



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.

Специалисты утверждают, что Интернет вызывает привыкание, сравнимое с героиновой наркоманией, причем в отличие от других форм болезненных зависимостей, интернет – аддикции подвержены в первую очередь женщины и дети — подростки. Детская психика уязвимее взрослой, и любые формы зависимости возникают быстрее. Время, которое ребенок проводит в сети, должно быть жестко ограничено. Родители должны вовлекать ребенка в иные формы деятельности, где присутствует азарт, конкуренция, сплоченность (например, спорт, особенно коллективный).

#### **Цель данного классного часа:**

1. обратить внимание и уберечь детей от интернет - зависимости,
2. углубить представление учащихся о влиянии компьютера на детей,
3. ознакомить с признаками зависимости от компьютера, воспитывать уважение к собственному здоровью.

#### **Задачи : познакомиться:**

1. с правилами ответственного и безопасного поведения в современной информационной среде;
2. способах защиты от противоправных посягательств в сети Интернет;
3. как критически относиться к сообщениям в СМИ (в т.ч. электронных);
4. как отличить достоверные сведения от недостоверных, как избежать вредной и опасной информации, как распознать признаки злоупотребления доверчивостью и сделать более безопасным свое общение в сети Интернет;
5. как общаться в социальных сетях (сетевой этикет), не обижая своих виртуальных друзей, и избегать выкладывать в сеть компрометирующую информацию или оскорбительные комментарии и т.д.

#### **Ход классного часа**

Интернет, как и все в жизни, имеет две стороны — черную и белую. Помимо преимуществ, интернет принес определенные неудобства. Для некоторых интернет стал еще одним видом наркотика, по силе своего воздействия и привязанности не уступает алкоголю или никотину. Теперь речь идет и о виртуальной наркомании. Сегодня наряду

со взрослыми все больше детей пользуются интернетом для общения, поиска информации, игр, загрузки мультимедиа.

Уже восьмой год, в первый вторник февраля, Россия вместе с другими европейскими странами отмечает День безопасного интернета. В этот день проводятся различные акции, тренинги, целью которых является информирование детей, их родителей и учителей об интернет-угрозах. Но главным остается обучение несовершеннолетних элементарным правилам безопасного поведения в интернете.

#### Что такое «безопасный Интернет»? (ответы студентов)

1. Безопасный интернет-это «когда у тебя есть антивирус и ты качаешь все без вирусов».
2. «Безопасный интернет» — это чтобы не «вычислили» тебя и какие-то данные о тебе.
3. «Безопасный интернет» подсказывает оставлять в сетях не очень точные данные — половину своих данных, половину не своих.

Считается, что детей важно обучать цивилизованному общению с раннего возраста. Вместе с формированием общекультурных ценностей необходимо учить их пользоваться информационными средствами связи, соблюдая правила этикета и уважения свободы окружающих.

#### Контролируют ли родители ваше пребывание в сети? (ответы студентов.)

Я предлагаю рассмотреть несколько ситуаций о некоторых семьях, об их отношении к компьютеру и к сети.

1. Родители несовершеннолетнего Виктора говорят, что постоянно проводят беседы с сыном о том, как нужно вести себя в интернете, на какие сайты можно заходить, на какие нельзя и т.д. «Компьютер у сына давно, еще лет с семи, а вот к интернету подключили, недавно. Кроме того, мы стараемся ограничить время работы за компьютером, чтобы ребенок не был от него зависим. И Виктор относится к этому нормально».

#### Родители Виктора сделали достаточно для того, чтобы уберечь своего ребенка? (ответы студентов)

2. Александру, по его словам, родители ничего не рассказывали, так как и компьютер, и интернет у него уже давно. Он самостоятельно овладел культурой пользования всемирной паутиной. Родители Александра знают, что он общается в интернете только с теми, кого знает лично. Такую информацию, как телефон, домашний адрес, не пишет — это опасно.

Правильно ли делают родители Александра, не объясняя ему о влиянии сети? (ответы студентов)

Мама семилетнего Кирилла взвешенно относится к пользованию компьютером и интернетом своим сыном. Она пытается как можно больше отлучать его от компьютера, потому что чрезмерное увлечение им имело печальные последствия в их отношениях. Безопасный интернет для нее — тот интернет, который иногда контролирует кто-то из взрослых в их семье, кто имеет представление о настройках.

Правильно ли делает мама Кирилла? (ответы студентов)

4. Отец восьмилетней Насти считает, что дети бесконтрольно пользуются интернетом там, где родители безответственно относятся к своим потомкам, мотивируя свой эгоизм занятостью на работе. Его дочь еще не пользуется интернетом, но телевизор, в принципе, не менее небезопасен, так он запрещает часто и долго смотреть мультфильмы. Он считает, что современное поколение несдержанное, им хочется всего и сразу — это неправильно. «Мы были счастливее, хотя не имели ни мобильных, ни компьютеров — мы больше общались в реальной жизни, а не в виртуальной».

