

	Министерство образования и науки Республики Бурятия
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»
	2.6. Воспитательная работа
СК-ВР-2.6.-17	Разработка классного часа

Рассмотрено на заседании МО
Классных руководителей
Протокол № _____
_____ М.А.Симонова
«__» _____ 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по ВР
«__» _____ 2017 г.
_____ О.Н. Зубакова

Методическая разработка классного часа
классного руководителя
группы 15-1
специальности 13.02.01.
«Тепловые электрические станции»

Соболева Татьяна Андреевна

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр № _____	Разработка классного часа	2	15

Классный час «Социальные сети: за и против...»

Цели: формировать у подростков навыки адекватного общения, в том числе и в социальных сетях; развивать умения безопасного использования сети Интернет, помочь студентам осознать влияние позитивного общения на их здоровье и успешность в учебе, работать над развитием коммуникативных компетенций.

Оборудование: мультимедийная установка, схематичное изображение компьютера, листы бумаги

Преподаватель:

Здравствуйте, ребята! Я и сама являюсь активным пользователем социальных сетей. Поэтому, тема, о которой мы будем сегодня говорить и для меня небезразлична.

Ребята, ответьте, пожалуйста, на мои вопросы, используя «светофор».

- Испытываете ли вы удовольствие от работы за компьютером?
- Злитесь ли вы на тех, кто отвлекает вас от компьютера?
- Случалось ли вам забывать о времени во время игры за компьютером?
- Являетесь ли вы пользователем социальных сетей?
- Откладываете ли вы важные дела ради общения в Интернете?

(При ответах используется светофор. Преподаватель, заранее раздает студентам подготовленные и вырезанные им заранее разноцветные кружочки, которые имеют три цвета - желтый, зеленый, красный)

Примерно такие вопросы задают психологи, когда хотят убедиться, страдает ли человек компьютерной зависимостью. Я задала эти вопросы, чтобы вы посмотрели на себя со стороны, критически оценили свое отношение к компьютеру.

Положительный ответ на все эти вопросы должен заставить вас насторожиться.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
	Разработка классного часа	3	15
Экземпляр № _____			

Социальная сеть - это интерактивный веб-сайт, контент которого наполняется самими участниками сети. Сайт представляет собой среду, позволяющую общаться группе пользователей, объединенных общим интересом. К ним относятся и тематические форумы, особенно отраслевые которые активно развиваются в последнее время. Социальные сети затягивают всё больше людей.

Давайте, поиграем в игру «Сеть».

Несколько (5) ребята встают в круг, выбираем ведущего он отворачивается, участники берутся за руки и, не расцепляясь, запутываются, ведущий пытается распутать всех.

Какой вывод можно сделать из этой игры? (В сеть легко попасть, но трудно выпутаться).

Греческий философ и математик Архимед сказал: "Дайте мне точку опоры, и я переверну мир". Сегодня мы с уверенностью можем сказать: Интернет - это та точка опоры, которая перевернула мир культуры и образования.

Безусловно, Интернет - это величайшее и удивительное изобретение, при помощи которого человечество совершило огромный скачок в будущее. Но ведь, многие со мной согласятся, что в социальных сетях много информации, которая может быть опасна человеку.

Скажите, ребята, кто из вас твёрдо уверен, что социальные сети приносят пользу? Вызывается один студент.

Ребята, а кто из вас, считает, что социальные сети приносят пользу?

Вызывается один студент.

Может ли виртуальное общение, виртуальный мир заменить мир реальный, общение с друзьями?

Ответы обучающихся.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр № _____	Разработка классного часа	4	15

А какие опасности могут подстергать людей в Интернете?

Ребята, с какой целью лично вы используете возможности Интернет?

Я вижу, что вы используете только плюсы сети и можете посоветовать другим, как правильно это делать.

Внесите предложения в Кодекс грамотного пользователя Сети.

Я попрошу записать свои предложения на листочках.

Прочитайте, что у нас получилось.

Есть такое выражение: «Компьютер - это резонатор того интеллекта, с которым человек к нему обращается». *(Каждый использует сети по-своему)*

Как вы понимаете эту фразу?

Предлагаю провести упражнение: «Приветствие без слов».

За 2 минуты приветствуйте как можно больше людей в классе. Делайте это молча, без слов. При этом используйте каждый способ только один раз. Для следующего приветствия придумайте новый способ. (Обучающиеся выполняют упражнение.)

*Сколько людей удалось поприветствовать?

*Что сложнее: выдумать новые способы приветствия или их продемонстрировать?

