

Классный час
для учащихся 2-4 классов
«Безопасный Интернет детям»

Цель: Познакомить учащихся с опасностями, которые подстерегают их в сети Интернет и помочь избежать эти опасности; профилактика заболеваний, связанных с работой на компьютере

Задачи:

- познакомить с правилами ответственного и безопасного поведения в современной информационной среде;
- сформировать у учащихся понятие о принципах безопасного поведения в сети Интернет.

Оборудование:

Иллюстрации, памятки по безопасному поведению в Интернете, видеоролики, компьютер

Ход занятия

I. Организационный момент.

II. Самоопределение к деятельности.

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 ж...
(Интернет)

Сегодня мы поговорим об Интернете: выясним - что такое Интернет, назовем положительные и негативные его стороны, определим основные виды опасностей, подстерегающих детей в сети Интернет и составим правила безопасного пользования Интернетом.

III. Что мы знаем об Интернете.

Учитель. Что такое Интернет?

1 ученик. Интернет – обширная информационная система, которая стала наиболее важным изобретением в истории человечества. Хотя сеть интернет построена на основе компьютеров, программ и линий связи, в действительности она представляет собой систему взаимодействия людей и информации.

2 ученик. Интернет - это всемирная электронная сеть информации, которая соединяет всех владельцев компьютеров, подключенных к этой сети. Сеть Интернет представляет собой информационную систему связи общего назначения. Получив доступ к сети, можно сделать многое.

3 ученик. При помощи Интернета можно связаться с человеком, который находится, например, в Австралии или Америке. Если компьютер вашего друга подключен к Интернету, вы можете переписываться с ним при помощи электронной почты, общаться с ним в «чатах» и даже видеть своего собеседника.

4 ученик. В Интернете собрана информация со всего мира. Там можно отыскать словари, энциклопедии, газеты, произведения писателей, музыку. Можно посмотреть фильмы, теле- и радиопередачи, найти массу программ для своего компьютера.

5 ученик. Что касается Интернета, то кроме чатов там есть форумы, где обсуждаются серьезные вопросы и где можно высказать свою точку зрения. Так что Интернет дает очень большие возможности для самоутверждения, самовыражения.

1. Что такое компьютер и Интернет? (ответы учащихся)

Отгадаем загадки:

1. Он рисует, он считает
Проектирует заводы,
Даже в космосе летает
И даёт прогноз погоды.
Миллионы вычислений
Может сделать за минуту
Догадайтесь, что за гений?
Ну, конечно же ...(компьютер)

2. На столе стоит сундук
В сундуке окошко,
Можно видеть чудеса,
Если знать немножко.(монитор)

3. На доске по строчке
Разместились кнопочки
Догадайтесь мальчики
Как здесь тыкать пальчиком?(клавиатура)

4. То-то радость, то-то смех
На бумаге, без огрех,
Из какой коробки лезет
Текст на удивленье всех?(принтер)

5. По ковру зверек бежит,
То замрет, то закружит, Коврика не покидает, Что за зверь, кто угадает?(мышка)

6. Как смогли вести беседу
Два часа после обеда
Три подружки, из Норильска,
Озерков и Сан-Франциско?(по Интернету)

7. Чудо-юдо чемодан
Лампа, кнопка да карман.
Он окутан проводами
Словно город Амстердам.(ноутбук)

8. Это что за вертолет
Не отправится в полет?
Его дело не летать,
А
считать, считать, считать...

9. Если что-то отключить,
То компьютер замолчит, Тугоухий, как медведь –
Ничего не сможет спеть.(колонки)

Учитель:

- А о чем речь в загадках?
- У вас есть компьютер дома?
- Вы посещаете интернет?

Заранее подготовленные учащиеся читают четверостишия.

1. Не умею я писать, Не могу ещё читать,

Но зато я научился
На компьютере играть.

2. Засветился монитор,
Мышкой двигаю курсор.
Для игры и чудо-сказок
Открывается простор.

3. Не понять бабуле, нет,
Что такое Интернет.
Я и сам пока не знаю,
Не могу ей дать ответ...

4. Папа учит: «Знай сынок,
Мир огромен и широк.
Обойти его ногами

Никогда бы ты не смог.

5. Но идёт такой прогресс!
В нём – всеобщий интерес,
А компьютерные игры –
Лишь начало для чудес.

