**МАОУ Зареченская СОШ №2**

**Классный час**

 ***«Социальные сети:
вред или польза?»***



 **Составила: кл. рук. 8 б класса Волкова Людмила Николаевна
Дата проведения: 14.10.2015**

 **Тоцкое-2**

**Цель:** Формирование критического отношения и восприятия социальных сетей.

**Задачи:** познакомиться с историей соц.сетей, выяснить плюсы и минусы общения в соц.сетях, получить информацию о негативных факторах, сопровождающих чрезмерное увлечение социальными сетями, сделать вывод.

**Оборудование:** видеоматериал о соц.сетях, презентация, карточки для работы в группах, компьютеры, выход в Интернет.

1. **Организационный момент:** сообщение темы, задач классного часа.

*Видеоролик Социальная сеть:* ***См. приложение 1.***

Знакомо ли вам то, что показано в ролике???

Как вы думаете, так ли всё в жизни легко получается?? Так ли легко стать друзьями в реальном мире, как в виртуальном??? Вырастить цветок,
ухаживать за животным, строить отношения???

( ответы)

Давайте разберемся.

**Почему же вы проводите столько времени в соц. сетях (Слайд 1)***20 учеников ответили*Как видите, вы проводите большую часть своего свободного времени в социальных сетях, что вас привлекает в этом занятии???? И есть ли минусы такого общения?

**Давайте определим все плюсы общения в соц.сети:**

( **на доске** плюсы соц.сети минусы соц.сети)

Дети выражают мнение по поводу плюсов и минусов

Примерные ответы:

**+** общение с людьми из разных городов

Легкий поиск видео, музыки, фотографий

Легкий способ найти друзей по интересам

**-** вред здоровью: ухудшение зрения

( предположительно минусов будет меньше, чем плюсов)

1. **Давайте оставим эту таблицу до конца нашей беседы и потом посмотрим, добавится ли плюсов и минусов после полученной информации.**

А пока познакомимся с историей создания соц. сетей

**История соц. Сетей ( слайд 2)**

Топ-25 Самых Популярных Социальных Сетей Мира

Пользователи всего мира проявляют большой интерес к социальным сетям. Сегодня речь пойдет о самых успешных социальных сетях мира.

1. Facebook – безусловный лидер, социальная сеть объединяющая уже более 120 миллионов пользователей и не собирающая останавливаться на этом.

2. MySpace – социальная сеть, долгое время державшая лидерство в мире. MySpace до сих пор остается самой популярной социальной сетью для американцев.

3. Hi5 – не смотря на то, что штаб-квартира сети расположена в США, сеть не снискала большой популярности у американцев. Зато в ряде других стран, таких как Мексика, Перу, Ангола, Мозамбик, Монголия, Тайланд, Сирия, Румыния, Португалия – сеть является безусловным лидером.

4. Vkontakte – Контакт является четвертой по популярности социальной сетью в мире.

1. Orkut – на пятом месте бразильская часть социальной сети Orkut, созданной Google. Социальная сеть номер один в Бразилии.

**Рассказ учителя об истории соц.сетей**

Начало современной теории социальных сетей положили в 1951 году Рэй Соломонофф и Анатолий Рапопорт. В 1959-1968 гг. венгерские математики Пол Эрдос и Альфред Реньи написали восемь статей, описывающих принципы формирования социальных сетей.

Официальным началом бума социальных сетей можно считать 2003 год, когда были запущены проекты MySpace, Hi5 и Linkedln.

Facebook - веб-сайт самой популярной социальной сети. Дата основания сайта - 4 февраля 2004 года. Facebook зародился как сайт для общения студентов Гарвардского университета.

Основателем сервиса является Марк Цукерберг, который смонтировал портал в общежитии университета. Благодаря своему сайту Марк Цукерберг стал самым молодым "бумажным" миллиардером в свои 23 года. В марте 2008 года журнал Forbes включил Цукерберга в список самых богатых людей мира.

Основным отличием Facebook от существовавших тогда социальных сетей стала именно возможность контакта: Цукерберг предложил людям простой и удобный способ обмениваться информацией друг о друге.

Главной идеей будущего популярного проекта « Вконтакте»( русский вариант Facebook) был «Проект позволит студентам и выпускникам из самых разных университетов и факультетов всегда оставаться в контакте.

Начались работы по сбору баз данных учебных заведений, факультетам, кафедрам России, был проделан немалый объем работы, но, было понятно, что это не общий список. Поэтому в системе была оставлена возможность добавлять свои поля.

