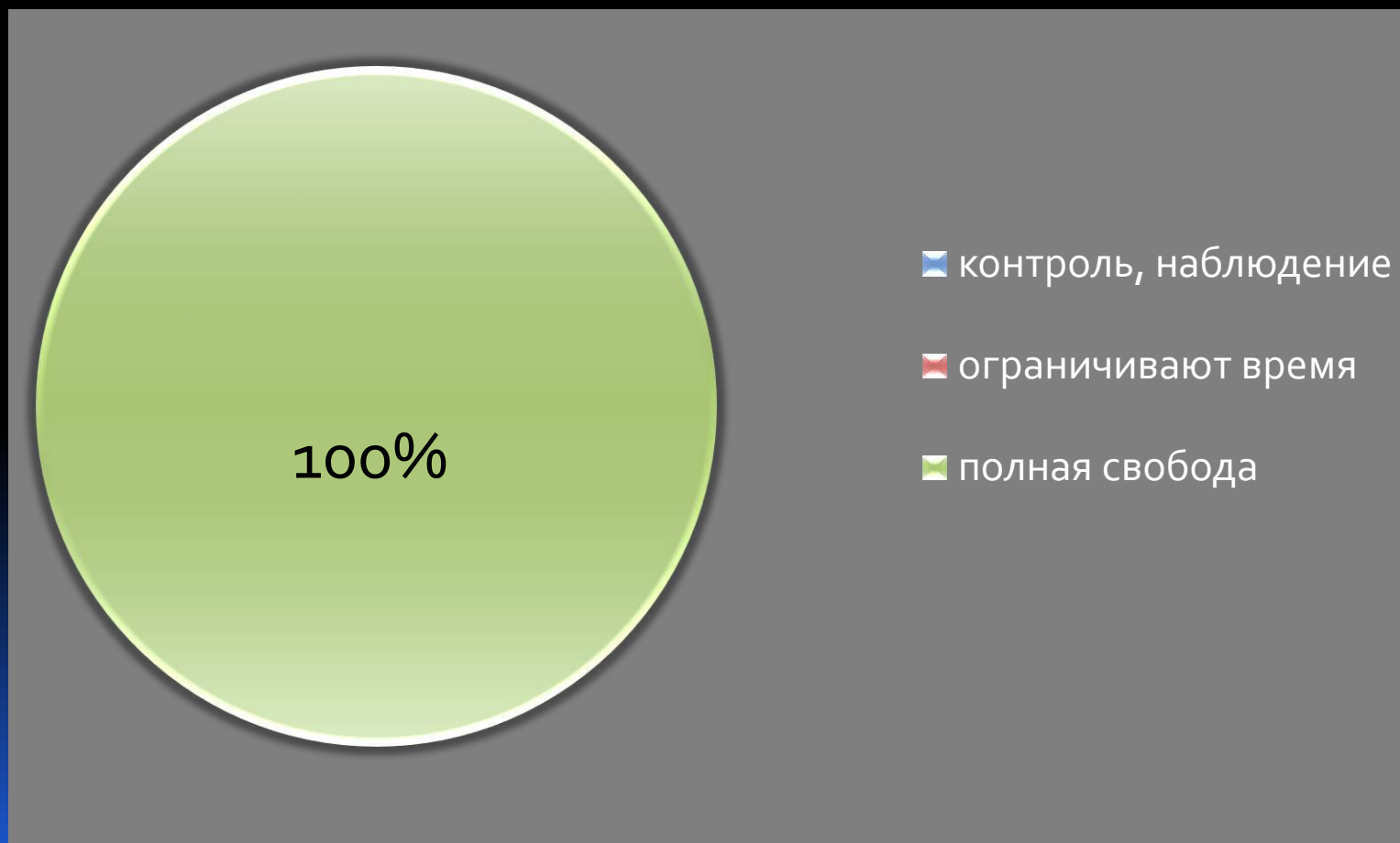
На 1 вопрос, сколько времени ты проводишь в сети, ответили:



На 2 вопрос, было очень интересно узнать, чем вы занимаетесь в Интернете:



На 3 вопрос, как родители относятся к вашей работе в сети? ответили:



Из исследования можно сделать вывод, что большинство из школьников свободно пользуются Интернетом, прежде всего для развлечения.



«Интернет – друг или враг?»





Широко известны

«ПЛЮСЫ» интернета

- ✓ **Общение без границ** и свобода слова.
- ✓ **Доступность и оперативность** получения практически любой информации.
- ✓ **Возможность получения** дополнительного дистанционного образования.
- ✓ **Обеспечение досуга** и развлечения.
- ✓ **Самореализация** и творчество.
- ✓ **Формирование информационной компетентности**, включающей умение работать с информацией: находить, получать, анализировать, систематизировать и использовать ее.



