[**Новые УРОКИ**](https://newuroki.net/)

Новый сайт от проекта UROKI.NET. Конспекты уроков, классные часы, сценарии школьных праздников. Всё для учителя - всё бесплатно!

[**9 КЛАСС**](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/9-klass-klassnye-chasy/)[**КЛАССНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ**](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/)



Ср. Июн 19th, 2024 **2:40:08 PM**



Страдания от кибермании —

классный час

**Автор** [**Глеб Беломедведев**](https://newuroki.net/author/gleb/)

 [ИЮН 19, 2024  #видео, #виртуальность, #зависимость, #игра, #игромания, #интеллект-](https://newuroki.net/tag/intellekt-karta/)

[карта, #интересные факты, #Интернет, #карта памяти, #кибермания, #кроссворд, #ментальная](https://newuroki.net/tag/mentalnaya-karta/) [карта, #облако слов, #полезные советы, #презентация, #ребус, #сеть, #тесты, #технологическая карта,](https://newuroki.net/tag/tehnologicheskaya-karta/) [#чек-лист](https://newuroki.net/tag/chek-list/) [ 16 фото  Время прочтения: 35 минут(ы)](https://newuroki.net/tag/tehnologicheskaya-karta/)



**Содержание** [[Скрыть](#_bookmark0)]

[1 Страдания от кибермании — классный час](#_bookmark1) [2 Вступление](#_bookmark2)

[3 Выберите похожие названия](#_bookmark3) [4 Возраст детей](#_bookmark4)

1. [Класс](#_bookmark5)
2. [Дата проведения](#_bookmark6)
3. [Вид занятия](#_bookmark7)
4. [Тип мероприятия](#_bookmark8)
5. [Форма организации классного часа](#_bookmark9) [10 Цель](#_bookmark10)
6. [Задачи](#_bookmark11)
7. [Ожидаемые результаты](#_bookmark12)
8. [Методические приёмы, методы, технологии обучения](#_bookmark13) [14 Прогнозируемый результат](#_bookmark14)
9. [Предварительная работа педагога](#_bookmark15)
10. [Оборудование и оформление кабинета](#_bookmark16) [17 Ход занятия / Ход мероприятия](#_bookmark17)

[17.1 Организационный момент](#_bookmark18)

* 1. [Актуализация усвоенных знаний](#_bookmark19)



***Уважаемые классные руководители! Данный классный час поможет вам и вашим ученикам осмыслить современные проблемы, связанные с чрезмерным увлечением виртуальным миром. В тексте этого занятия вы найдете технологическую карту, презентацию, интеллект-карту и другие активности, которые помогут эффективно организовать и провести***

***классный час на тему «Страдания от кибермании».***

* 1. [Вступительное слово классного руководителя](#_bookmark20) [18 Основная часть](#_bookmark21)
  2. [Виртуальная реальность или реальная жизнь?](#_bookmark22)
  3. [Компьютерные игры: польза или вред?](#_bookmark23)
  4. [Интернет-зависимость: миф или реальность?](#_bookmark24)
  5. [Киберспорт: профессия или болезнь?](#_bookmark25)
  6. [Баланс между реальным и виртуальным миром](#_bookmark26)
  7. [Жизнь без гаджетов: вызов или необходимость?](#_bookmark27) [19 Рефлексия](#_bookmark28)

[20 Подведение итогов занятия](#_bookmark29) [21 Технологическая карта](#_bookmark30)

[22 Смотреть видео по теме](#_bookmark31) [23 Полезные советы учителю](#_bookmark32) [24 Чек-лист педагога](#_bookmark33)

[25 Карта памяти для учеников](#_bookmark34) [26 Кроссворд](#_bookmark35)

[27 Интересные факты для занятия](#_bookmark36) [28 Тесты](#_bookmark37)

1. [Ребус](#_bookmark38)
2. [Интеллект-карта](#_bookmark39)
3. [Облако слов](#_bookmark40)
4. [Презентация](#_bookmark41)
5. [Список источников и использованной литературы](#_bookmark42)