Над названием будущего проекта думали всей командой, вначале были идеи типа студент.ру, но, согласившись с тем, что все, рано или поздно становятся выпускниками, и главная задача проекта – что бы люди оставались в контакте друг с другом и после окончания обучения… Название Вконтакте предложил Павел Дуров, название сразу понравилось всей команде, только сам Павел Дуров сомневался в этом названии. Летом 2006 года уже работала закрытая альфа-версия проекта. Дальше посещаемость и популярность увеличивалась по геометрической прогрессии – хотя бы один студент в своей группе узнавал о В контакте, и через небольшое время практически вся группа была зарегистрирована в социальной сети, создавали свои странички, закачивали фотографии и видео, общались и договаривались о встречах через Интернет.

В контакте брал все новые и новые вершины — вначале попал в «50 самых быстро растущих сайтов рунета», летом 2007-го уже попадает в пятерку самых посещаемых сайтов рунета, в декабре 2007-го занимает второе место по посещаемости, уступая лишь mail.ru. Так сайт Вконтакте становится самой популярной социальной сетью России. По данным на январь 2012 года ежедневная аудитория «ВКонтакте» — более 35 миллионов человек.

А у вас есть страничка Вконтакте?

**Если зайти на ваши странички В контакте мы видим вашу фотографию, фото своих близких, любимую музыку..и огромное поле для общения, то есть то, с чем вы сталкиваетесь каждый день, и что заставляет вас проводить часы за компьютером, но прежде чем, представить вам негативную информацию о соц.сетях, мне бы хотелось спросить.**

Сколько у вас людей в друзьях? (ответы)
Сколько из этих людей ваши настоящие друзья в жизни?(ответы)
Скольких из этих людей вы не знаете вообще? (ответы)

**Давайте теперь обсудим полученную информацию**

Настоящих друзей в разы меньше, чем друзей по контакту, а так же имеется большое количество людей, которых вы не знаете. Всегда ли вы знаете, с какой целью они добавились к вам в друзья? Не хотят ли они получить какую-то информацию от вас? Не являются ли они мошенниками?

**Слайд 3**

«ВКонтакте», как любая крупная социальная сеть, может служить удобной платформой для мошенников. Так, в рассылаемых вручную письмах или сообщениях в группах пользователям предлагался льготный способ повышения рейтинга через отправку сообщения SMS на определённый номер. Кроме того, мошенники могут получить доступ к компьютеру жертвы, используя такие программы, как Trojan. В 2009 году злоумышленники выложили в открытый доступ пароли к 135 тыс. учётным записям. Данные были собраны с помощью троянской программы . В ряде случаев пользователи, заразившие компьютер червём, теряли файлы.

Наряду с другими социальными сетями «ВКонтакте» часто называют одним из самых удобных источников для извлечения информации и поиска персональных данных. Мошенник, добавившийся к вам в друзья часто имеет доступ к личной информации: имя, фамилия, возраст, школа, университет, место работы, адрес, имена, фамилии членов семьи, окружения, а так доступ к фотографиям и иногда личным сообщениям. Всю эту информацию мошенник может использовать против вас. ( например, представиться вашим другом, чтобы попасть к вам домой, вымогать деньги у родителей, зная ваши данные и имея фотографию и т.д.)

Часто злоумышленники представляются агентами модельных студий и просят прислать девушек свои фотографии, которые потом появляются на разных рекламных сайтах.

**Следующий вопрос ,который мне хотелось бы затронуть -это время, проведенное в сети. (Слайд 4)**

Предполагали ли вы что, чрезмерное увлечение социальными сетями в интернете может вредить здоровью из-за сокращения общения с реальными людьми?

По мнению ученых, недостаток живого общения может негативно влиять на работу иммунной системы организма, гормональный баланс, работу артерий и процессы мышления, что в долгосрочной перспективе повышает риск появления и развития таких болезней, как рак, сердечно-сосудистые заболевания и слабоумие.

Люди, страдающие "комплексом недостаточности", неудовлетворенные своей внешностью или малым вниманием окружающих к своей персоне, чаще всего и подсаживаются на "онлайновую" иглу. Как правило, это люди гуманитарного склада ума, склонные к фантазиям, любящие приврать "для красоты" и часто выдающие желаемое за действительность. "Сетемания" имеет физиологические признаки, по которым ее можно классифицировать как психическое заболевание, а не просто как нехорошую привычку. Это "влажные", как при базедовой болезни, глаза, повышенное потоотделение и хроническая бессонница. Дело в том, что частое "брожение" по Сети создает в мозгу повышенный уровень допамина - вещества, подобного адреналину. Зависимый испытывает во время общения в чатах возбуждение, которое сродни азартной лихорадке игрока. Он раз за разом хочет повторить это состояние и начинает использовать Интернет как средство для получения удовольствия.