6. В ногу с временем шагай!
От него не отставай.
Файлы, сайты, мегабайты
Потихоньку изучай».

7. Что за трудные слова!
Даже пухнет голова.
И такое ощущение –
В ней не мысли, а трава.

8. Я, конечно, ещё мал.
Кем я стану – не мечтал,
Но осваивать компьютер
Папе твёрдо обещал.

9. Без компьютера нельзя.
И ворчит бабуля зря.
Сидя дома, всю планету
Я исследую, друзья!

10. Скачет на скакалочке
соседка наша Аллочка,
Миша в мяч играет ловко,
у него уже сноровка.

11. За рояль уселась Ира,
только Вовочка молчит.
За компьютером сидит,
а зачем ему рыбалка?
Мячик, удочка, скакалка,
он во двор к нам не придёт
Всё в компьютере найдёт.

Сценка:

Ученик сидит за компьютером, имитирует работу на нем.
Автор: Как окаменевший сидит Витя опять перед компьютером. Во время своего любимого занятия он едва замечает, как пролетает время – час за

часом, час за часом. И тут случилось кое-что. Вдруг он слышит слабые голоса, которые становятся все сильнее.

Сердце: Откуда должно я брать силу, если ты висишь на мне грузом?

Легкие: Нам нужен свежий воздух!

Мозг: Я устал от твоей информации.

Витя: Этого не может быть! Что вы хотите?

Сердце: Движения!

Позвоночник: Занимайся спортом!

Витя: О, нет! Только не спорт! Бег, пот, всегда эта отвратительная боль в мышцах.

Только не со мной! Ни за что!

Позвоночник: Долгое сидение на одном месте искривляет спину. Крепкие хорошо тренированные мускулы поддерживают меня.

Мозг: На уроках физкультуры или в уличном движении у менее подвижных детей чаще бывают несчастные случаи.

Сердце: Движение делает меня сильным. Я накачиваю кровь через твои артерии. Питательные вещества и кислород с кровью проникают во все части твоего тела.

Мозг: Я тоже нуждаюсь в свежем кислороде, чтобы я мог работать.

Витя: Что это со мной происходит? Кажется, мне пора отдохнуть. Пойду, погуляю.

Обсуждение проблемы: какой вред может нанести компьютер детскому организму?

Ученик:

Посмотрим на себя со стороны?

На себя и на других таких же как и мы

Нам компьютер друг,

И никто не может тут

Без него и дня прожить и даже двух минут.

Мы с компьютером сдружились.

Многому мы научились.

Ты помощник наш на все года.

Ведь компьютер — это сила,

Ум, наука, перспектива,

Помогает думать нам всегда.

1 слайд

Учитель: Вы, наверное, уже догадались, что речь сегодня пойдет о компьютере и интернете. В наше время компьютеры так глубоко проникли во все сферы нашей жизни, что жизнь без этой умной машины сложно себе представить. Мы все живем в мире, где компьютер - такая же привычная вещь, как телевизоры, автомобили, электрическое освещение. То, что нам, взрослым совсем недавно казалось чудом техники, для вас, детей, – вовсе не чудо, а просто любопытная вещь, с которой можно возиться как со всякой новой игрушкой. Однако в последнее время встает волнующий всех вопрос о

влияние компьютера на здоровье человека, а ребенка в особенности. Вот именно поэтому, ваши родители, приобретая компьютер – вещь, вне сомнения, очень полезную - должны понимать, что на них ложится ответственность за то, пользу или вред принесёт вам компьютер. Вот это мы сегодня и будем с вами выяснять: какая же от компьютера польза и какой вред здоровью он может принести, как обезопасить себя в интернете. И темой нашего классного часа будет «Дети и компьютер. Безопасность в сети интернет». Действительно, ребята, компьютер – вещь очень полезная. В чем его польза?

