

Как не стать зависимым

В Детской библиотеке ЦБС Ибресинского района прошел час проблемного разговора об интернет-зависимости «Как не стать зависимым» с обучающимися 5 «г» класса МБОУ «Ибресинская средняя общеобразовательная школа № 1» (руководитель М. Н. Майорова).

Беседа началась с рассказа о том, что с приходом интернета у человечества появились новые возможности быстрого обмена информацией, кто-то использует интернет для работы, кто-то для игр и развлечений, кто-то для общения, для знакомств с новинками музыки, кино. Кроме положительного момента интернет несёт в себе и некоторую опасность. С этими подводными камнями познакомила ребят библиотекарь Мария Софронова. Из беседы ребята узнали, что увлечение интернетом может доходить до фанатизма: происходит потеря реального восприятия мира, событий, что не даёт человеку общаться с родными и друзьями. С помощью электронной презентации «Интернет-зависимость» ребята рассмотрели психологические и физические «симптомы», предвестники интернет-зависимости. Обучающиеся прошли адаптированный вариант экспресс-теста «Интернет в моей жизни». По результатам тестирования выяснили, что среди опрошенных интернет-зависимых нет.
В конце урока ребята сделали вывод: чтобы не стать интернет-зависимым человеком, нужно время от времени отдыхать от компьютеров, телефонов и планшетов. Реальная жизнь с живым общением, встречами и прогулками нисколько не хуже виртуальной.