# Страдания от кибермании — классный час

**Вступление**

# Выберите похожие названия

Конспект классного часа: «Влияние интернета на подростков» Методическая разработка: «Опасности виртуального мира» План мероприятия: «Жизнь в сети и вне её»

Воспитательная беседа: «Проблемы кибермании у подростков» Ролевая игра: «Реальная жизнь против виртуальной реальности»

# Возраст детей

14-15 лет

# Класс

[9 класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/9-klass-klassnye-chasy/)

# Дата проведения

[укажите дату проведения]

# Вид занятия

Воспитательное мероприятие

# Тип мероприятия

Беседа с элементами дискуссии и презентации

# Форма организации классного часа

Групповая работа с элементами обсуждения и презентации

# Цель

Развить у учащихся осознанное отношение к использованию интернета и компьютерных игр.

# Задачи

##### Обучающая:

Познакомить с понятием кибермании и её признаками.

##### Развивающая:

Развить критическое мышление и способность анализировать собственное поведение в интернете.

##### Воспитательная:

Воспитывать ответственность за собственные действия в виртуальном пространстве.

# Ожидаемые результаты

##### Личностные:

Умение критически оценивать свои действия в интернете.

##### Метапредметные:

Способность использовать полученные знания в реальной жизни.

##### Предметные:

Понимание основных понятий, связанных с киберманией.

# Методические приёмы, методы, технологии обучения

Беседа, дискуссия, работа с презентацией, групповая работа.

# Прогнозируемый результат

Повышение уровня осознанного отношения к использованию интернета и компьютерных игр.

# Предварительная работа педагога

Подготовить презентацию, кроссворд, интеллект-карту, карту памяти учеников по теме.

Подготовить раздаточные материалы и вопросы для обсуждения. Организовать рабочее пространство для групповой работы.

# Оборудование и оформление кабинета

Проектор, компьютер,

раздаточные материалы, доска.

# Ход занятия / Ход мероприятия

## Организационный момент

Добрый день, ребята! Давайте начнем наш классный час. Для начала я проверю, все ли присутствуют на занятии. Пожалуйста, ответьте, когда я назову ваше имя.

*(Проводит перекличку, отмечает присутствующих.)*

Спасибо. Теперь давайте убедимся, что у всех есть необходимые учебные материалы. У всех ли с собой тетради и ручки? Проверьте, что всё в порядке.

Дежурные, поднимите, пожалуйста, проекционный экран и проверьте, что проектор готов к работе. Мы будем использовать его в ходе нашего занятия.

Хочу напомнить вам о правилах поведения на классном часе. Пожалуйста, не отвлекайтесь и не мешайте другим. Слушайте внимательно и активно участвуйте в обсуждениях. Ваше мнение и ваши мысли очень важны.

Кроме того, прошу вас отключить мобильные телефоны на время нашего классного часа. Это поможет нам сосредоточиться и не отвлекаться на посторонние вещи.

Если у кого-то есть вопросы или что-то непонятно, не стесняйтесь задавать вопросы. Я здесь, чтобы помочь вам.

Спасибо за внимание. Теперь мы можем перейти к нашему занятию.

## Актуализация усвоенных знаний

Ребята, перед тем как мы начнем наше новое занятие, давайте вспомним, о чем мы говорили на прошлом классном часе. Тема была очень интересная и важная —

«[Технологии будущего: виртуальная реальность и робототехника](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/tehnologii-budushhego-klassnyj-chas/)«.

Давайте начнем с небольшого опроса. Кто может напомнить, что такое виртуальная реальность? Какими характеристиками она обладает? Поднимите руку, кто хотел бы ответить.

*(Ученики отвечают, классный руководитель комментирует и дополняет ответы.)*

Отлично! Мы с вами обсудили, что виртуальная реальность — это созданный с помощью компьютера мир, в котором можно взаимодействовать с объектами и пространствами, как в реальном мире.

Теперь вспомним, какие примеры применения виртуальной реальности в различных сферах жизни мы обсуждали? Кто может назвать несколько примеров?

