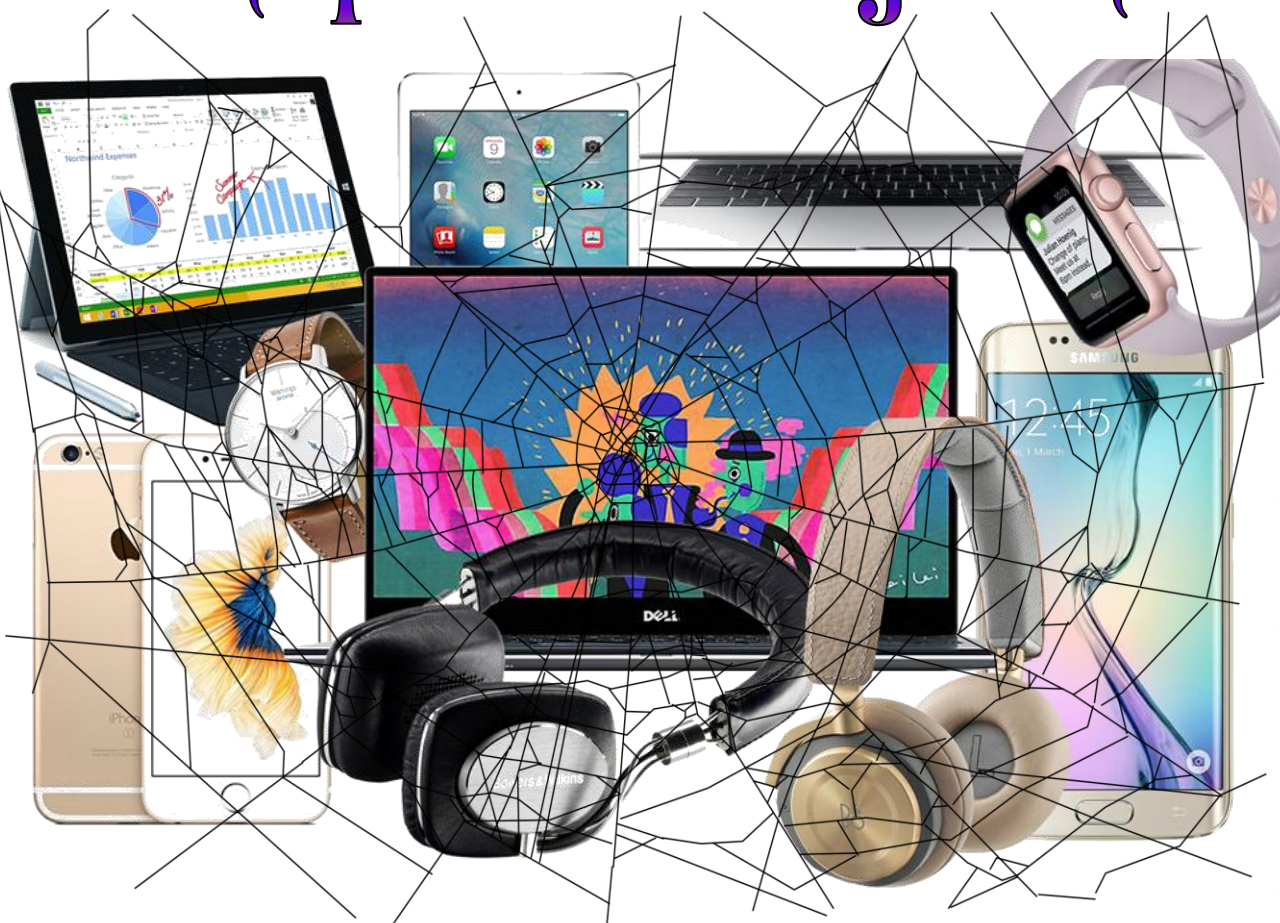


Министерство образования
Московской области

Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение Московской области
«Егорьевский техникум»

**Открытый
классный час
на тему:**

Осторожно - гаджеты!



Классный руководитель
группы Тв-74
Гаврилова Надежда Александровна

г.о. Егорьевск, 2019 год

План проведения открытого классного часа

Тема: «Осторожно гаджеты»

Дата: 15.11.2019 г.

Группа: Тв-74

Классный руководитель: Гаврилова Н.А.

Цели классного часа: Способствовать пониманию обучающихся необходимости умеренного по времени использования гаджетов. Расширение представления обучающихся о гаджетах; формирование положительной нравственной оценки при пользовании гаджетами. Воспитание вседозволенности, вульгарности. Побуждение обучающихся к самоанализу, саморазвитию, самосовершенствованию при выборе гаджетов и времени использования их.