(ответы детей)

2 слайд

Учитель: Правильно ребята. Компьютер дает нам много информации для составления разнообразных документов (заявлений, рефератов, докладов, письменных обращений и т.д.); помогает нам узнать о новейших технологиях в различных областях нашей жизни: в науке, культуре, образовании и т.д. Занятия на компьютере развивают память, мышление. Ну, допустим, вы играете. В компьютерных играх необходимо запоминать уровни, имена героев, ориентироваться по карте и быстро принимать решения. В процессе игры развивается моторная координация ребенка и мелкая мускулатура руки: ведь в любых играх вам необходимо нажимать на клавиши клавиатуры, манипулировать с мышью. А значит, совершенствуется совместная деятельность нескольких анализаторов: я подумал - соотнес с видимым на экране - нажал на кнопку или пошевелил мышкой - получил результат, видимый на мониторе. Компьютер может стать помощником, учебным пособием для ребенка. Он развивает его творческие способности, открывает перед ним огромный, интересный мир. В этом случае положительное влияние компьютера зависит от индивидуальных особенностей: к примеру, одни дети начинают быстрее изучать языки, а другие - замечательно рисовать. К тому же, есть хорошие развивающие компьютерные игры для детей – а это отличный способ чему-то научиться, а умение пользоваться Интернетом может стать хорошей школой общения, и кроме того вы научитесь искать и отбирать нужную вам информацию. Может быть и такое, что кто-то увлечется техникой, овладеет компьютером в совершенстве, сможет починить компьютер, если он сломается и в дальнейшем станет специалистом в ремонте компьютеров! А может быть, кто-то так увлечётся компьютерными программами или чатами, форумами, что захочет освоить программирование и написать сам программу! И выучится! И напишет! И станет высокооплачиваемым программистом! Как мы видим, ребята, компьютер – вещь очень полезная и интересная. Но это одна сторона, которую мы знаем. Но есть еще и другая.

3 слайд

Чтобы компьютер приносил только пользу, необходимо правильно обустроить свое рабочее место. Во-первых, оно должно быть хорошо освещено, но не так, чтобы на монитор попадали блики от лампы или прямой солнечный свет. Стол, за которым вы сидите, должен подходить вам по

росту. Ваши ноги не должны «болтаться», лучше подставить под ноги подставку. Монитор должен располагаться на расстоянии 60 см., это расстояние вытянутой руки. Врачи советуют ежедневно проводить в комнате с компьютером влажную уборку и проветривание, а ещё неплохо держать в комнате аквариум, который более полезен, чем кактус у монитора якобы впитывающий вредное излучение.

(ЧТЕНИЕ УЧАЩИМИСЯ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ТРЕБОВАНИЙ ПРИ РАБОТЕ НА КОМПЬЮТЕРЕ)

Как и все приборы потребляющие электроэнергию, компьютер испускает электромагнитное излучение. Компьютер является самым опасным источником электромагнитного излучения. Считается, что электромагнитное излучение может вызвать расстройства нервной системы, снижение иммунитета, расстройства сердечнососудистой системы. Чтобы защитить себя от электромагнитного излучения необходимо монитор поставить в угол, так, чтобы излучение поглощалось стенами. И если вы не работаете на компьютере, не оставляйте его надолго включенным.

При работе за компьютером глаза находятся в постоянном напряжении, и со временем это может привести к снижению зрения и даже вызвать некоторые заболевания. И чтобы этого не случилось, необходимо также знать некоторые правила. Как мы уже сказали, монитор должен находиться на расстоянии не менее 60 см. от глаз (расстояние вытянутой руки), его верхняя точка должна находиться не ниже прямого взгляда (смотря прямо, вы видите верхний край монитора). Рабочее место должно быть достаточно освещенным, для того чтобы хорошо видеть остальные предметы с которыми вы работаете. При работе одновременно с книгой и монитором желательно, что бы они находились на одной высоте, для этого приобретите подставку для книг. Естественно как можно чаще прерывайте работу и давайте глазам отдохнуть (желательно каждые полчаса делать 10-15 минутный перерыв), причем, если с монитора переключиться на телевизор толку будет мало. Кроме того вы можете сделать простые упражнения.

Упражнения для глаз.

1. Зажмурьте глаза на ~ 10 секунд
2. Быстро моргайте в течении ~5-10 сек.
3. Сделайте несколько круговых движений глазами.

Если вы долго находитесь за компьютером, есть возможность развития искривления позвоночника. Одной из причин развития искривления позвоночника является не соблюдение правильной осанки. Таким образом, если вы и в школе за партой и дома за компьютером не сидите прямо, вполне можете приобрести искривление позвоночника. Надо отметить то что, искривление позвоночника может впоследствии привести к нарушению работы внутренних органов, что в последствии скажется на его здоровье.

Профилактика заболеваний позвоночника.

Для профилактики искривлений позвоночника следует:

1. Постоянно следить за своей осанкой, оптимально организовать своё рабочее место.