*(Школьники отвечают, учитель выслушивает и комментирует ответы.)*

Замечательно! Мы говорили о применении этой технологии в образовании, медицине, развлечениях и даже в космических исследованиях.

А теперь давайте вспомним, что такое робототехника и как она влияет на нашу жизнь. Кто хочет поделиться своими мыслями?

*(Девятиклассники отвечают)*

Очень хорошо! Робототехника — это наука, занимающаяся разработкой и использованием роботов. Мы обсудили, что роботы могут выполнять множество задач, начиная от промышленного производства и заканчивая медицинскими операциями.

Теперь я хочу, чтобы вы подумали и предложили свои идеи: как эти новые технологии могут изменить наше будущее? Как вы думаете, что нас ждет через 10-20 лет в этих сферах?

*(Учащиеся делятся своими мыслями, классный руководитель комментирует и дополняет ответы.)*

Спасибо за ваши ответы! Сегодня мы перейдем к другой, не менее важной теме, но все наши знания о виртуальной реальности и робототехнике помогут нам лучше понять сегодняшнюю тему.

## Вступительное слово классного руководителя

Сегодня мы с вами затронем очень актуальную и важную тему, которая касается каждого из нас. Вы все прекрасно знаете, что современные технологии стали неотъемлемой частью нашей жизни. Компьютеры, интернет, мобильные устройства и компьютерные игры занимают значительное место в нашем ежедневном расписании. Это, конечно, удобно и интересно, но, как и во всем, здесь тоже есть свои опасности и вызовы.

Тема нашего сегодняшнего классного часа — «Страдания от кибермании». Мы поговорим о том, как эта новая реальность влияет на нашу реальную жизнь, обсудим, в чем заключаются плюсы и минусы компьютерных игр, и постараемся разобраться, что такое интернет-зависимость и как с ней бороться. Мы также затронем вопрос о киберспорте — это действительно новая профессия или всё же болезнь? И, конечно, постараемся найти баланс между реальным и виртуальным мирами, а также поговорим о жизни без гаджетов — это вызов или необходимость?





***Цитата:***

***«Важно научиться управлять технологиями, а не быть рабами своих телефонов.»***

***— А.К. Игнатьева, 1980– н.в., педагог, методист по***

***воспитательной работе.***

Сегодняшняя беседа поможет вам осознать важность разумного использования технологий и научиться контролировать своё время в интернете. Надеюсь, что каждый из вас вынесет для себя что-то полезное и важное.

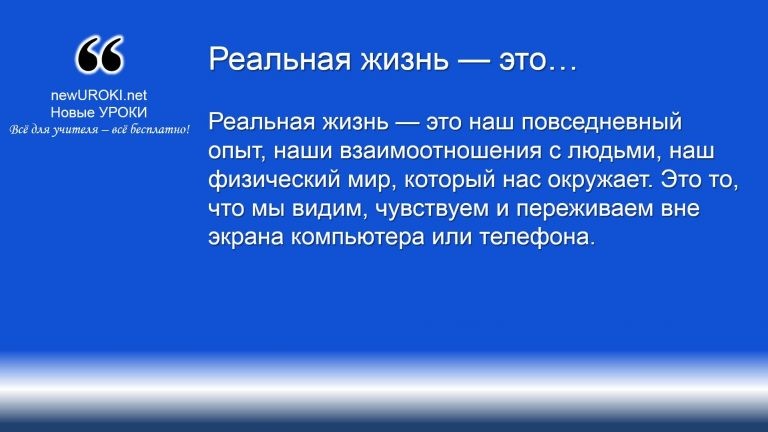
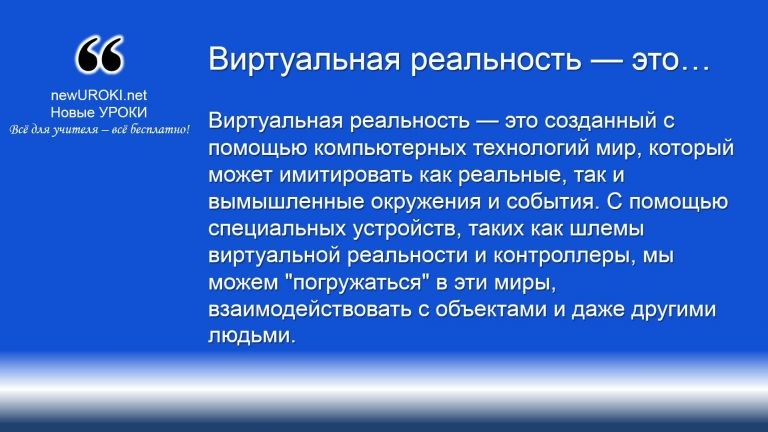
Итак, давайте начнем наше обсуждение.

