

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОМЕЛЬСКОГО
ОБЛИСПОЛКОМА
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ «ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АГРАРНО-ПРОМЫШЛЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ

Методическая разработка по теме:
«Интернет и социальные сети»

Мастер п /о: Слепова Е.М.

Гомель, 2025г.

Тема: Интернет и социальные сети.

Презентация

Аннотация. Описана методика воспитательного мероприятия, такого как информационный час, по профилактике интернет-зависимости и других негативных влияний сети. К статье приложен дидактический материал для проведения мероприятия.

Ключевые слова: вред интернета, воспитание, игромания, интернет-зависимость, информационный час, культура здорового образа жизни, молодежь, подросток, профилактика.

Интернет стал привычным явлением для современного общества. Вместе с пользой он принес и негативные явления, профилактику проявления которых необходимо проводить в воспитательной работе с подростками старшего возраста и учащейся молодежью.

Я предлагаю организацию воспитательного мероприятия, которое сочетает традиционные методы информирования с интерактивными онлайн-элементами.

Для проведения понадобится персональный компьютер и проектор (телевизор) для мастера, личные смартфоны для обучающихся.

Цель мероприятия: напомнить обучающимся о вреде и пользе интернета, побудить задуматься над своими привычками и их последствиями.

Задачи воспитательного мероприятия:

систематизировать знания обучающихся о пользе и вреде интернета;

мотивировать участников к беседе о здоровом образе жизни, опирающемся на полезные привычки, касающиеся использования интернета;

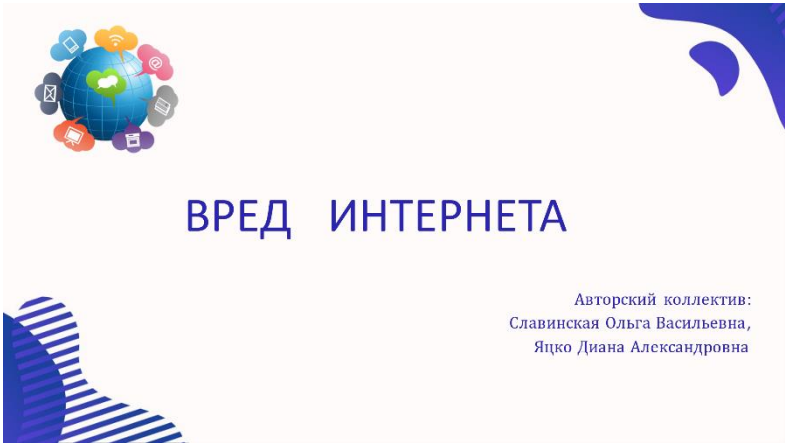
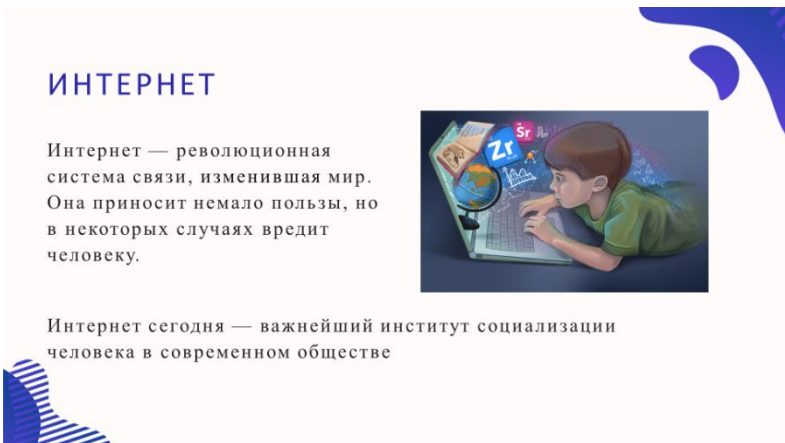
способствовать осмыслению собственного поведения и привычек, их последствий;

предложить возможности для формирования культуры здорового образа жизни в связи с использованием интернета и его ресурсов.

Структура мероприятия задается приложенной мультимедийной презентацией, которая находится на ссылке. В таблице представлены основные структурные элементы мероприятия и вопросы для рассмотрения в

соответствии со слайдами презентации. Подробную информацию к слайдам ведущий мероприятия должен подобрать сам (см. таблицу).