2. Как можно чаще прерывать нахождение в одной позе, вставать из-за стола, двигаться.

3. По возможности заниматься спортом, делать зарядку и т.д.

Заболевания органов дыхания, развивающиеся из-за долговременной работы с компьютером, имеют в основном аллергический характер. Это связано с тем, что во время долгой работы компьютера корпус монитора и платы в системном блоке нагреваются и выделяют в воздух вредные вещества.

Профилактика заболеваний органов дыхания.

1. Как можно чаще делайте влажную уборку помещения и проветривайте его.

2. Для увеличения влажности можно ставить открытую емкость с водой. Например, аквариум с рыбками.

3. После покупки компьютера, желательно включить и оставить его на несколько часов в проветриваемом помещении, так как новые платы и новый пластик из которого сделан корпус монитора при нагревании выделяют очень большое количество вредных веществ.

Длительная работа за компьютером связана с постоянным раздражением из-за разных ситуаций. Наверное, нет такого человека у которого ни когда не зависал компьютер с потерей не сохраненной информации, не было проблем с какими либо программами, с первого дозвола не можете войти в Интернет и т.д.

Таким образом, вы получаете психическую неуравновешенность.

Профилактика нервных расстройств:

1. Постарайтесь сделать так, что бы при работе компьютер давал как можно меньше сбоев и меньше раздражал вас. Например: структурируйте информацию для того что бы её было легко найти, почаще чистите мышку что бы не бесил непослушный курсор, настройте компьютер так, чтобы каждые 5 минут он сохранял информацию и т.д.

2. В интернете не ждите долго загрузки страницы, посмотрите в это время другую, на которой сможете найти нужную вам информацию.

3. Как можно чаще прерывайте работу с компьютером, по возможности проводите больше времени на улице.

Боль в руках, особенно в кисти правой руки, вызванная долгой работой за компьютером приобрела название синдрома запястного канала. Причиной возникновения боли является защемление нерва в запястном канале.

Причиной же защемления нерва является постоянная нагрузка на одни и те же мышцы.

Для профилактики синдрома запястного канала следует позаботиться о хорошем обустройстве своего рабочего места, как можно чаще прерывать работу и выполнять небольшой комплекс упражнений для рук.

Упражнения для рук.

Чем чаще вы будете прерываться для выполнения упражнений, тем больше они принесут пользы.

1. Встряхните руки.

2. Сжимайте пальцы в кулаки (~10 раз)

3. Вращайте кулаки вокруг своей оси. 4. Надавливая одной рукой на пальцы

другой руки со стороны ладони, как бы выворачивая ладонь и запястье наружу.

4 слайд

Учитель: Итак, ребята, как мы видим, компьютер – очень полезная, интересная и умная машина. Кем будет компьютер в вашей жизни, добрым помощником или монстром, который разрушает вашу жизнь и здоровье, зависит от вас и ваших родителей.

Вопросы для детей:

1. Есть ли у тебя дома компьютер?
2. Кто на нем работает дома?
3. Сколько времени ты проводишь за компьютером?
4. Тебя контролируют родители или ты проводишь за компьютером неограниченное время?
5. Что ты умеешь делать на компьютере?
6. Какие компьютерные обучающие программы тебе известны?
7. Что тебя привлекает в работе на компьютере?
8. Что тебе не нравится в общении с компьютером?
9. Чувствуешь ли ты усталость после работы за компьютером?

Учитель: Исходя из ваших ответов, мы видим, что в основном вы играете на компьютере, вас привлекают игры, многие ученики нашего класса проводят неограниченное время за компьютером, т.к. со стороны родителей нет контроля, вы раздражаетесь, что компьютер «зависает» и многое другое. Надеюсь, после сегодняшнего нашего разговора вы будете более внимательны к своему здоровью, ограничите себя во времени работы за компьютером, постараетесь проводить профилактику различных заболеваний. А чтобы вы не забыли, о чем мы сегодня говорили, я раздам вам памятки (приложение 1) по профилактике заболеваний при работе за компьютером.

IV. Безопасность в сети Интернет

ПОКАЗ ВИДЕОРОЛИКОВ

Учитель: А теперь мы проведём викторину по безопасности в сети Интернет, посмотрим. Знаете ли вы какие опасности могут вас поджидать и как их избежать.

РАБОТА С ВИКТОРИНОЙ (**презентация**)

Беседа.