# Основная часть

## Виртуальная реальность или реальная жизнь?

*Иллюстративное фото / newUROKI.net*

Сейчас мы поговорим об этих понятиях. В последние годы виртуальная реальность стала неотъемлемой частью нашего существования. Мы используем компьютеры, планшеты и смартфоны для работы, обучения, общения и развлечений. Однако, несмотря на все преимущества вымышленного мира, важно помнить, что он не должен заменять нашу настоящую действительность.





***Виртуальная реальность — это созданный с помощью компьютерных технологий мир, который может имитировать как реальные, так и вымышленные окружения и события. С помощью специальных устройств, таких как шлемы виртуальной реальности и контроллеры, мы можем***

***«погружаться» в эти миры, взаимодействовать с объектами и***

***даже другими людьми.***



***Реальная жизнь — это наш повседневный опыт, наши взаимоотношения с людьми, наш физический мир, который нас окружает. Это то, что мы видим, чувствуем и переживаем вне***

***экрана компьютера или телефона.***

### Давайте сначала разберемся, что же это такое?

*Определение*

### Теперь поговорим о реальности.

*Определение*

### Какие же существуют различия между этими мирами?

**Во-первых**, в виртуальной реальности мы можем быть кем угодно и делать что угодно. Мы можем создать идеальный образ себя, выбирать идеальные условия для существования. Однако, в реальной жизни нам приходится сталкиваться с трудностями и вызовами, которые делают нас сильнее и мудрее. В придуманной действительности можно избежать проблем, но в реальной жизни именно преодоление трудностей помогает нам расти и развиваться.

**Во-вторых**, такая зависимость может быть средством для побега от настоящих проблем. Например, если кто-то чувствует себя одиноким или неуверенным в обычной жизни, он может найти утешение в придуманном мире, где он может создать идеальные отношения и достижения. Однако, это только временное решение, которое не решает настоящие проблемы. В материальном мире нам необходимо учиться справляться с нашими чувствами и находить способы улучшить наши взаимоотношения и самооценку.

**В-третьих**, она может негативно влиять на наше физическое здоровье. Длительное сидение за компьютером может привести к проблемам со зрением, осанкой и даже вызвать головные боли. При обычном существовании нам необходимо заниматься физической активностью, проводить время на свежем воздухе и заботиться о своём теле.

Примеры ситуаций, когда компьютерная реальность заменяет действительность, встречаются повсюду. Представьте себе подростка, который проводит часы, играя в онлайн-игры. Он может достигать высоких результатов в игре, заводить виртуальных друзей и чувствовать себя успешным. Но при этом подросток может упускать важные моменты своей реальной жизни: занятия спортом, общение с семьей и друзьями, учебу и личностное развитие. В конечном итоге, когда человек выходит из выдуманной вселенной, он может чувствовать себя еще более одиноким и неуверенным.

Другой пример — социальные сети. Мы часто видим идеальные фотографии и посты людей, которые кажутся счастливыми и успешными. Это может создать иллюзию, что у других людей нет проблем, и заставить нас чувствовать себя хуже. Однако, обычная жизнь — это не только красивые картинки. Она полна как радостных, так и трудных моментов. Важно помнить, что в социальных сетях люди часто показывают только лучшие стороны своей жизни, оставляя за кадром реальные сложности.

