**Засоби комунікації і здоров’я**

**Мета:** навчати учнів аналізувати небезпеку порушення правил користування комп’ютером, мобільним телефоном, плеєром для здоров’я; активізувати критичне ставлення дітей до впливу телебачення на свідомість людей; ознайомити з новим видом душевних хвороб — ігроманією, «зависанням» в Інтернеті; розвивати вміння протистояти шкідливому впливу електронних засобів на здоров’я; виховувати силу волі.

**Хід уроку**

**I. ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ МОМЕНТ**

**II. АКТУАЛІЗАЦІЯ ОПОРНИХ ЗНАНЬ**

*Фронтальне опитування*

— Як поводяться люди, які вживають алкоголь, наркотики, токсичні речовини, палять?

Хто такі токсикомани? *(Люди, які спеціально вживають або нюхають токсичні (отруйні) речовини для одурманення. Токсикомани завдають непоправної шкоди своєму здоров’ю. Токсикоманам здається, що вони забувають про свої проблеми, приємно «розслабляються», світ бачать «рожевим». Страждають мозок, шлунок, очі, змінюється склад крові. Встановлено, що тривалість життя токсикоманів скорочується на 20–30 років.)*

— Як можна відмовитися від небезпечних пропозицій? *(Придумати причину, змінити тему розмови, впевнено відмовитися, нічого не пояснюючи.)*

— У кого із вас є особистий мобільний телефон? Для чого вам його придбали?

— Скільки часу ви проводите перед телевізором?

— Чи вмієте ви користуватися комп’ютером і як саме ви з ним працюєте?

**III. ПОВІДОМЛЕННЯ ТЕМИ І МЕТИ УРОКУ**

— Сьогодні на уроці ви більше дізнаєтеся про вплив телебачення, мобільних телефонів, комп’ютерів на здоров’я. З’ясуєте, якої шкоди нашому здоров’ю завдає зловживання електронними засобами.

**IV. ВИВЧЕННЯ НОВОГО МАТЕРІАЛУ**

**1. Тестування**

1. Чому ви надаєте перевагу?

Інтернету.

Телебаченню.

Радіо.

Книгам, газетам, журналам.

2. Скільки часу проводите перед телевізором?

Цілий вечір.

Кілька годин.

Весь вихідний день.

3. Які передачі переглядаєте?

Новини.

Серіали.

Музичні програми.

Дитячі фільми.

Розважальні програми.

Усе підряд.

4. Які фільми вам подобаються?

Комедії.

Фільми жахів.

Бойовики.

Інші.

5. Як ви використовуєте комп’ютер?

Слухаєте музику.

Дивитеся фільми.

Граєте в ігри.

Використовуєте для допомоги у навчанні.

6. Коли ви переглядаєте по телевізору фільми зі сценами насильства, ви:

Захоплюєтеся.

Боїтеся.

Таких фільмів не дивитеся.

**2. Повідомлення вчителя**

— Сучасний вік зробив телевізор і комп’ютер невід’ємними атрибутами не лише офісів, але й кожної квартири в місті і селі. Телевізор і комп’ютер — прекрасна розвага. Однак саме ці геніальні винаходи стають причинами головного болю, погіршення зору, болей у хребті. Телевізійні передачі при тривалому їх перегляді несприятливо впливають на окремі функції зору дітей, на виникнення порушень нервової системи, на погане самопочуття. Дозволяючи дітям переглядати телевізійні передачі, працювати чи грати за комп’ютером, необхідно дотримувати таких правил:

* переглядати тільки спеціальні дитячі передачі;
* тривалість безперервного перегляду не повинна перевищувати 45 хв;
* за комп’ютером працювати у спеціальних окулярах;
* тривалість роботи за комп’ютером для дітей початкових класів не повинна перевищувати 30–40 хв.;
* комп’ютер потрібно розташовувати в кутку чи задньою стінкою до стіни;
* у приміщенні, де працює комп’ютер, необхідне щоденне вологе прибирання;
* до і після роботи на комп’ютері слід протирати екран спеціальними серветками;
* уважають, що наші зелені друзі — кактуси — також допомагають зменшити негативний вплив комп’ютера;
* під час грози слід обов’язково вимикати комп’ютер;
* не забувати частіше провітрювати кімнату.

— У Японії вчені досліджували наслідки тривалого перебування дітей у віртуальному інформаційному просторі, зокрема під час багатогодинної комп’ютерної гри. Результати цих досліджень уражають:

* у дітей, які грають у комп’ютерні ігри, можуть виявлятися хронічні зміни у розвитку головного мозку;
* комп’ютерні ігри стимулюють лише ті частини головного мозку, які відповідають за зір та пересування, та не допомагають у розвитку інших його важливих ділянок;
* у дітей, які довго грають у комп’ютерні ігри, не розвиваються лобні долі мозку, що відповідають за поведінку, розвиток пам’яті, емоції, навчання; ці частини мозку повинні розвиватися до досягнення дорослого віку.

*Ознаки ігроманії*

1. Ейфорія від гри.

2. Невміння визначити час завершення гри.

3. Роздратування, коли хтось просить відволіктися від гри.

