

Сценарий внеклассного мероприятия " Компьютер - друг или враг?"

Цель: Формирование позитивного отношения к компьютеру и умения использовать его во благо себе.

Задачи:

1. Развивать умения видеть положительные и негативные стороны в работе с компьютером;
2. Формировать у школьников умение анализировать, сравнивать, обобщать;
3. Развивать навыки участия в дискуссии;
4. Воспитывать у ребят дружеское отношение друг к другу, умение работать в коллективе.

Оборудование и материалы:

1. Мультимедийное оборудование.
2. Презентация "Компьютер - друг или враг?"

Ход классного часа.

I. Разминка.

Ведущий: - Ребята, давайте с вами сыграем в игру «Угадай-ка»

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 он перед нами, на него направлен взор,
подчиняется программе, носит имя... (*монитор*).
3. Не зверушка, не летаешь, а по коврику скользишь
и курсором управляешь. Ты – компьютерная... (*мышь*).
4. Нет, она – не пианино, только клавиш в ней – не счесть! Алфавита там картина, знаки,
цифры тоже есть.
Очень тонкая натура. Имя ей ... (*клавиатура*).
6. Сохраняет все секреты «ящик» справа, возле ног,
и слегка шумит при этом. Что за «зверь»? (*Системный блок*).
7. Сетевая паутина оплела весь белый свет, не пройти детишкам мимо. Что же это?
(*Интернет*).

Дети называют, показывают предметы, определяют их предназначение.

II. Мотивационная беседа.

Ведущий: Правильно. А для того, чтобы узнать тему нашего классного часа, мы выполним необычное задание «Пиктограмма». Вам нужно провести по линиям карандашом не отрывая руки. Начать нужно с буквы выделенной ярким цветом.

"Компьютер - враг или друг?" (экран)

Наш классный час будет необычным. Он будет проходить в форме дискуссии. Что такое дискуссия? Посмотрим на экран.

Дискуссия - это обсуждение какого-нибудь вопроса в беседе.

(так объясняет значение данного слова толковый словарь русского языка Сергея Ивановича Ожегова).

Сегодня мы затронем очень важную для всех школьников тему. Но сначала я проведу анкетирование: прошу вас, ребята, ответить на некоторые мои вопросы, но отвечайте честно, как есть на самом деле.

- *Поднимите левую руку*, если хотя бы один раз играли в компьютерные игры?
- *Хлопните в ладоши*, если вы говорите с друзьями о компьютерных играх?
- *Топните правой ногой*, если вы злитесь на тех, кто отвлекает вас от компьютера?
- *Поднимите правую руку*, если вам приходилось обманывать близких, говоря о том, что вы искал для школы информацию, в то время когда вы просто играли в игры?
- *Хлопните 2 раза в ладоши*, если случалось забывать о времени вовремя игры за компьютером?
- *Топните левой ногой*, если вы откладываете важные дела ради компьютера?
- *Встаньте*, если вы долгое время просиживаете за компьютером?

III. "Страдания от компьютерной зависимости".

- Ребята, я задала эти вопросы для того, чтобы вы оценили своё отношение к компьютеру. *Если вы сейчас отвечали честно, то, возможно, вы пока ещё не очень зависимы от компьютера. Но некоторые ваши положительные ответы должны вас заставить насторожиться уже сейчас.* Поэтому тема нашего классного часа очень важная, и говорить о ней нужно.

- Компьютер прочно вошёл в нашу жизнь. Всеобщая компьютеризация сильно влияет на человека. А каково это влияние: положительное или отрицательное? Кем является компьютер человеку: другом или врагом? Вот об этом мы сегодня и будем говорить на нашем классном часу.

Сейчас ребята нам покажут сказку, а вы, ребята, выделите из рассказа, что принёс компьютер (вред или пользу) каждому брату.

С К А З К А (сценка).

Действующие лица:

Автор

Старший сын

Младший сын

Автор: () Жили-были два брата.

Чтобы от века не отстать, чтоб детям помочь умнее стать,

Чтоб могли братья в современном мире жить

Решил отец им компьютер купить.

Самый крутой подключил им Интернет:

безлимитный, высокоскоростной.

Долго ли сказка сказывается, да недолго дело-то делается.

Прошло много лет, что же случилось с братьями?

Старший сын говорит:

Старший брат: ()

"У меня один лишь друг,

Компьютером его зовут.

Целый день с ним провожу,

На прогулки не хожу.

Спортом я не занимаюсь,

И совсем не закаляюсь,

Я с друзьями не общаюсь,

Я учусь целый день,

И поверьте, мне не лень

За компьютером сидеть,

Фильмы, игры поглядеть.

На все сайты без разбора

Выхожу вплоть до упора.

Плохо стал соображать,

Отчего вдруг? - не понять.

Стало плохо с головою,

И с глазами. Что со мною?"

Автор: Посмотрите, каким стал Старший сын.