Форма: Словесная, наглядная.

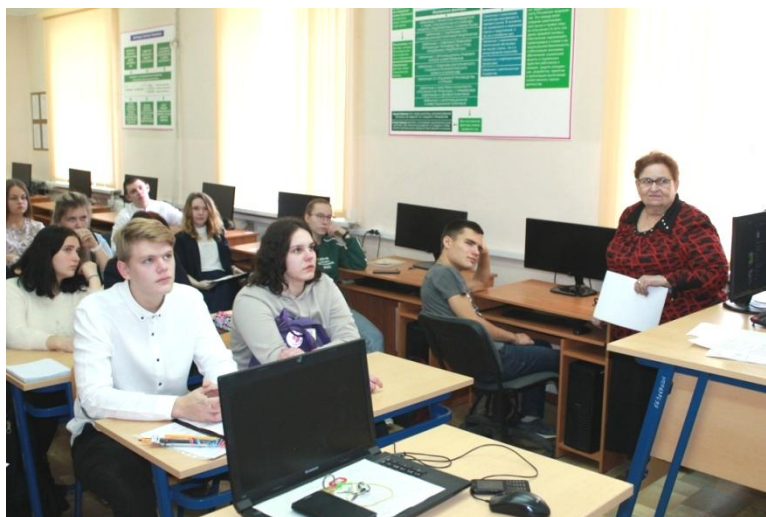
Подготовительная работа:

- подобрать литературу, материал, видеоролики;
- подготовить мультимедиа;
- презентация к классному часу;
- фотографии различной домашней техники: телевизор, холодильник, пылесос;
- оформить кабинет, классную доску;
- сотовый телефон, планшет, ноутбук, плеер.

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ

1. Вступительное слово:

Добрый день уважаемые студенты и гости. Тема нашего сегодняшнего классного часа неслучайна. И пусть она не связана ни с одной из юбилейных дат, актуальность ее не нуждается в аргументации. В настоящее время это одна из тем, актуальных для людей всех возрастов. Сегодня мы проводим классный час на тему «Осторожно гаджеты» и выбрана она не случайно. Наша жизнь



переполнена устройствами облегчающими быт, большими и маленькими, многофункциональными – холодильник, телефон, пылесос, стиральная машина, микроволновая печь, мультиварка....

Современные технологии подарили нам и устройства для развлечения. Человек, идущий по улице и слушающий музыку в наушниках; молодые люди, сидящие за столиком в кафе, уткнувшиеся в свои телефоны, планшеты, не разговаривающие друг с другом, обменивающиеся сообщениями, интересными ссылками вместо этого; все мы запросто управляющиеся с он-лайн играми... – обычный вид наших

дней. Некогда нам общаться – ведь так можно пропустить что-то новое в интернете....Давайте посмотрим этот видеоролик «Гаджеты». Что вы можете сказать об этом ролике? (ответы обучающихся).

А теперь на экране вы видите и фотографии разных предметов. Скажите, что из этого можно назвать «Гаджетом»? (ответы обучающихся).

И как всегда я представляю наших ведущих: это Купка Арина и Логачев Артем



2. Основная часть:

1 ведущий:

Так что же такое гаджет?

2.Ведущий:

Гаджет - устройство, которое содержит значительную долю развлекательных функций. При этом, как правило, имеет компактные размеры.

1 ведущий:

Частое использование гаджетов приводит к зависимости.

2.Ведущий:

Зависимость — навязчивая потребность, подвигающая человека к определенной деятельности.

1 ведущий:

Зависимость бывает – цифровая, игровая, медиа: Цифровая - зависимость от цифровых устройств (гаджетов). Игровая – зависимость от компьютерных игр. Медиа – зависимость от музыки, сериалов, фильмов.

2.Ведущий:

Сейчас, мы расскажем вам об одном эксперименте, который проводил семейный психолог.

1 ведущий:

Детям от 12 до 18 лет предложили добровольно провести восемь часов наедине с самим собой, исключив возможность пользоваться средствами коммуникации (мобильные телефоны, интернет). При этом им запрещалось включать компьютер, любые гаджеты, радио и телевизор. Зато разрешался целый ряд классических занятий



наедине с собой: письмо, чтение, игра на музыкальных инструментах, рисование, рукоделие, пение, прогулки и т.п.

2.Ведущий:

Автор эксперимента хотела доказать свою рабочую гипотезу о том, что современные детки чересчур много развлекаются, не в состоянии сами себя занять и совершенно не знакомы со своим внутренним миром.