Пищевые расстройства включают широкий спектр аномальных психических и поведенческих изменений, связанных с питанием и массой тела, таких как анорексия и булимия. В своих исследованиях ученые проанализировали влияние двух факторов на развитие расстройств пищевого поведения у молодых девушек: воздействие СМИ и самооценки.

Результаты исследований показывают, что чем больше времени девочки тратят на соц.сети, тем больше они страдают от булимии и анорексии. Они недовольны своей фигурой, негативно оценивают свое тело, имеют "нездоровый" подход к еде и испытывают больше желание сесть на диету, чтобы сбросить вес. Обширно и воздействие сети на траты, связанные со следованием моде и покупкой музыки, но это проявляется в меньшей степени, чем расстройства пищевого поведения.

Люди, проводящие в сети большое количество времени не могут плодотворно работать, учиться, общаться, заниматься спортом, Интернет заменяет им реальную жизнь.

**И последний вопрос, который мне бы хотелось с вами обсудить - это отношения в соц. сетях.**

Различно ли ваше поведение в соц. сети и в реальной жизни??
И как легко вы заводите и прекращаете отношения в сети?
Насколько более смелыми и дерзкими могут ваши ответы людям, по сравнению с вашим общением в реальном мире?
Насколько вы хотите быть более интересным человеком, чем вы есть на самом деле?**(слайды)
- *Желание приукрасить действительность.*** Опираясь на современные исследования в области Интернет- общения, можно с твердостью утверждать, что 70% активных посетителей социальных сетей приукрашивают свою жизнь и добавляют события для поддержания общения. Кроме того, возможность изменить реальность и предстать в социальной сети богатым и успешным также многих прельщает. Для собеседников в сети можно представиться владельцем сети магазинов и обладателем новенького Лексуса.

**- *Подмена реального общения*** ведет к потере чувства реальности и навыков социального общения. В живом разговоре нельзя поставить смайл или facepalm ...

**- *Высказывания под маской:*** в живом диалоге человек постесняется употреблять нецензурные выражения или откровенную критику, а в сети – нет, закрывшись под картинкой он смело вступает в полемику по любым вопросам.

**- *Подмена понятий* –** «добавить в друзья», «удалить из друзей», создает ощущение, что в реальной жизни так же просто строятся отношения (ведь читать новости знакомого, а часто незнакомого человека не значит дружить).

**- *Подмена реальных действий виртуальными* –** добавь на страницу свечу памяти по погибшим в авиакатастрофе, добавь георгиевскую ленточку, гвоздику и т.д. в честь Дня Победы, добавь цветы сакуры в помощь пострадавшим в Японии. Вместо реальной гвоздики ветеранам, вместо активной помощи благотворительным организациям и пострадавшим людям - человеку в сети кажется, что он, добавив картинку, сделал дело.

Взгляните на свою страницу в социальной сети: насколько справедливы мои высказывания?

Оцените в течение 5 минут, верно ли то, что существует тотальная подмена понятий в соц.сетях, выскажите свое мнение.
**Мы с вами поняли, что соц.сеть-это иногда зависимость для тех, кто подменяет реальное общение виртуальным**

**Вы видите вопросы, попробуйте выяснить, у кого из вас есть зависимость от соц. сети.**

**Признаки зависимости (карточка)**1. Постоянно возникает навязчивая потребность просмотреть свои входящие сообщения, даже зная о том, что никто не должен был написать, вас всё равно тянет включить свой персональный компьютер и проверить это. А возможно вы вообще постоянно находитесь онлайн, даже на ночь не отключая интернет, чтобы не пропустить что-либо интересное.

2. Вы слишком много времени проводите у экрана своего монитора, и каждый раз, заходя в социальную сеть, обещаете себе, что пробудете там лишь пару минут, а в итоге с ужасом обнаруживаете, что прошло полдня. Вас тянет десятки раз на дню просматривать страницы друзей, в надежде, что хоть кто-нибудь из них обновил информацию.

3. Вы испытываете острое желание регулярно обновлять статус на своей странице, обсуждать с друзьями каждый свой шаг, фотографировать себя везде и всюду, и чаще выкладывать новые снимки. Вам важно, сколько людей посетило вашу страницу в течение дня, и как они прокомментировали ваши обновления.

4. Всё общение с друзьями происходит в основном через социальную сеть, вы уже забыли, когда видели их в последний раз.

5. - Игра в различные приложения является хорошей альтернативой другим повседневным делам, вас затягивает этот процесс, вам важно пройти больше уровней и повысить рейтинг.

6. - Вы испытываете жуткое раздражение, если по какой-либо причине не можете попасть на свою страничку в социальной сети. Вы становитесь будто оторванным от внешнего мира.