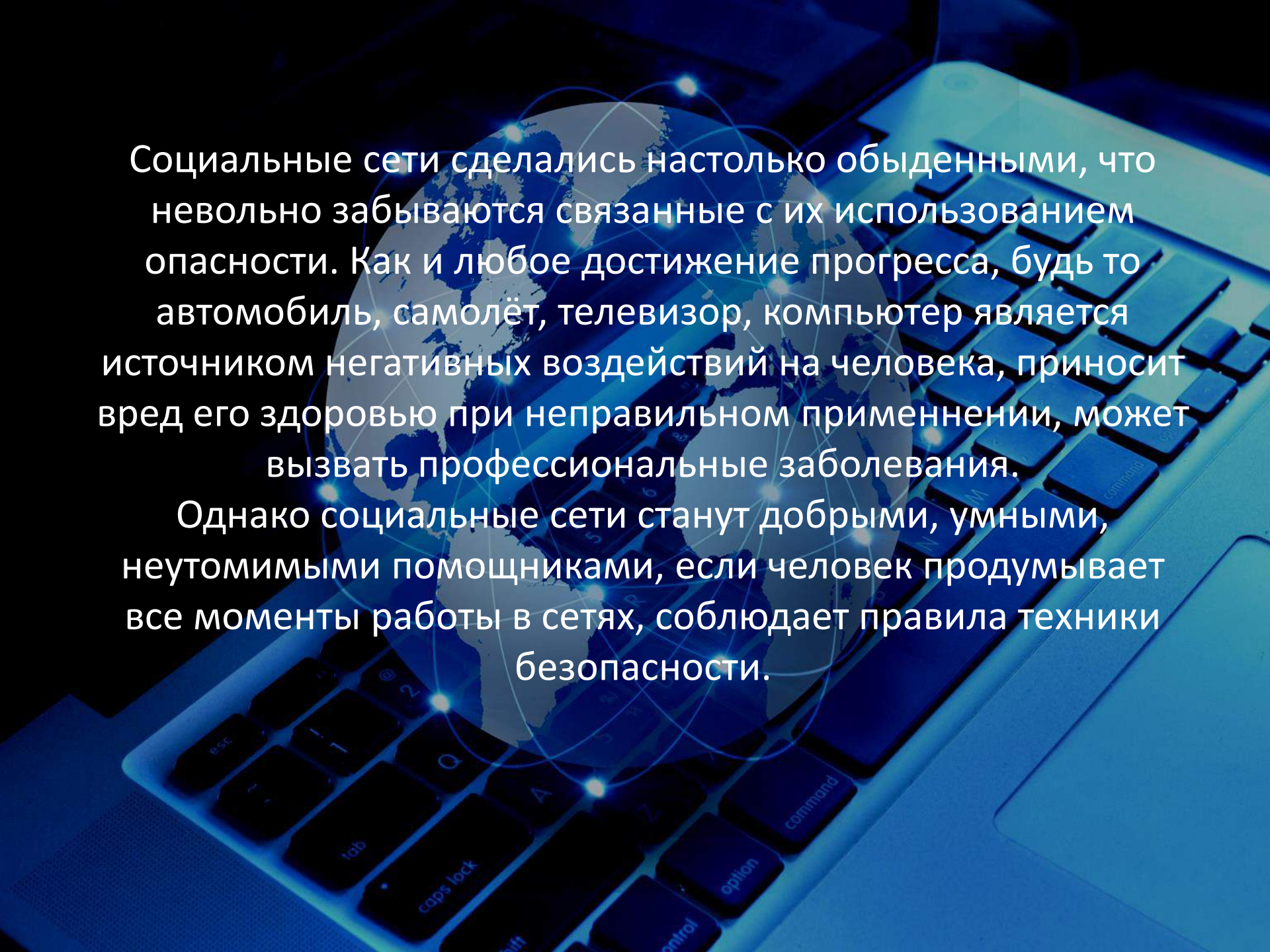


Итак, мы выявили

«МИНУСЫ» интернета

- ✓ Анонимное общение.
- ✓ Возможность доступа (в том числе детей!) к вредной информации.
- ✓ Получение и передача ложных сведений.
- ✓ Вирусы в сети.
- ✓ Несоблюдение авторских прав (плагиат).
- ✓ Формирование интернет - зависимости.
- ✓ Сетевые мошенники.





Социальные сети сделали настолько обыденными, что невольно забываются связанные с их использованием опасности. Как и любое достижение прогресса, будь то автомобиль, самолёт, телевизор, компьютер является источником негативных воздействий на человека, приносит вред его здоровью при неправильном применении, может вызвать профессиональные заболевания.

Однако социальные сети станут добрыми, умными, неотъемлемыми помощниками, если человек продумывает все моменты работы в сетях, соблюдает правила техники безопасности.

ВЫВОД:

Представить нашу жизнь без Internet, сейчас практически невозможно. И ни для кого не секрет, что социальные сети всё больше поработают человека. Что они в себе несут – добро или зло – мы считаем, ответ на этот вопрос каждый должен дать себе сам.



Альтернативы социальным сетям

- © Дружеское общение с родителями.
- © Занятия спортом, рукоделием, творчеством.
- © Тренировать силу воли, твердость характера!
- © Уделяйте больше внимания реальной жизни и ее проблемам!

Что такое «безопасный интернет»

Основные правила

Вы должны это знать:

- **Не** желательно размещать персональную информацию в Интернете. Персональная информация — это номер вашего мобильного телефона, адрес электронной почты, домашний адрес и фотографии вас, вашей семьи или друзей.
- **Если** вы публикуете фото или видео в интернете — каждый может посмотреть их.
- **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
- **Помните**, что виртуальные знакомые могут быть не теми, за кого себя выдают.
- **Если** рядом с вами нет родственников, не встречайтесь в реальной жизни с людьми, с которыми вы познакомились в Интернете. Если ваш виртуальный друг действительно тот, за кого он себя выдает, он нормально отнесется к вашей заботе о собственной безопасности!
- **Никогда не** поздно рассказать взрослым, если вас кто-то обидел.

«Релаксация».

Закройте глаза и вспомните приятные моменты нашего занятия.

Я рада, что на протяжении всего занятия вы были внимательны.

Я хочу, чтобы все, кто работал хорошо – улыбнулись мне, а кто чувствует в себе потенциал работать еще лучше – поаплодировали себе.



Корзинка настроения