-Какие опасности могут подстергать детей в Интернете?

2) Недостатки Интернета.

Учитель.

Интернет - технологии стали неотъемлемой частью жизни современного человека, особенно популярны они среди детей и молодежи. Однако виртуальное пространство полно опасностей. Угрозы, хулиганство, вымогательство, неэтичное и агрессивное поведение – все это нередко можно встретить.

Виртуальное общение.

Еще одна опасность подстерегает любителей чатов. Виртуальное общение не может заменить живой связи между людьми. Человек, погрузившийся в вымышленный мир под чужой маской, постепенно теряет свое лицо, теряет и реальных друзей, обрекая себя на одиночество.

Интернет-хулиганство.

Так же как и в обычной жизни, в Интернете появились свои хулиганы, которые осложняют жизнь другим пользователям Интернета. По сути, они те же дворовые хулиганы.

Вредоносные программы.

К вредоносным программам относятся вирусы, черви и «троянские кони» – это компьютерные программы, которые могут нанести вред вашему компьютеру и хранящимся на нем данным.

Недостоверная информация.

Интернет предлагает колоссальное количество возможностей для обучения, но есть и большая доля информации, которую никак нельзя назвать ни полезной, ни надежной. Пользователи Сети должны мыслить критически, чтобы оценить точность материалов; поскольку абсолютно любой может опубликовать информацию в Интернете.

Материалы нежелательного содержания.

К материалам нежелательного содержания относят: материалы порнографического, ненавистнического характера. Материалы, которые распространяют идеи насилия, жестокости, ненормативную лексику.

V. Правила безопасности в Интернете.

Чтобы интернет стал нам настоящим другом и приносил только пользу и радость, нужно знать несколько несложных, но очень важных правил.

Самое главное правило пользователя интернета — Будь внимателен и осторожен!

Мы хотим, чтоб интернет

Был вам другом много лет!

Будешь знать семь правил этих —

Смело плавай в интернете!

1 правило: Спрашивай взрослых.

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

«Если что-то непонятно

страшно или неприятно,

Быстро к взрослым поспеши,

Расскажи и покажи.»

2 правило: Установи фильтр.

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

«Как и всюду на планете,
Есть опасность в Интернете.
Мы опасность исключаем,
Если фильтры подключаем.»

3 правило: Не открывай файлы.

Не скачивай и не открывай неизвестные тебе или присланные незнакомцами файлы из Интернета. Чтобы избежать заражения компьютера вирусом, установи на него специальную программу — антивирус!

«Не хочу попасть в беду —
Антивирус заведу!
Всем, кто ходит в Интернет,
Пригодится наш совет.»

4 правило: Не спеши отправлять SMS.

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.

«Иногда тебе в Сети
Вдруг встречаются вруны.
Ты мошенникам не верь,
Информацию проверь!»

5 правило: Осторожно с незнакомыми.

Не встречайся без родителей с людьми из Интернета вживую. В Интернете многие люди рассказывают о себе неправду.

«Злые люди в Интернете
Расставляют свои сети.
С незнакомыми людьми
Ты на встречу не иди!»

6 правило: Будь дружелюбен.

Общаясь в Интернете, будь дружелюбен с другими. Не пиши грубых слов! Ты можешь нечаянно обидеть человека, читать грубости так же неприятно, как и слышать.

«С грубиянами в Сети
Разговор не заводи.

Ну и сам не оплошай —
Никого не обижай.»

7 правило: Не рассказывай о себе.

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

«Чтобы вор к нам не пришёл,
И чужой нас не нашёл,
Телефон свой, адрес, фото
В интернет не помещай
И другим не сообщай.»

Наш классный час подходит к концу. Помните, что интернет — это полезное и прекрасное средство в помощи обучения, общения или отдыха. Но не стоит забывать о том, что и виртуальный мир несет в себе не только положительное, но и отрицательное. Учитесь правильно и с пользой пользоваться бесконечными возможностями всемогущим интернетом.

VI. Итог занятия. Рефлексия.

Учитель. А теперь подведём итоги нашего занятия. У вас на столе лежат три цвета (красный, желтый, зеленый). Выберите и положите перед собой ту, которая соответствует вашему настроению.

Занятие понравилось. - Узнал много нового.

Занятие понравилось. - Понял, какие опасности есть в Интернете.

Занятие понравилось. - Правила безопасного поведения в Интернете буду соблюдать.