4. Ідентифікація себе із героєм гри.

5. Чаювання, прийоми їжі перед монітором.

6. Гра на комп’ютері стає альтернативою сну, відпочинку.

7. Агресивна поведінка, замкнутість. Дитина не хоче спілкуватися, а якщо щось каже, то крізь зуби, на підвищених тонах.

— Не можна сьогодні не згадати і про мобільні телефони: їхню користь і шкідливість. Ми звикли ставитися до мобільного телефону як до цілком безпечної речі, тому й носимо його у кишені, сумочці чи на шиї. Виявляється, це дуже небезпечно. Не так давно відразу кілька фатальних випадків сталися внаслідок вибуху мобільних телефонів. Це шокувало мільйони їх власників. Ось деякі приклади таких випадків.

* У Китаї внаслідок вибуху мобільника загинув підліток, який мав звичку носити апарат у кишені сорочки.
* 59-річний каліфорнієць дістав опіки половини тіла внаслідок самозаймання мобільного телефону в його кишені.
* Ще одна американка постраждала від вибуху мобільника — обпечені обличчя і руки.
* У Дніпропетровську внаслідок самозаймання телефону, який був підключений до зарядного пристрою, загинуло подружжя.
* Кілька випадків вибуху мобільних телефонів зафіксовано в Київській області.

— Більшість школярів користуються телефоном з відеокамерами, доступом до Інтернету. Діти хочуть бути оригінальними, щоб когось принизити чи самому похизуватися. Таким чином пропагується жорстокість і розпуста. Поява подібних тенденцій в учнівському середовищі викликає занепокоєння і стурбованість. У зв’язку із цим міністр освіти видав наказ Міністерства освіти і науки України від 24.05.07 № 420 «Про використання мобільних телефонів під час навчального процесу». Цим наказом з 1 вересня 2007 року забороняється користування мобільним телефоном у школі. Учні мають користуватися мобілками лише як засобом зв’язку і не під час уроків.

**3. Робота за підручником (с. 72–76)**

*Вправа «Мікрофон»*

Учитель пропонує учням розглянути мал. 18, назвати зображені на ньому засоби комунікації і відповісти на запитання, подані у підручнику.

*Робота в малих групах*

Учні по черзі називають свій улюблений засіб комунікації, розповідають, чому він їм подобається і як би вони хотіли його вдосконалити.

— Прочитайте висновок у підручнику.

— Наведіть приклади, як сучасні засоби комунікації корисно впливають на сучасне життя людей.

— Чи погоджуєтеся ви з думкою, що кожне з цих досягнень є цілком безпечним?

*Робота в групах*

Учні об’єднуються у 3 групи *(«мобільний телефон», «комп’ютер», «телевізор»)*, читають відповідний розділ параграфа й оформлюють плакат про небезпеки, пов’язані з цим засобом комунікації, та правила користування ним.

— Прочитайте висновок у підручнику.

— Які правила користування мобільними телефонами ви знаєте? Які нові правила ви прочитали? Які правила ви виконуєте? Які ще не навчилися виконувати?

*Вправа «Мікрофон»*

Учитель пропонує учням за мал. 19 назвати ситуації, в яких небезпечно користуватися мобільним телефоном.

— Прочитайте висновок у підручнику.

— У чому полягає небезпека комп’ютера та Інтернету?

— Назвіть правила користування комп’ютером, Інтернетом. Які з них ви виконуєте?

— Прочитайте висновок у підручнику.

— Назвіть можливі проблеми, які пов’язують з телебаченням.

— Назвіть правила користування телевізором. Які з них ви виконуєте?

— Прочитайте висновок у підручнику.

**4. Фізкультхвилинка**

**V. УЗАГАЛЬНЕННЯ Й СИСТЕМАТИЗАЦІЯ ЗНАНЬ**

**1. Робота в групах**

Завдання для груп було задане заздалегідь.

1-ша група. Роль телебачення у житті людини, його шкідливий вплив на свідомість дітей.

2-га група. Інтернет та ігроманія — сучасна залежність школярів.

3-тя група. Мобільний телефон. Практичність чи примха дітей?

**2. Презентація груп**

*Висновок*. У сучасному житті вже не обійтися без телебачення, Інтернету, мобільного зв’язку. Проте необхідно пам’ятати, що зловживання цими засобами інформації можуть призвести до наслідків, що негативно впливають на психіку дітей, а тому загрожують здоров’ю молодого покоління.

**3. Вправа «Мікрофон»**

— Як захистити себе від шкідливих впливів засобів інформації?

*Висновок*. Пам’ятай, що твої життя і здоров’я — найбільша цінність, тому бережи їх від шкідливих впливів!

**4. Гра «П’ять речень»**

Учні в п’яти реченнях формулюють засвоєні на уроці знання.

**VІ. ПІДБИТТЯ ПІДСУМКІВ. РЕФЛЕКСІЯ**

— Як використання телебачення, комп’ютерів, мобільних телефонів та інших електронних засобів впливає на суспільство?

— Як до них ставитися — як до друзів чи ворогів?

**VІІ. ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ**

Підручник (с. 72–76).