

Компьютер – помощник, друг или враг?

Цель: дать представление о влиянии компьютера на здоровье человека.

Задачи:

- развивать умения видеть положительные и негативные стороны в работе с компьютером;
- дать рекомендации для сохранения здоровья при работе на компьютере;
- формировать у школьников умение анализировать, сравнивать, обобщать;
- воспитывать у ребят дружеское отношение друг к другу, умение работать в коллективе.

Ход классного часа:

1. Орг. момент.

«Здравствуй!» - мы ежедневно повторяем это приветствие. Задумывались ли вы когда-нибудь о том, почему при встрече люди желают друг другу здоровья? Наверное, потому, что здоровье для человека – самая главная ценность. К сожалению, обычно мы начинаем говорить о здоровье тогда, когда его теряем.

2. Актуализация знаний.

На экране вы видите фотографии. Как вы думаете, что на них изображено? Ответ на этот вопрос определит тему нашего классного часа.

Много разных машин придумал и построил человек. Все они его верные помощники. Есть машины сильные, как экскаватор. Есть машины ловкие, как ткацкий станок. Есть машины быстрые, как самолёт. А есть машины умные, как компьютер. Еще 20 лет назад компьютер был диковинкой, а в настоящее время он стал многим доступен. Слово «компьютер» произошло от греческого «компыото», что означает: считаю, вычисляю. Так компьютер назвали потому, что вначале он использовался для сложных расчётов и вычислений. Тогда компьютер ещё называли электронно-вычислительной машиной или, сокращённо, ЭВМ, и был очень большой, размером с комнату. Конечно, компьютер не умнее человека. Но какую-то часть своего ума и знаний человек сумел передать компьютеру. Компьютеры стоят и на работе, и

дома, и в школе, а иногда даже и в детском саду. У кого дома есть компьютер?

3. Постановка проблемы.

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

- Поднимите руки, кто хотя бы один раз играл в компьютерные игры?
- Говорите ли вы с друзьями о компьютерных играх?
- Испытываете ли вы удовольствие за работой на компьютере?
- Злитесь ли вы на тех, кто отвлекает вас от компьютера?
- Приходилось ли вам обманывать своих близких, говоря о том, что вы искали для школы информацию, а сами просто играли?
- Случалось ли вам забывать о времени вовремя игры за компьютером?
- Откладываете ли вы важные дела ради компьютера?
- Просиживаете ли вы за компьютером допоздна?

Ребята, я задала эти вопросы для того, чтобы вы посмотрели на себя со стороны и трезво 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. 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? Ребята, как вы думаете: компьютер – друг, помощник или враг? Тема эта очень важная, и говорить о ней нужно.

4. Обобщение жизненного опыта учащихся.

Я предлагаю вам разделиться на 3 группы.

1 группа - подумайте и напишите 3-4 примера в подтверждение того, что компьютер – друг.

2 группа - компьютер – помощник.

3 группа - компьютер – враг.

Группы озвучивают выполненные задания.

В каких случаях компьютер ведет себя как друг?

Выступление 1 группы

1. Работа на компьютере - игра, это интересно.
2. Развивает мышление (рисунки, схемы, знаки).
3. Развивает память и внимание.
4. Возможность общения со сверстниками.
5. Возможность продемонстрировать свой талант.
6. Развитие мелкой моторики рук.
7. Быстрый доступ к информации.
8. Возможность дистанционного обучения.
9. Можно общаться без границ в реальном масштабе времени.
10. Чтобы написать письмо родителям или другу, не надо куда-то бежать.
11. Развивающие игры тренируют память, логику, мышление.

В каких случаях компьютер ведёт себя как помощник?

Выступление 2 группы

1. Источник информации
2. Можно научиться рисовать
3. Хорошая печатная машина
4. Счётная машина
5. Выход в Интернет.
6. Электронные презентации.
7. Вычислительные возможности.
8. Создание видеофильмов.
9. Музыкальный инструмент.

Компьютер может быть не только другом, но и превратиться в злейшего врага. В каких случаях может произойти именно так?

Выступление 3 группы

1. Вредит зрению.
2. Вредит позвоночнику.

3. Перегрузка суставов кисти.
4. Присутствует головная боль, нарушение сна, нарушение памяти.
5. Мало читаем, а отсюда мало воображаем, представляем, фантазируем.
6. Получаем стресс при неудачах во время игры.
7. Излучение
8. Вызывают агрессию
9. Стресс при потере информации, беспричинные страхи и тревоги.
10. Компьютерная зависимость.
11. Множество агрессивных игр.
12. Нарушение сна.