Автор:

Младший брат говорит: ()

У меня есть новый друг,

Его компьютером зовут.
Дружу я с ним давно,
И расскажу вам про него:
Он всё по папочкам разложит,
Через принтер всё размножит.
Электронные файлы услуг
Инструмент "на все руки",
И лекарство от скуки,
И учитель, и преданный друг.
До чего же энергичный
Электронный человек
Мой попутчик симпатичный
В двадцать первый век.

Ведущий:

- Ребята, а теперь обсудим влияние компьютера на Старшего брата. Что с ним стало? (*уч-ся перечисляют*).

- Как вы думаете, почему всё это произошло? (*целыми днями сидел за компьютером*).

Верно.

- А как использовал компьютер Младший брат? (*только по назначению*). Правильно.

Мы сегодня постараемся выяснить, компьютер для вас друг или враг.

Мы увидели из сказки, что старший брат целыми днями сидел и не занимался спортом.

Поэтому стал больным и хилым. Вы же не хотите быть такими. Давайте с вами сделаем физминутку.

Упражнения

Выше ноги! Выше ноги!

(*Ходьба на месте.*)

Стой, раз, два!

Плечи выше поднимаем,

А потом их опускаем.

(*Поднимать и опускать плечи.*)

Руки перед грудью ставим

И рывки мы выполняем.

(*Руки перед грудью, рывки руками.*)

Мы присядем десять раз.

Мышцы не болят у нас.

(Приседания.)

Десять раз подпрыгнуть нужно,
Скачем выше, скачем дружно!

(Прыжки на месте.)

Мы колени поднимаем —
Шаг на месте выполняем.

(Ходьба на месте.)

От души мы потянулись,
(Потягивания — руки вверх и в стороны.)

И за парты вновь вернулись.

(Дети садятся за парты.)

А сейчас послушаем Ангелину. Она прочитает нам стихотворение, которое в шуточной форме расскажет нам, какой вред здоровью может нанести компьютер, если им неправильно пользоваться. А называется стихотворение "Вредные советы".

Вредные советы:

Никогда не мойте руки,
монитор, клавиатуру.

Это глупое занятие
не приводит ни к чему.

Вновь испачкаются руки.

Монитор, клавиатура.

И зачем же тратить силы,
время попусту терять.

Хочешь зрение улучшить
сядь поближе к монитору,

Лучше сразу носом ткнуться и

И сидеть часов так десять.

И тогда уж через месяц

Будет глаз как у орла.

Нет приятнее занятия,

Чем, сутулясь сильно-сильно

Посидеть у монитора.

Тренируйся ежедневно,

И наступит день счастливый-

Вас в какое-нибудь царство

Примут главным горбуном.

- Как вы думаете, нужно следовать этим советам? Почему? (в данном случае от компьютера будет только вред).

Игра вопрос-ответ

Сейчас один представитель от каждой команды выйдет к доске и выберет один вопрос с 1 до 6. После этого каждая команда в группе в течение 5 минут будет обсуждать этот вопрос. После обсуждения все команды поделятся своим мнением.

1. Компьютер и зрение.

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. Монитор должен находиться на расстоянии не менее 45 см. от глаз (расстояние вытянутой руки). Рабочее место должно быть достаточно освещенным, для того чтобы хорошо видеть остальные предметы с которыми вы работаете. 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.

2. Компьютер и позвоночник

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.

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.

Может ли у человека произойти нервный срыв при длительной работе за компьютером?

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

4. Компьютер и руки.

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.

1. Встряхните руки.
2. Сжимайте пальцы в кулаки (~10 раз)
3. Вращайте кулаки вокруг своей оси. <

Правильное положение рук.

1. При работе с клавиатурой, угол сгиба руки в локте должен быть прямым (90 градусов)
2. При работе с мышкой кисть должна быть прямой, и лежать на столе как можно дальше от края.

5. Компьютер и органы дыхания.

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.

Упражнение «Коллаж»

Сейчас каждая команда выберет конверт. У каждой команды есть две картинки, определите на какой картинке, дети правильно работают за компьютером, а на какой нет. Подберите название к каждой картинке. После обсуждения, к доске выходит один представитель от каждой команды, показывает картинку и объясняет, почему так решила их команда.

Какой же мы можем сделать вывод?

С компьютером интересно учиться, познавать окружающий мир. Компьютер помогает человеку работать, учиться, развиваться через правильные игры.

Но он не может заменить радость общения с другом, сверстником. Только друг тебя поймет, с тобой помечтает, сможет приготовить сюрприз, сможет успокоить.

Ведущий:

Сегодня мы говорили о компьютерной зависимости. Эта проблема очень сложная, и мы не пытались её решить. Мы её обсуждали, мы учились вести дискуссию, учились слушать и слышать друг друга. Самое главное, обсуждая тему, мы учились живому общению, что не может нам дать самый мощный и современный компьютер.

Я хочу вам раздать памятки, в которых изложены некоторые правила работы на компьютере. Они помогут вам правильно распределять время при работе с компьютером, научат некоторым нехитрым упражнениям для глаз, рук, позвоночника, помогут сохранить здоровье.

Чтобы компьютер приносил только пользу, необходимо правильно обустроить свое рабочее место. 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 45 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.