

ПРОФИЛАКТИКА ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ В ШКОЛЕ

Сорокина Анастасия Федоровна, зам. директора по УВР,

МБОУ гимназия № 5

(Россия, Екатеринбург)

Толстоброва Людмила Владимировна, учитель русского языка и литературы, МБОУ гимназия № 5

(Россия, Екатеринбург)

Сегодня интернет-пространство – это то, что объединяет всех: детей, родителей, педагогов и весь мир. Редкий подросток или его родитель в России не знает, что такое Интернет. Однако, об опасностях, которые могут подстерегать в интернет-пространстве, многие не задумываются. Компьютер прочно вошел в нашу жизнь. Технический прогресс остановить невозможно, и, хотим мы того или нет, компьютерная грамотность становится составляющей общей грамотности, свидетельством образованности. Более половины обучающихся, отвечая на вопрос о своих интересах и увлечениях, упоминают компьютер, практически наравне с занятиями спортом, прогулками, общением с друзьями. В связи с этим можно говорить о такой проблеме, как интернет-зависимость.

В психологии под интернет-зависимостью (интернет – аддикцией) понимается неоправданно долгое, возможно патологическое, пребывание в Интернете [1].

Социологические исследования показали, что основной группой риска для развития этой социальной болезни в России стали дети в возрасте от 10 до 18 лет. Таким образом, среди современных профилактических направлений в школах все более актуальной становится проблема интернет-зависимости у подростков.

В связи с этим, в данной статье хотим предложить один из вариантов проведения классного часа в пятых классах по теме «Новая болезнь нашего времени или выдуманная угроза?», разработанный с учетом психолого-возрастных особенностей обучающихся.

На этапе актуализации знаний по данной теме обучающимся предлагается разгадать несколько загадок, например:

1. Сетевая паутина

оплела весь белый свет,
не пройти детишкам мимо.

Что же это? (Интернет)

2. Что за чудо агрегат

Может делать все подряд

Петь, играть, писать, считать

И хорошим другом стать (Компьютер)

На следующем этапе профилактического занятия мы предлагаем обучающимся выполнить несколько заданий в групповой форме.

Задание 1. На определение отрицательного и положительного влияния интернета на здоровье. Учащимся предлагается выполнить работу по карточками, которые содержат следующие факты. Например, «получает возможность общаться с друзьями, живущими далеко», «имеет возможность получить любую нужную ему информацию», «ухудшение зрения», «способствует развитию гиподинамии» и так далее.

Задание 2. На выявление причин компьютерной зависимости. Обучающимся предлагаются небольшие тексты, которые содержат причины компьютерной зависимости, не названные напрямую. Необходимо найти и сформулировать их.

В качестве завершающего задания каждой группе будет предложено оформить стенгазету, используя материалы занятия. Данные материалы урока будут размещены на стенде по внеурочной деятельности школы.

На этапе рефлексии ученикам предлагается пройти тестирование, разработанное в 1999 году доктором из Питтсбурга Кимберли Янг, которое выявляет уровень интернет-зависимости: обычный пользователь Интернета; есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом; Интернет-зависимость [2]. Тест адаптирован для детей подходящей возрастной группы. Анализ результатов теста показал, что около 50% (!)

обучающихся имеют второй уровень зависимости от интернета – «есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом».

Результатами апробации классного часа стали некоторые противоречия у самих обучающихся: с одной стороны, у учащихся сформировано понимание негативного влияния интернета. Задание, направленное на формулировку всех видов негативного влияния интернета на здоровье человека, было выполнено на 100% с меньшим количеством времени, которое было регламентировано. Вместе с тем, в стенгазетах учащиеся столкнулись с некоторыми затруднениями, формулируя советы по профилактике. Причиной, на наш взгляд, является необходимость постоянного включения интернет - ресурсов в образовательный процесс. Кроме того, ситуация усугубляется внедрением в учебную программу электронных учебников.

С учетом педагогического опыта считаем, что в современной школе в соответствии с ФГОС необходимым условием является наличие отдельной внеурочной воспитательной программы по профилактике интернет-зависимости, где на занятиях будут вестись разъяснения о том, как, где и когда необходимо пользоваться интернет-ресурсами, не навредив своему здоровью.

Список литературы:

1. Шадрина И.В. Интернет-зависимость (электронный ресурс): <http://www.vashpsixolog.ru/lectures-on-the-psychology/134-other-psychology/1855>
2. Кимберли С. Янг. Тест на интернет-зависимость. Энциклопедия психодиагностики PsyLab.