*Ощутил ли кто-то дискомфорт? На каком этапе это произошло? (Ответы обучающихся.)

Классный руководитель. Практически это упражнение помогает снять психологическое напряжение и ведет к свободному общению. Общаясь в интернете, люди используют вспомогательные слова, символы, смайлики. Каждый вкладывает в них свое значение, которое может быть непонятным для других участников. Но с появлением новых on-line-возможностей увеличивается и количество угроз.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр № _____	Разработка классного часа	5	15

*Что же может случиться в реальной жизни через беззаботное виртуальное поведение ребенка?

*Слышали ли вы когда-нибудь о понятии «безопасный интернет»?

*Учат ли вас родители on-line-этикету? (Ответы обучающихся.)

Классный руководитель. Уже несколько лет, 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»?

Обучающиеся:

-Безопасный интернет - это «когда у тебя есть антивирус и ты качаешь все без вирусов».

- «Безопасный интернет» — это чтобы не «вычислили» тебя и какие-то данные о тебе.

- «Безопасный интернет» подсказывает оставлять в сетях не очень точные данные — половину своих данных, половину не своих.

Классный руководитель. 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 обучающихся.)

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

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр № _____	Разработка классного часа	6	15

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 обучающихся.)

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 обучающихся)

3. Мама тринадцатилетнего 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 обучающихся)

4. Отец пятнадцатилетней 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

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
	Разработка классного часа	7	15
Экземпляр № _____			

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 обучающихся)

Классный руководитель. 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. Можно определить интернет-зависимость как нехимическую зависимость—навязчивую потребность в использовании Интернета, сопровождающуюся социальной дезадаптацией и выраженными психологическими симптомами. По данным различных исследований, интернет-зависимыми сегодня являются около 10 % пользователей во всём мире. Российские психиатры считают, что сейчас в нашей стране таковых 4—6%. Несмотря на отсутствие официального признания проблемы, интернет- зависимость уже принимается в расчёт во многих странах мира.

Например, в Финляндии молодым людям с интернет-зависимостью предоставляют отсрочку от армии.

Основные 5 типов интернет-зависимости таковы:

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр № _____	Разработка классного часа	8	15

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.
5. Киберсексуальная зависимость— навязчивое влечение к посещению порносайтов и занятию киберсексом.

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 « В контакте» 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.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр № _____	Разработка классного часа	9	15

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?
10. Блокируете мысли о вашей реальной жизни, которые беспокоят, мыслями об интернете?
11. Находитесь в предвкушении очередного входа в сеть?
12. Чувствуете, что жизнь без интернета скучна, пуста и безрадостна?
13. Ругаетесь, кричите или иным способом выражаете свою досаду, когда кто-то пытается отвлечь вас от пребывания в сети?
14. Пренебрегаете сном, засиживаясь в интернете допоздна?
15. «Смакуете» тем, чем предстоит заняться в интернете, находясь в on-line ?
16. Говорите себе: «Еще минутку», сидя в сети?
17. Были ли у вас попытки сократить время, проведенное в on-line?

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр № _____	Разработка классного часа	10	15

18. Пытаетесь скрыть количество времени, проведенного вами в сети?

19. Вместо того, чтобы пойти куда-то с друзьями, выбираете интернет?

20. 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.

Классный руководитель.

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.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр № _____	Разработка классного часа	11	15

Ситуация № 3. Представьте себя взрослым человеком, имеющим семью.

Разработайте стратегию, как уберечь своего ребенка от негативного воздействия интернета. (Выполнение задач.)

Классный руководитель. 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.

Проведем еще одну игру — «Расшифруй свое имя».

Подберите на каждую букву своего имени слово, которое вас характеризует. На размышления дается лишь 2 минуты. Если нет возможности придумать черты характера на все буквы своего имени, достаточно расшифровать 3-5 букв. Назовите имя и характеристики, которые вам удалось придумать. Кто-то желает добавить характеристики, которые вам подходят, но их названия не начинаются с букв, из которых состоит ваше имя? (Ответы учащихся.)

Классный руководитель. Это очень интересное упражнение для самопрезентации. Достаточно часто в социальных сетях или других ресурсах пользователи вынуждены для получения информации или услуги принимать условия администратора. Эти условия бывают иногда рискованными для самих пользователей, например, сообщение личной информации. Виртуальная природа социальных сетей дает возможность личности действовать анонимно или дискутировать под выдуманным именем. Дискуссия может быть частью игры и положительным элементом в общении, но она одновременно может быть опасным инструментом манипулирования сознанием и нести для человека угрозу.