Интернет — это угроза или помощь? (ответы студентов)

Проблема интернет-зависимости выявилась с возрастанием популярности сети Интернет. Некоторые люди стали настолько увлекаться виртуальным пространством, что начали предпочитать Интернет реальности, проводя за компьютером до 18 часов в день. Резкий отказ от Интернета вызывает у таких людей тревогу и эмоциональное возбуждение. Психиатры усматривают схожесть такой зависимости с чрезмерным увлечением азартными играми. Официально медицина пока не признала интернет-зависимость психическим расстройством, и многие эксперты в области психиатрии вообще сомневаются в существовании интернет-зависимости или отрицают вред от этого явления. мире

1. Навязчивый веб-серфинг— бесконечные путешествия по Всемирной паутине, поиск информации.
2. Пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам— большие объёмы переписки, постоянное участие в чатах, веб- форумах, избыточность знакомых и друзей в Сети.
3. Игровая зависимость— навязчивое увлечение компьютерными играми по сети.
4. Навязчивая финансовая потребность— игра по сети в азартные игры, ненужные покупки в интернет-магазинах или постоянные участия в интернет-аукционах.

Самый простой и доступный способ решения зависимости— это приобретение другой зависимости. Любовь к здоровому образу жизни, общение с живой природой, творческие прикладные увлечения, такие, как рисование, как правило, выводят человека из зависимости. Сравнение интернета с наркотиком многим кажется абсурдным. Но в последнее время мы все чаще слышим в разговорах, что кто-то постоянно играет в on-line- игры, сидит « Вконтакте» или «Одноклассниках». Понять, страдаете ли вы интернет-зависимостью, поможет тест. Пройдите этот тест, отвечая на вопросы предельно честно. Оцените свои ответы на каждый из вопросов по следующей шкале:

Никогда или крайне редко-1 балл.

Иногда — 2 балла.

Регулярно — 3 балла.

Часто — 4 балла.

Всегда — 5 баллов.

Часто ли вы:

1. Замечаете, что проводите в on-line больше времени, чем планировали?
2. Пренебрегаете домашними делами, чтобы подольше побыть в сети?
3. Предпочитаете пребывание в сети общению с партнером?
4. Заводите знакомства с пользователями интернет, находясь в on-line ?
5. Раздражаетесь из-за того, что окружающие интересуются количеством времени, проведенного вами в сети?
6. Отмечаете, что перестали совершать успехи в учебе или работе, потому что слишком много времени проводите в сети?
7. Проверяете электронную почту ранее, чем сделаете что-то другое, более необходимое?
8. Отмечаете, что снижается производительность труда из-за увлечения интернетом?
9. Отмалчиваетесь, когда вас спрашивают, чем занимаетесь в сети?
9. Блокируете мысли о вашей реальной жизни, которые беспокоят, мыслями об интернете?
10. Находитесь в предвкушении очередного входа в сеть?
11. Чувствуете, что жизнь без интернета скучна, пуста и безрадостна?
12. Ругаетесь, кричите или иным способом выражаете свою досаду, когда кто-то пытается отвлечь вас от пребывания в сети?
13. Пренебрегаете сном, засиживаясь в интернете допоздна?
14. «Смакуете» тем, чем предстоит заняться в интернете, находясь в on-line ?
15. Говорите себе: «Еще минутку», сидя в сети?
16. Были ли у вас попытки сократить время, проведенное в on-line?
17. Пытаетесь скрыть количество времени, проведенного вами в сети?

18. Вместо того, чтобы пойти куда-то с друзьями, выбираете интернет?
19. Чувствуете депрессию, угнетенность или нервозность, находясь вне сети, и отмечаете то, что это состояние проходит, как только вы оказываетесь в on-line ?

Подсчитайте результаты.

20-49 баллов. Вы — мудрый пользователь интернетом. Можете путешествовать в сети очень долго, потому что умеете контролировать себя.

50-79 баллов. У вас есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением интернетом. Если вы не обратите на них внимания сейчас — в дальнейшем они могут заполнить всю вашу жизнь.

80-100 баллов. Использование интернета вызывает значительные проблемы в вашей жизни. Вам нужна срочная помощь психотерапевта.

Итак: интернет — это угроза или помощь? У нас нет задачи выявить, вы мудрый пользователь интернета, или у вас некоторые проблемы, связанные с вашим чрезмерным увлечением. Это вы сможете сделать сами. Возможно, через некоторое время. А сейчас проиграем в ситуации.

**Ситуация № 1.** Какое отношение к компьютеру и интернету в вашей семье? Приведите примеры, как ваши родители борются с господством компьютера дома.

**Ситуация № 2.** Поставьте себя на место своих родителей. Хотели бы вы, чтобы у вашего ребенка был компьютер и почему? Как вы отреагируете на требования своих детей? Поделитесь мнением, учитывая прочитанную информацию.

**Ситуация № 3.** Представьте себя взрослым человеком, имеющим семью. Разработайте стратегию, как уберечь своего ребенка от негативного воздействия интернета. (Выполнение задач.)

Эксперты считают, что социальные сети являются эффективным способом коммуникации и самовыражения для подростков и молодых людей. Кроме того, они дают возможность найти свои увлечения, единомышленников и скорость к распространению информации.

Предлагаю выработать небольшой перечень правил, с которыми стоит ознакомить ребенка. Учащиеся составляют свод правил безопасного интернета и зачитывают его.

**Заключительная часть. Рефлексия.**

Заботьтесь о себе и своих родителях, уделяйте им должное внимание, будьте с ними откровенными и тогда всемирная сеть станет помощником для вас и вашей семьи, а не угрозой. А теперь подведём итоги нашего классного часа .У вас на столе лежат три картинки. Выберите и положите перед собой ту, которая соответствует вашему настроению.