Порядок структурных элементов и вопросов для изложения в соответствии со слайдами приложенной презентации

Номер по порядку и наименование структурного элемента или вопроса для рассмотрения	Слайд презентации
1. Знакомство с темой мероприятия. Мотивация участников к активному участию в беседе	 Слайд 1
2. Что такое "интернет"? Обсуждение вопроса: "Возможно ли эффективно жить сегодня без доступа к интернету?"	 Слайд 2
3. Польза и вред интернета – вывод	 Слайд 3

4. Чем опасен интернет? Общая классификация недостатков и опасностей для человека

ЧЕМ ОПАСЕН ИНТЕРНЕТ?

- Зависимость от компьютера и интернета.
- Распространение вредной информации.
- Угроза приватности и безопасности и пр.



Слайд 4

5. Что такое "компьютерная зависимость" и "интернет-зависимость". Игромания. Методики определения наличия и степени зависимости и игромании. Отношение к результатам психологических тестов по данным вопросам

КОМПЬЮТЕРНАЯ И ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ



Признаки компьютерной зависимости могут быть следующими: человек ни один день не проводит без компьютера, чаще всего без игры на нем.

Начиная играть, теряет счет времени и ощущение реальности, ест за монитором, не может остановиться после достижения какого-либо уровня в игре.

Интернет-зависимость похожа на компьютерную зависимость, но «зависать» пользователи могут не только в играх

Слайд 5

6. Последствия чрезмерного увлечения интернетом. Физическое здоровье. Что и почему страдает? Как избежать долгих вынужденных нагрузок за компьютером и их последствий? Профилактика заболеваний. Упражнения для рук, позвоночника, глаз. Правильная поза для работы за ПК

УХУДШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ



Проведение долгого времени перед экраном монитора может привести к проблемам со зрением, бессоннице, болям в спине и шее из-за неправильной осанки

Слайд 6

7. Последствия чрезмерного увлечения интернетом. Ухудшение психического здоровья. Почему? Необходимость сна и его оптимальная продолжительность. Необходимость прогулок на свежем воздухе и физической активности

УХУДШЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Постоянное пребывание в интернете может вызвать у людей чувство одиночества, депрессию, тревожность и другие психологические проблемы



Слайд 7

8. Роль социальных сетей в жизни современного человека. Вред и польза их использования

СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

Общие причины опасности:

- повышение степени беспокойства и тревоги;
- снижение мотивации;
- занижение самооценки;
- потеря ощущения реальности;
- снижение фактических социальных связей;
- потенциально нездоровый анализ отношений;
- рост эгоцентризма



Слайд 8

9. Сети и мессенджеры. Правдивость и достоверность информации. Влияние информации о достижениях знакомых, коллег на психическое состояние

«УСПЕШНЫЙ УСПЕХ»

В социальных сетях пользователи выкладывают лучшие моменты своей жизни, но это может иметь мало общего с реальностью. Не всегда получается это осознать, что приводит к чувству зависти, неполноценности и другим проблемам в самооценке



Слайд 9

10. Веб-серфинг. Зависимость, проявляющаяся в "зависании" в информации различного плана. Связанные с этим риски

ВЕБ-СЕРФИНГ

Веб-серфинг опасен по нескольким причинам:

- мошенничество и киберпреступления;
- нарушение конфиденциальности;
- вредоносное программное обеспечение;
- незаконное содержание;
- «зависание» на поиск и «поглощение» все новой информации, в т. ч. новостной



Слайд 10

11. Веб-шопинг. Развитие зависимости и ее проявления

ВЕБ-ШОПИНГ

Веб-шопинг может представлять опасность из-за мошенничества, утечки личной информации, поддельных товаров и вредоносного программного обеспечения. Но самое главное – это интернет-шопоголизм, который отнимает много времени и денег



Слайд 11

12. Социальная изоляция как следствие отсутствия нормального общения с людьми в реальных условиях. Признаки. Страхи. Как работать над собой

СОЦИАЛЬНАЯ ИЗОЛЯЦИЯ

Зависимость от интернета может привести к утрате реальных связей и общения с окружающими людьми



Слайд 12

13. Зависимости как причина ухудшения качества жизни. Пути устранения проблем

УХУЖДЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ

Зависимость от интернета может отвлекать от выполнения обязанностей: учебных, профессиональных, семейных, а также от участия в реальной жизни