Виртуальная реальность также может заменить человеческую жизнь в учебе и работе. С развитием технологий многие образовательные программы и рабочие процессы переносятся в онлайн. Это, безусловно, удобно и эффективно, но важно не забывать о

необходимости живого общения и взаимодействия. Личное присутствие и непосредственное общение с преподавателями, коллегами и одноклассниками играют важную роль в нашем развитии и социализации.



Итак, мы видим, что виртуальная реальность может быть полезной и увлекательной, но она не должна полностью заменять нашу действительность. Важно уметь находить баланс между этими двумя мирами. Постарайтесь оценить, сколько времени вы проводите в виртуальном мире, и задать себе вопрос: а не упускаю ли я что-то важное в реальной жизни? Может быть, стоит провести больше времени с семьей и друзьями, заняться спортом или хобби, которое приносит вам радость?

Постарайтесь найти время для того, чтобы жить настоящей жизнью, полной реальных эмоций, событий и взаимодействий. Несуществующая реальность может быть частью вашего существования, но пусть она не заменяет того, что действительно важно.

## Компьютерные игры: польза или вред?

*Иллюстративное фото / newUROKI.net*

Дорогие ребята, сегодня мы обсудим очень важную и актуальную тему — компьютерные игры. Уверен, многие из вас увлекаются этим видом досуга, и это действительно популярное занятие среди подростков. Но всегда ли такие развлечения полезны? Или они могут нанести вред? Давайте разберемся, рассмотрев плюсы и минусы компьютерных игр, а также их влияние на психику и поведение подростков.

[**Стоит прочесть также: Учеба и мои возможности - классный час**](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/ucheba-i-moi-vozmozhnosti-klassnyj-chas/)

Начнем с положительных аспектов. Виртуальные развлечения могут быть не только забавой, но и полезным занятием.

### Плюсы:

1. **Развитие когнитивных навыков.** Многие игры требуют от игроков быстрого принятия решений, стратегического мышления и планирования. Стратегии, головоломки и ролевые развлечения стимулируют развитие логики, памяти и концентрации внимания. Эти игры могут помочь улучшить навыки решения проблем и принятия решений в реальной жизни.
2. **Улучшение моторики и координации.** Развлечения, в которых необходимо быстро реагировать на происходящее на экране, способствуют развитию мелкой моторики и координации рук и глаз. Это может быть полезно не только для геймеров, но и для выполнения повседневных задач, требующих точных движений.
3. **Обучение и образование.** Существуют образовательные программы, которые помогают изучать различные предметы, такие как математика, история, география и языки. Такие виртуальные уроки делают процесс обучения интересным и увлекательным, способствуя лучшему усвоению материала.
4. **Социальное взаимодействие.** Онлайн-развлечения предоставляют возможность общаться и сотрудничать с другими людьми по всему миру. Это помогает развивать навыки командной работы и общения, а также находить новых друзей и единомышленников.
5. **Стрессоустойчивость и релаксация.** Они вполне походят быть средством для снятия стресса и расслабления. Играя в любимые развлечения, люди способны отвлечься от повседневных проблем и восстановить эмоциональное равновесие.

Однако, несмотря на все плюсы, компьютерные игры могут иметь и негативные последствия.

