

## Тема. Інструктування з безпеки життєдіяльності та правил поведінки під час роботи в комп'ютерному класі

### Очікувані результати заняття

Після цього заняття потрібно вміти називати правила техніки безпеки при роботі з комп'ютерною технікою, правила інформаційної гігієни

### Повторюємо

- Які правила поведінки при роботі з комп'ютерною технікою ви пам'ятаєте?
- Що таке інформаційна гігієна?
- Яку небезпеку становить надмірне захоплення комп'ютерними іграми?

### Ознайомтеся з інформацією

Правила інформаційної гігієни

<https://osvitoria.media/experience/informatsijna-gigiyena-pid-chas-vijny-7-bazovyh-pravyl/>

### Поміркуйте

- Яких правил інформаційної гігієни дотримуються члени моєї сім'ї та я особисто?
- Які з правил мені доводилось порушувати і з якими наслідками?

### Виконайте вправу

<https://learningapps.org/11798325>

### Ознайомтеся з інформацією

[Віртуальна реальність - Stop Sexting - Parents \(stop-sexting.in.ua\)](http://VirtualnaReальnist - Stop Sexting - Parents (stop-sexting.in.ua))

### Домашнє завдання

Кожного дня протягом тижня фіксуйте таку інформацію щодо дій в інтернеті:

1. Які з дій спричинили позитивні емоції (наприклад, щастя, радість тощо)?
2. Яка діяльність викликала негативні емоції (наприклад, гнів, стрес, тривога)? Чи можливо зменшити час, проведений саме таким чином?
3. Ваш час в інтернеті активний (онлайн-ігри, комунікація з іншими) чи пасивний (перегляд відео)?
4. Чи робили щось в інтернеті, що, на вашу думку, допомагає будувати стосунки з іншими?
5. Чи отримали ви відчуття успішності в будь-якій з тих дій, яку робили в інтернеті? Чи ви задоволені тим, як провели час в мережі? Чи все вдалось так, як планувалось?