Как уберечь своего ребенка? Перед тем, как дети начнут исследовать новые границы интернета, хорошо бы убедиться, что они знают, для чего им нужен интернет и чего они не должны делать в on-line -режиме. Предлагаю выработать небольшой

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр № _____	Разработка классного часа	12	15

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

А теперь подведём итоги нашего классного часа.

У вас на столе лежат три картинки.

Выберите и положите перед собой ту, которая соответствует вашему настроению.

- Классный час понравился, узнал что-то новое.
- Классный час понравился, но ничего нового не узнал.
- Классный час не понравился, зря время потерял.

По окончании классного часа студентам раздаются памятки по безопасному поведению в интернете.

Свод правил безопасного интернета

1. Объяснить ребенку, какие сайты ребенок может посещать, когда может выходить в online и как долго ему разрешено пользоваться компьютером.
2. Не позволять ребенку передавать персональную информацию, такую, как свой домашний адрес, телефонный номер, номера кредитных карт, название и месторасположение школы, без разрешения родителей.
3. Всегда немедленно сообщать родителям, когда ребенок видит или получает через сеть то, что заставляет его чувствовать себя некомфортно, включая сообщения электронной почты.
4. Никогда не соглашаться встретиться лично с кем-то, с кем ребенок познакомился в сетях, без разрешения родителей.
5. Никогда не отправлять свои фотографии или членов своей семьи другим лицам через интернет, не посоветовавшись со своими родителями.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
	Разработка классного часа	13	15
Экземпляр № _____			

6. Никогда не давать никому (даже своим друзьям) пароли доступа, кроме родителей.

7. Корректно вести себя в on-line и не делать ничего, что бы могло обидеть или разозлить других людей.

Памятка по безопасному поведению в Интернете.

Для того чтобы обезопасить себя, свою семью, своих родителей от опасностей Интернета и причинения возможного ущерба, вы должны предпринимать следующие меры предосторожности при работе в Интернете:

- Никогда не сообщайте свои имя, номер телефона, адрес проживания или учебы, пароли или номера кредитных карт, любимые места отдыха или проведения досуга.
- Используйте нейтральное экранное имя, не содержащее сексуальных намеков и не выдающее никаких личных сведений, в том числе и опосредованных: о школе, в которой вы учитесь, места, которые часто посещаете или планируете посетить, и пр.
- Если вас что-то пугает в работе компьютера, немедленно выключите его. Расскажите об этом родителям или другим взрослым.
- Всегда сообщайте взрослым обо всех случаях в Интернете, которые вызвали у вас смущение или тревогу.
- Используйте фильтры электронной почты для блокирования спама и нежелательных сообщений.
- Никогда не соглашайтесь на личную встречу с людьми, с которыми вы познакомились в Интернете. О подобных предложениях немедленно расскажите родителям.
- Прекращайте любые контакты по электронной почте, в системе обмена мгновенными сообщениями или в чатах, если кто-нибудь начинает задавать вам

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК - ВР-2.6.-17	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
	Разработка классного часа	14	15
Экземпляр № _____			

вопросы личного характера или содержащие сексуальные намеки. Расскажите об этом родителям.

Основные правила для обучающихся

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.
- 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.

Техника безопасности в социальной сети.

Жизнь в социальной сети, как и наша реальная жизнь, требуют соблюдения некоторых правил техники безопасности: Не передавайте информацию людям, которых вы лично не знаете. Не доверяйте людям, с которыми вы познакомились в социальной сети, ведь они могут быть кем угодно! Публикуйте только ту

	Министерство образования и науки Республики Бурятия		СК - ВР-2.6.-17
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»		лист
	Разработка классного часа		листов всего
15			15
Экземпляр № _____			

информацию о себе, которая не содержит ваших адресов, телефонов, планов на выходные. Как можно меньше реальной информации о себе! Помните, то, что когда-либо было опубликовано, «стереть» уже невозможно. Оставляя комментарии, сообщения, публикуя фотографию, вы помещаете ее в сеть навсегда. Поэтому совершая любое действие в социальной сети, нужно думать о последствиях! Цените и уважайте друг друга в социальных сетях. Оскорбляя даже неизвестного вам человека, помните, что вы сделали это и в реальной жизни! Будьте осторожны, высказывая свое мнение в социальной сети, оно может обидеть других людей в реальном мире. Социальные сети помогают улучшить наше общество: они позволяют объединиться людям, чтобы бороться с различными проблемами.