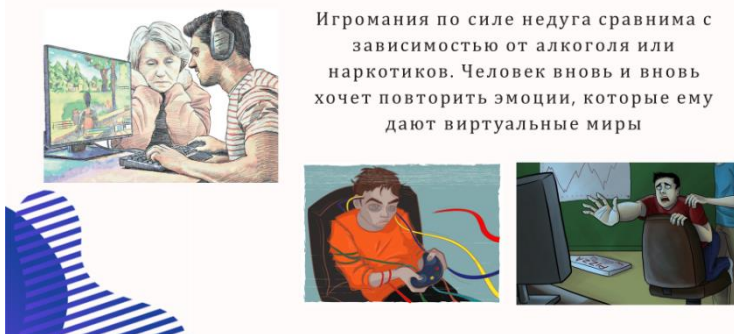


Слайд 13

14. Игровая зависимость. Пути устранения проблемы

ИГРОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Игромания по силе недуга сравнима с зависимостью от алкоголя или наркотиков. Человек вновь и вновь хочет повторить эмоции, которые ему дают виртуальные миры



Слайд 14

15. Безопасность данных. Мошенничество в интернете. Варианты его проявления

БЕЗОПАСНОСТЬ ДАННЫХ

Пользователи могут стать уязвимыми для киберпреступников и рисковать утечкой личной информации



Слайд 15

16. Фишинг как вариант мошенничества в интернете. Варианты проявлений. Как избегать

ФИШИНГ

Основа интернет-мошенничества — получение доступа к конфиденциальным данным или фишинг. Например, стоит зайти в аккаунт онлайн-банка, как появляется возможность перевода денег, взятия кредитов практически без ограничений по суммам



Слайд 16

17. Вишинг как как вариант мошенничества в интернете. Варианты проявлений. Как избегать

ВИШИНГ

Вишинг — это когда мошенники звонят жертвам, выдавая себя за банк или другую организацию, и пытаются получить конфиденциальные данные. Они могут утверждать, что счет был взломан или требуется верификация данных



Слайд 17

18. Фальшивые сайты. Что это и как определить

ФАЛЬШИВЫЙ САЙТ

Фальшивый сайт — веб-сайт, созданный злоумышленниками с целью мошенничества или кражи личной информации у пользователей.

Фальшивые сайты могут имитировать официальные веб-ресурсы банков, онлайн-магазинов, социальных сетей, электронных почтовых служб и других популярных интернет-платформ



Слайд 18

19. Пути противодействия и профилактика киберпреступности

ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ И ПРОФИЛАКТИКА КИБЕРПРЕСТУПНОСТИ

1. Обучение и информирование.
2. Использование антивирусного и антиспамового программного обеспечения.
3. Многофакторная аутентификация.
4. Проверка URL-адресов.
5. Осторожность при открытии вложений и клике на ссылки.
6. Сообщение о подозрительной активности



Слайд 19

20. Обобщение и совместные выводы при постановке наводящих вопросов ведущим

ДАВАЙТЕ СДЕЛАЕМ ВЫВОДЫ

Осознание вреда интернета – важный аспект цифровой грамотности.

Интернет предоставляет огромное количество возможностей, но также сопряжен с рисками и негативными последствиями



Слайд 20

21. Мотивационный слайд. Комментарии. Случаи из жизни



Слайд 21

22. Общие правила при работе в Интернете. Пояснение и обоснование каждого из данных положений

ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПРИ РАБОТЕ ИНТЕРНЕТЕ



1. Поступайте в сети и пишите так, как поступили бы в реальной жизни и как хотели бы, чтобы поступали с вами.
2. Уважайте своих собеседников и чужую собственность в интернете, за ними скрываются настоящие люди и реальный труд.
3. Не сохраняйте на своем компьютере неизвестные файлы, не переходите по ссылкам от незнакомцев, какими бы заманчивыми они не были.
4. Обязательно установите антивирус и фаерволи, регулярно обновляйте их базы.
5. Не запускайте неизвестные файлы, особенно с расширением *.exe.
6. Старайтесь давать как можно меньше информации о себе в интернете.
7. Будьте осторожны при общении с незнакомыми людьми в сети

Слайд 22

23. Мотивационный онлайн-тест "Безопасность в сети Интернет" на платформе OnlineTestPad. Организация мини соревнования по его результатам

БЕЗОПАСНОСТЬ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ



Тест

Имеет 20 вопросов с выбором ответов. На странице результатов необходимо внести Ф.И.О. и почту ведущего для сравнения результатов участников

<https://onlinetestpad.com/ru/test/140841-bezopasnost-v-seti-internet>

Слайд 23

24. Стихотворение "Разговор кота с мышкой". Трогательная речь кота, являющаяся метафорой для погружения в собственное окружение и обдумывание своих поступков

Разговор кота с мышкой

Елена Самарина-Эндерс

-Уж скоро за полночь, а ужина все нет!...
О,мышь,...перегрызи им интернет!...
Заставь хоть на минуту оторваться,
Да, интернета стоит нам бояться...
-Как жаль, что это комп, а не собака,
А то бы точно с ним затеял драку.
Ну,мышь,...чего ты там шуршишь?!...
И мониторы им не отключишь!...
-Скажу тебе я,мышь,как на духу,
Вернуть бы им ладзд сейчас соку,
Чтобы в ястре больше не торчали,
А лучше бы,как раньше,все пахали...
-Как кушать хочется,а им и дела нет,
Ушли все с головою в интернет,
И не сказали,жидать когда обратно,
И сами не едят...Вот не понятно...
-Мышь,ты вернись там?!...Чего молчишь?!...
-Я не могу,тут ток,а ты кричишь...
Да и потом,тут тетка у меня,
Какая ни на ссть,а все ж родня...