Произнесите все слово *друг*. Что вам вспоминается? (Как мы играем).

Продолжи фразу: Компьютер – друг, потому что... (с ним можно играть, рисовать, т. е. приятно проводить время).

Приглашаю двух друзей, подруг.

Задание: Улыбнитесь друг другу. Скажите: «Мне с тобой так весело, я рад тебя видеть». Какие чувства испытали? Если вы скажете друг другу приятные слова или дотронетесь до руки, то вновь испытаете такие же чувства. Теперь улыбнитесь компьютеру, скажите ему как вы рады его видеть. Вы испытали приятные чувства, тепло от общения? Вы испытали приятные чувства, радость, тепло от такого общения?

Как поступишь ты в следующей ситуации: ребята зовут тебя на улицу, а ты играешь на компьютере. (Я приму их приглашение, я откажусь).

Мама просит тебя помочь, а ты играешь на компьютере. (Я сразу помогу маме, я попрошу подождать).

Итог: продолжи следующую фразу: компьютер – друг, но....(нельзя забывать о друзьях, людях, семье, он не может заменить радость общения с другом, сверстником. Только друг тебя поймет, с тобой помечтает, сможет приготовить сюрприз, сможет успокоить.).

Кому и в чем помогает компьютер? (высказывания детей)

Без компьютера не обходятся нигде. Компьютер помогает врачу ставить диагноз и назначать лечение. Бухгалтер составляет отчеты при помощи компьютера. Он помогает художнику создавать картины и мультипликационные фильмы. Инженеры с помощью компьютера ведут сложные расчёты, составляют чертежи новых машин, космических кораблей. Школьникам помогает находить необходимую информацию, готовить рефераты.

Какую помощь оказывает вам компьютер? (помогает считать, находить ошибки, найти нужную информацию, переводить иностранный текст).

Согласны ли вы с тем, что тогда школьникам не надо читать книги, чтобы много знать, не надо учить таблицу умножения, учить правила правописания?

Плохо, когда человек в детстве не учиться думать, он тогда не развивает свои способности. А значит, не вырастет из него ни бухгалтер, ни художник, ни врач.

Вывод: с компьютером интересно учиться, познавать окружающий мир. Он **помогает** человеку и работать, и учиться, и в игры играть. Главное, чтобы он не мешал развиваться вашим способностям и талантам.

Компьютеры сделались 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 компьютер становится добрым, умным, неутомимым помощником, если человек продумывает все моменты общения с ним, соблюдает правила техники безопасности, следует советам специалистов.

Предлагаю вам познакомиться с вредными советами. Попробуйте сделать из них полезные советы.

Как поступить правильно?

Вредные советы.

Никогда не мойте руки,

Монитор, клавиатуру.

Это глупое занятие

Не приводит ни к чему.

Вновь испачкаются руки,

Монитор, клавиатура.

Так зачем же тратить силы,

Время попусту терять. (Грязная клавиатура является источником распространения вредных микробов, поэтому ее надо регулярно протирать, мыть руки.)

Хочешь зрение улучшить,

Сядь поближе к монитору,

Лучше сразу носом ткнуться

И сидеть часов так десять.

И тогда уж через месяц

Будет глаз как у орла. (Чтобы глаза не уставали и зрение не ухудшалось, надо сесть подальше от монитора, оптимально - 70 см. Монитор немного отклоните назад. Обязательно делайте зарядку для глаз.)

Нет приятнее занятия,

Чем, сутулясь сильно – сильно

Посидеть у монитора.

Тренируйтесь ежедневно,

И наступит день счастливый –

Вас в какое – нибудь царство

Примут главным горбуном. (У тех, кто неправильно сидит за компьютером, со временем могут возникнуть серьезные проблемы с мышцами и суставами. Нельзя сутулиться, сидеть желательно в кресле с подлокотниками и регулировкой высоты сиденья. Через каждые 15 минут занятий выполнять физические упражнения.)

5. Итог.

Мы так и не пришли с вами к выводу, кто же компьютер для человека?

Так как же решить этот вопрос: кто он для нас ДРУГ, ПОМОЩНИК или ВРАГ? Ребята, посмотрите на весы. На одну чашу мы положим с вами компьютер – друг, помощник, а на другую чашу компьютер – враг? Как вы думает, что перевесит? (Зависит от человека, если он будет разумно пользоваться компьютером, тогда перевесит чаша..., если неразумно, тогда чаша...)

Я надеюсь, что вы сможете найти золотую середину в общении с компьютером, сделав его другом, помогающим решать различные задачи вашего развития, а не врагом вашего здоровья.