

Классный час «Компьютер – враг, друг, помощник»

Цель: Содействовать определению места и роли компьютера в жизни современного человека.

Ход:

1. Вступительная часть.

Здравствуйте дорогие ребята, я очень рада встречи с вами! Ого как вас много! Как файлов в моем компьютере. Кстати наш разговор то сегодня о компьютере.

На слайде экскаватор, самолет, компьютер.

- Назовите их одним словом? (машины, техника).

- Подбери каждому предмету определение по образцу.

Трактор - сильный, самолет -(быстрый), компьютер – (умный). Без них невозможно представить современный мир.

Еще 20 лет назад компьютер был диковинкой, а в настоящее время он стал многим доступен. **Постановка проблемы.**

Ребята, как вы думаете: компьютер – друг, помощник или враг? (мнения детей: друг и помощник, враг, и то, и другое). Хорошо, что у каждого свое мнение. Я предлагаю вам побыть в роли компьютера.

2. Основная часть.

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

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

Повернитесь друг к другу, и скажите: «Мне с тобой так весело, я рад тебя видеть».

Какие чувства испытали? А сейчас представьте что перед вами компьютер- улыбнитесь компьютеру, скажите ему как вы рады его видеть. Вы испытали приятные чувства, радость, тепло от такого общения?

-Ребята а как вы поступите в следующей ситуации?

Друзья 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).

А теперь я предлагаю продолжить следующую фразу: Компьютер – друг, но....(нельзя забывать о друзьях, людях, семье)

Б) Компьютер – помощник –(ввод информации).

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?**

Ребята оказывается 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.

В) Компьютер – враг. Компьютеры сделались настолько обыденными, что невольно забываются связанные с их использованием опасности.

- **Какой вред приносит компьютер?** 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 специалистам.

-А чтобы компьютер не стал врагом я даю вам памятки с упражнениями. И одно из этих упражнений мы сделаем вместе с вами.

-Ребята на доске вы видите плакат, я предлагаю вам по траектории восьмерке перемещать взгляд сначала по часовой стрелке и против часовой стрелки. Повторять его надо 4-5 раз.

Учитель. Занятия на компьютере необходимо ограничивать по времени, во-первых, для того, чтобы не навредить своему здоровью, физическому и психическому. Но хотелось бы, чтобы вы, ребята, работая или играя на компьютере, не забывали о том, что вокруг вас так много интересного и без компьютера. Это игры во дворе с друзьями, общение с родными, чтение книг, занятия спортом или в музыкальной школе, прогулки по парку с любимой собакой, учёба в школе, просто наблюдение за красотами природы.

Ребята, чтобы вы меньше проводили времени с компьютером, я научу вас играть в интересную игру.

-Я предлагаю встать всем в круг. Когда зазвучит музыка – передаем шарик по кругу. Музыка останавливается и тот у кого останется в руках шарик весело начинает себя хвалить. **Например: я самый классный! Поехали!**

-Вот и подошел наш разговор ребята к концу.

-Я очень рада нашему знакомству. Мне было очень приятно с вами общаться. Не знаю увидимся ли мы с вами когда-нибудь еще, но мне показалось, что мы с вами стали чуточку ближе. До скорых встреч!

- Положите руку на край стола ладонью вниз. Взявшись за пальцы другой рукой, отведите кисть назад и удерживайте в таком положении в течение 5 секунд. Повторите упражнение для другой руки.
- Слегка упритесь рукой в стол, на 5 секунд напрягите пальцы и запястье. То же сделайте другой рукой.
- Сильно сожмите пальцы в кулаки, затем распрямите их.
- Сядьте на стул прямо, ноги твёрдо поставьте на пол (если стул на колёсиках, позаботьтесь о том, чтобы он оставался неподвижным). Наклонитесь как можно ниже, чтобы достать головой колени. Оставайтесь в таком положении 10 секунд, затем распрямитесь, напрягая при этом мышцы ног. Повторите упражнение 3 раза.

Упражнения для глаз при работе с компьютером

- На счёт 1-4 закрыть глаза с напряжением, на счёт 1-6 раскрыть глаза.
- Посмотреть на кончик носа на счёт 1-4, а потом перевести взгляд вдаль на счёт 1-6.
- Не поворачивая головы, медленно делать круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз-вправо. Затем посмотреть вдаль на счёт 1-6.
- Держа голову неподвижно, перевести взор и зафиксировать его: на счёт 1-4 - вверх, на счёт 1-6 - прямо; затем так же вниз-прямо, вправо-прямо, влево-прямо. Прodelать движение глазами по диагонали сначала в одну, потом в другую сторону, затем посмотреть прямо, на счёт 1-6.
- Посмотреть на кончик указательного пальца, удалённого от глаз на расстояние 25-30 см, на счёт 1-4 медленно приблизить его к кончику носа, потом, опять же глядя на кончик пальца, отдалять от носа на то же расстояние.
- «Метка на стекле»: переводить взгляд с метки на стекле окна (красный кружок диаметром 3-5 мм) на выбранный предмет вдали за окном.
- Перемещать взгляд по траекториям, изображённым на больших плакатах: по восьмёрке, по часовой стрелке и против часовой стрелки.

Упражнения выбираются по желанию, каждое из них повторяется 4-5 раз. Общая длительность упражнений должна равняться 2 минутам.