Всё это говорит о том, что вы определенно склонны к затяжной зависимости от сетевых ресурсов. Но, даже если вы обнаружили у себя все признаки – не стоит отчаиваться, у вас всегда есть время взять себя в руки, нужно только вовремя суметь сказать себе «Стоп!».

Есть ли зависимые???? как им помочь??

Вывод:

Обращаю внимание обучающихся на доску, где были прописаны плюсы и минусы общения в соц.сетях, предлагаю добавить – обсуждаем.

Минусы социальных сетей

Подобно лекарству, которое, в зависимости от дозы, может быть и полезным и вредным, в общении в социальных сетях время является основным показателем полезности. Постоянное присутствие в соцсети может даже нанести определенный вред здоровью: гиподинамия, снижение зрения – вот
к чему может привести многочасовое сидение за компьютером.

Потеря навыков живого общения также не способствует развитию коммуникабельности. Особенно подвержены влиянию социальных сетей подростки – у них даже может выработаться зависимость, при которой отсутствие доступа в интернет может вызвать настоящую психическую «ломку».

Еще один минус – потеря мотивации к работе. Человек, попавший в зависимость от социальных сетей, становится менее активным и это сразу же заметили работодатели. Сегодня на многих предприятиях доступ сотрудников в соцсети недоступен, так как подобное общение сильно отвлекает от работы.

В соц.сетях орудует большое количество мошенников – есть риск попасться на их уловки.

 Плюсы социальных сетей

Социальные сети сильно увеличили возможности общения людей. Теперь очень легко найти себе друзей по интересам. Чем бы ни увлекался человек, можно не сомневаться, что в социальной сети он обязательно найдет своих единомышленников.

Регистрируясь в социальной сети, пользователь сообщает свои настоящие имя и фамилию, а также другие данные – возраст, учебные заведения, контактные телефоны. Это позволяет в считанные секунды найти любого человека, при условии, что он указал достоверные сведения о себе. Это очень весомый плюс – ведь раньше для того, чтобы найти друзей детства или одноклассников требовалось гораздо больше времени.

Имея аккаунт в социальной сети, человек всегда находится в курсе всего, что происходит с его друзьями, он может зайти на страничку любого интересующего его человека, посмотреть фотографии, прокомментировать новости или просто пообщаться. Это очевидное достоинство соцсетей – сегодня общаться стало гораздо проще и удобнее.

С помощью соц. сетей можно легко купить, продать, обменять что-либо

Можно просить о помощи в поиске человека, помощи в форме благотворительности

**А теперь давайте выработаем основные правила критического отношения к соц.сети: как можно избавиться от зависимости от соц.сетей, как не попасться на уловки мошенников и как превратить нахождение в интернете в приятный процесс, не мешающий вашей социализации.**

**Примерные идеи : (слайд в помощь)**

* Прежде всего, ограничьте свое время пребывания в социальной сети, установите себе временные рамки. Лучше потратьте свободное время с пользой для себя, наверняка, у вас накопилась приличная масса незавершенных дел, которые вы всё время откладывали «на потом».
* 2. Старайтесь почаще встречаться с друзьями лично, звоните им больше по телефону.Приглашайте в гости, посетите вместе какое-нибудь уютное местечко, где можно хорошо провести время, и вы поймете, что это гораздо интересней, чем проводить свой вечер у монитора. Выберите для себя хотя бы один день недели, который вы непременно сможете посвящать живому общению.
* 3. Чаще проводите свое время на свежем воздухе, найдите себе интересное занятие, которое отвлечет вас (например, купите абонемент в спортивный клуб, физические нагрузки помогут не только держать себя в форме, но и быть всегда в хорошем расположении духа).

*Как обезопасить себя от мошенников:*

1. Воздержитесь от выполнения указанной в сообщении просьбы(прислать деньги, оправитиь сообщение)

2. Свяжитесь с другом, от которого вы получили вышеуказанное сообщение, и уточнить у него, действительно ли он является автором послания.

3. Если выяснится, что страница пользователя взломана, поменяйте пароли в социальных сетях и электронной почте, а также проверьте компьютер на наличие вирусов.

4.не принимайте предложение дружбы от людей, которых не знаете

5.не используйте слишком простой пароль, иначе ваши шансы быть взломанными повышаются. Кроме того, не используйте один и тот же логин и пароль для различных сайтов

6.не оставляйте на странице слишком подробную информацию о себе, это может отлично сыграть на руку мошенникам

7.никогда не устанавливайте на свой компьютер программы, которые вам присылают в сообщениях. Тем более, от незнакомых людей

 **Давайте определим основную мысль нашего занятия**

ПОМНИТЕ!! что активное общение через социальные сети является лишь дополнением к полноценному живому общению. ( слайд )