Слайд 24

25. Подведение итогов и рефлексия. Ответы на вопросы

СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!

Слайд 25

26. Скрытый слайд со ссылками на использованные источники

ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ

1. Фон для презентации компьютерная зависимость // Top-Fon [Электронный ресурс]
Режим доступа : <https://top-fon.com/fony-dlja-prezentacii/3485-fon-dlja-prezentacii-kompjuternejaja-zavisimost-186-foto.html>. Дата доступа : 11.03.2024.
2. Компьютерная зависимость: причины возникновения и виды помощи зависимым // Дзен [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://dzen.ru/a/YzV-Ged93TN2rACs>. Дата доступа : 11.03.2024.
3. Герасимова, Д.В. Интернет и его влияние // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2016. № 11-4. С. 649–651.
4. Мошенничество в интернете // Кибербезопасность CISOCUB [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://cisoclub.ru/moshenniki-v-internete/>. Дата доступа : 11.03.2024.
5. Безопасность в сети Интернет // Online Test Pad [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://onlinetestpad.com/ru/test/140841-bezopasnost-v-seti-internet>. Дата доступа : 11.03.2024.
6. Разговор кота с мышкой (Елена Самарина-Эндерс) // Стихи.ру [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://stihi.ru/2010/10/30/551>. Дата доступа : 11.03.2024

Слайд 26

На слайде 23 приведен QR-код для перехода к онлайн-тесту. Тест не является авторским. Он находится в открытом доступе на платформе.

Участникам предлагается отсканировать его со своего смартфона и выполнить. В зависимости от состава аудитории, ее настроения, может быть организовано мини-соревнование по результатам выполнения данного теста. Тест носит мотивационный характер. Позволяет на основе поставленных вопросов и вариантов ответов на них индивидуально осмыслить содержание темы.

В конце мероприятия подводятся итоги. И проводится рефлексия.

При подготовке презентации и информации к мероприятию мною использовалась как основные источники [2–6; 9; 10], указанные в списке, а также другие ресурсы свободного доступа интернет.

Список использованных источников

1. Безопасность в сети Интернет // Online Test Pad [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://onlinetestpad.com/ru/test/140841-bezopasnost-v-seti-internet>. Дата доступа : 12.03.2024.
2. Герасимова, Д.В. Интернет и его влияние / Д. В. Герасимова // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2016. № 11–4. С. 649–651.
3. Компьютерная зависимость: причины возникновения и виды помощи зависимым // Дзен [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://dzen.ru/a/YzV-Ged93TN2rACs>. Дата доступа : 12.03.2024.

4. Мошенничество в интернете // Кибербезопасность CISOCLUB [Электронный ресурс]. Режим доступа : [**https://cisoclub.ru/moshenniki-v-internete/**](https://cisoclub.ru/moshenniki-v-internete/). Дата доступа : 12.03.2024.
5. Самарина-Эндерс, Е. Разговор кота с мышкой // Стихи.ру [Электронный ресурс]. Режим доступа : [**https://stihi.ru/2010/10/30/551**](https://stihi.ru/2010/10/30/551). Дата доступа : 12.03.2024.
6. Славинская, О.В. Методическая разработка воспитательного мероприятия "Если хочешь быть здоров!" / О.В. Славинская, К.А. Белоусова // Мастерство online [Электронный ресурс]. 2023. № 2(35). Режим доступа : [**http://ripo.unibel.by/index.php?id=6910**](http://ripo.unibel.by/index.php?id=6910). Дата доступа : 12.03.2024.
7. Фон для презентации компьютерная зависимость // Top-Fon [Электронный ресурс]. Режим доступа : [**https://top-fon.com/fony-dlja-prezentacii/3485-fon-dlja-prezentacii-kompjuternaja-zavisimost-186-foto.html**](https://top-fon.com/fony-dlja-prezentacii/3485-fon-dlja-prezentacii-kompjuternaja-zavisimost-186-foto.html). Дата доступа : 12.03.2024.