1 ведущий:

По правилам проведения эксперимента, дети должны были прийти строго на следующий день и рассказать, как прошло испытание на одиночество. Им разрешалось описывать свое состояние во время эксперимента, записывать действия и мысли. В случае чрезмерного беспокойства, дискомфорта или напряжения психолог рекомендовала немедленно прекратить эксперимент, записать время и причину его прекращения.

2.Ведущий:

На первый взгляд, затея эксперимента кажется весьма безобидной. Вот и психолог ошибочно полагала, что это будет совершенно безопасно. Настолько шокирующих результатов эксперимента не ожидал никто.

1 ведущий:

Из 68 участников до конца эксперимент довели только лишь ТРОЕ - одна девочка и два мальчика. У троих возникли суицидальные мысли. Пятеро испытали острые "панические атаки". У 27 наблюдались прямые вегетативные симптомы - тошнота, потливость, головокружение, приливы жара, боль в животе, ощущение "шевеления" волос на голове и т.п. Практически каждый испытал чувство страха и беспокойства. Новизна ситуации, интерес и радость от встречи с собой исчезла практически у всех к началу второго-третьего часа.



2.Ведущий:

Только десять человек из прервавших эксперимент почувствовали беспокойство через три (и больше) часа одиночества. Героическая девочка, доведшая эксперимент до конца, принесла психологу дневник, в котором она все восемь часов подробно описывала свое состояние.

1 ведущий:

Тут уже волосы зашевелились на голове у психолога. Из этических соображений, она не стала публиковать эти записи.

2.Ведущий:

Что делали подростки во время эксперимента? — готовили еду, ели; — читали или пытались читать, - делали какие-то школьные задания (дело было в каникулы, но от отчаяния многие схватились за учебники); — смотрели в окно или шатались по квартире; — вышли на улицу и отправились в магазин или кафе (общаться

было запрещено условиями эксперимента, но они решили, что продавцы или кассирши — не в счет); — складывали головоломки или конструктор «Лего»; - рисовали или пытались рисовать; - мылись; - убирались в комнате или квартире; - играли с собакой или кошкой; - занимались на тренажерах или делали гимнастику; - записывали свои ощущения или мысли, писали письмо на бумаге; - играли на гитаре, пианино (один — на флейте); - трое писали стихи или прозу; - один мальчик почти пять часов ездил по городу на автобусах и троллейбусах; - одна девочка вышивала по канве; - один мальчик отправился в парк аттракционов и за три часа докатался до того, что его начало рвать; - один юноша прошел Петербург из конца в конец, порядка 25 км; - одна девочка пошла в Музей политической истории и еще один мальчик в зоопарк; - одна девочка молилась.

1 ведущий:

Практически все в какой-то момент пытались заснуть, но ни у кого не получилось, в голове навязчиво крутились «дурацкие» мысли. Прекратив эксперимент, 14 подростков полезли в социальные сети, 20 позвонили друзьям по мобильнику, трое позвонили родителям, пятеро пошли к друзьям домой или во двор. Остальные включили телевизор или погрузились в



компьютерные игры. Кроме того, почти все и почти сразу включили музыку или сунули в уши наушники. Все страхи и симптомы исчезли сразу после прекращения эксперимента. 63 подростка задним числом признали эксперимент полезным и интересным для самопознания. Шестеро повторяли его самостоятельно и утверждают, что со второго (третьего, пятого) раза у них получилось.

2.Ведущий:

При анализе происходившего с ними во время эксперимента 51 человек употреблял словосочетания «зависимость», «получается, я не могу жить без...», «доза», «ломка», «синдром отмены», «мне все время нужно...», «слезть с иглы» и т. д.

1 ведущий:

Все без исключения говорили о том, что были ужасно удивлены теми мыслями, которые приходили им в голову в процессе эксперимента, но не сумели их внимательно «рассмотреть» из-за ухудшения общего состояния.

2.Ведущий:

Один из двух мальчиков, успешно закончивших эксперимент, все восемь часов клеил модель парусного корабля, с перерывом на еду и прогулку с собакой. Другой, сначала разбирал и систематизировал свои коллекции, а потом пересаживал цветы. Ни тот, ни другой не испытали в процессе эксперимента никаких негативных эмоций и не отмечали возникновения «странных» мыслей.

1 ведущий:

Получив такие результаты, семейный психолог испугалась. Гипотеза гипотезой, но когда она вот так подтверждается. А ведь надо еще учесть, что в эксперименте принимали участие не все подряд, а лишь те, кто заинтересовался и согласился.

2.Ведущий:

В начале нашего классного часа мы с вами смотрели видеоролик «Гаджеты», а теперь давайте посмотрим еще один видеоролик.

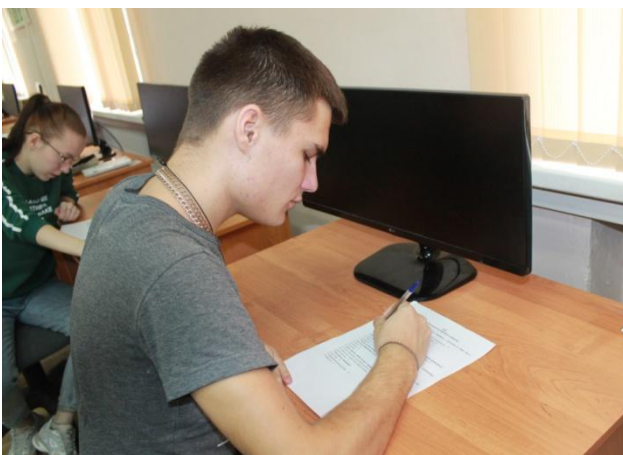
3. Заключительная часть

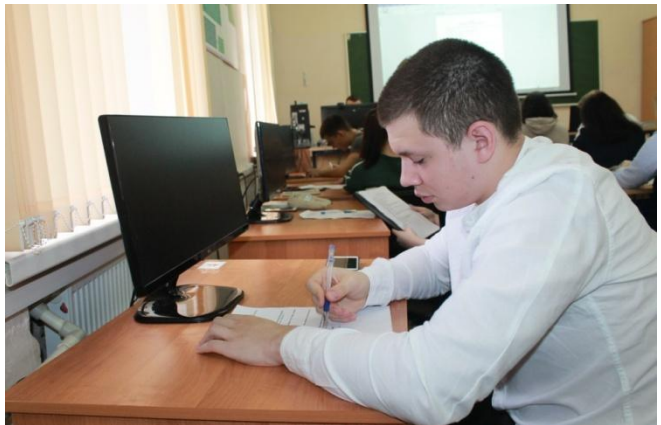
Ребята, кто из вас согласился бы на такой эксперимент? Кто смог бы довести его до конца? Почему?

Многие психологи говорят о последствиях неограниченного использования гаджетов: - ослабление памяти; - снижения внимания; - частые головные боли; - раздражительность; - напряжение в барабанных перепонках; - низкая стрессоустойчивость; - эпилептические реакции; - внезапные приступы усталости; - нарушения сна; - снижение умственных и познавательных способностей.

Бывают ли у вас подобные симптомы, после использования гаджетов? (ответы обучающихся).

Давайте сейчас с вами проведем небольшой тест и узнаем, насколько каждый из вас, зависим от гаджетов.





Тест

«Насколько ты зависишь от гаджетов»

1. Как ты считаешь интереснее общаться с друзьями во дворе или в интернете?–

- а) в интернете - там можно найти друзей по интересам. - **3**
- б) во дворе - обожаю погулять после школы! - **1**
- в) зависит от настроения - **2**

2. Как часто ты бываешь в интернете?

- а) несколько раз в месяц - **1**
- б) несколько раз в неделю - **2**
- в) я каждый день онлайн - **3**

3. Тебе задали писать реферат. Откуда ты будешь брать материалы?

- а) я пороюсь в электронных энциклопедиях и в «Википедии»- **3**

б) пойду в школьную библиотеку -1

в) в разных местах - 2

4. Можешь ли играть в электронную игру (телефон, компьютер, планшет) больше часа?

а) конечно, нет - 1

б) зависит от самой игры -2

в) запросто - 3

5. Часто ли ты пользуешься своим мобильным не только для звонков, но и для игр, интернета и т.п.?

а) часто - 3

б) иногда - 2

в) никогда - 1

6. Каких друзей у тебя больше: виртуальных или реальных?

а) больше реальных, но и виртуальных тоже много - 2

б) а разве друг может быть виртуальным? - 1

в) виртуальных - 3

7. Что такое интернет?

а) весь мир - 3

б) информационная паутина - 2

в) наркотик -1

Подсчитайте, сколько у вас получилось баллов. А теперь давайте узнаем результаты:

от **20 до 24** баллов – можно сказать, что ты - ты интернет-зомби.

от **14 до 19** баллов - ты умеешь распределить свое время: и в интернете поиграть, и заняться другими делами.

от **8 до 13** баллов - интернет для тебя ничто.

Итак, каждый из вас свой результат оставит при себе. Но задумайтесь над тем, сколько времени в жизни каждый из вас тратит на гаджеты! А ведь жизнь так прекрасна и разнообразна, сколько интересного есть вокруг. Учитывая все сказанное выше, каждый должен определиться – что важнее – реальный мир или виртуальный! Надеюсь, что наш классный час заставит вас задуматься о необходимости умеренного по времени использования гаджетами.

Спасибо всем кто был с нами.