### Минусы:

1. **Зависимость.** Одна из самых серьезных проблем — это игровая зависимость. Многие подростки зачастую проводят за компьютером слишком много времени, забывая о реальных обязанностях и интересах. Это может привести к снижению успеваемости в школе, скандалам в семье и социальной изоляции.
2. **Вред для здоровья.** Долгое сидение за компьютером негативно сказывается на физическом здоровье. Возможны нарушения зрения, осанки, а также боли в спине и шее. Кроме того, недостаток физической активности, как правило, приводит к набору лишнего веса и другим проблемам со здоровьем.
3. **Психическое и эмоциональное здоровье.** Некоторые виртуальные развлечения вызывают агрессию и раздражительность. Постоянное пребывание в цифровом мире может привести к депрессии и тревожности. Сцены, содержащие насилие, негативно влияют на психику подростков, делая их менее чувствительными к жестокости в реальной жизни.
4. **Снижение социальной активности.** Зачастую, увлеченные геймеры меньше времени проводят с друзьями и семьей, что может привести к ухудшению социальных навыков и чувствам одиночества и изоляции.
5. **Нарушение режима дня.** Неправильное распределение времени на игры приводит к нарушению режима сна и бодрствования. Недостаток сна негативно сказывается на общем состоянии здоровья, способности к обучению и настроении.

Теперь, когда мы рассмотрели плюсы и минусы виртуальных развлечений, давайте поговорим о влиянии на психику и поведение подростков. Компьютерные развлечения могут оказывать как положительное, так и отрицательное воздействие на психику, в зависимости от того, как и сколько времени на них тратится.

Положительное влияние игр проявляется в улучшении когнитивных функций, таких как память, внимание и способность к обучению. Игры, требующие стратегического мышления и решения задач, стимулируют развитие мозга и способствуют улучшению учебных навыков.

Однако, негативное влияние также возможно. Например, игры с высоким уровнем насилия, как правило, вызвают агрессивное поведение и снижение эмпатии у подростков. Такие увлечения способствуют формированию агрессивных установок и уменьшению чувствительности к страданиям других людей.

Кроме того, чрезмерное увлечение виртуальными развлечениями способствует ухудшению навыков общения и взаимодействия с окружающими. Подростки, проводящие много времени за играми, могут испытывать трудности в реальном общении и развитии социальных навыков. Обычно это приводит к проблемам в школе и в личной жизни.

Важно также отметить, что влияние такого досуга на психику и поведение зависит от индивидуальных особенностей каждого человека. То, что может быть полезным и развивающим для одного, может стать причиной проблем для другого.

В заключение, хочу подчеркнуть, что компьютерные игры могут быть как полезными, так и вредными. Главное — это умеренность и осознанное отношение к игровому процессу. Не забывайте о реальной жизни, общении с друзьями и семьей, учебе и

других важных делах. Пусть виртуальные развлечения будут приятным дополнением к вашей жизни, а не её основной частью.



## Интернет-зависимость: миф или реальность?

*Иллюстративное фото / newUROKI.net*

Мы живем в век технологий, где интернет стал неотъемлемой частью нашей жизни. Он предоставляет нам множество возможностей для общения, обучения и развлечений.

Однако, как и любое средство, интернет может быть полезен, если использовать его разумно. Но что происходит, когда всемирная сеть становится не просто инструментом, а средством зависимости? Давайте разберемся, существует ли такая проблема на самом деле, и если да, то каковы её признаки и последствия.

### Начнем с того, что же это такое.

Интернет-зависимость — это состояние, при котором человек испытывает непреодолимое влечение к постоянному использованию глобальной сети, несмотря на негативные последствия для его жизни и здоровья. Её можно сравнить с другими видами зависимостей, такими как алкоголизм или наркомания. Важно отметить, что это не просто частое использование интернета, а именно патологическая потребность в нём.

### Признаки интернет-зависимости

**Навязчивое стремление к использованию сети.** Один из главных признаков зависимости — это постоянное желание быть онлайн. Человек может чувствовать беспокойство или раздражение, если у него нет доступа к интернету. Это

стремление настолько сильное, что человек может пренебрегать своими обязанностями и интересами.



***Интернет-зависимость — это проблема, которая становится все более распространенной по всему миру. Согласно исследованиям, около 6% мирового населения страдают от этой зависимости. В некоторых странах, таких как Южная Корея и Китай, проблема особенно острая, и там существуют даже***

***специализированные клиники для лечения этого заболевания.***

**Потеря контроля над временем.** Люди, страдающие этой фобией, часто теряют чувство времени при использовании сети. Они могут проводить за компьютером или смартфоном часы, не замечая, как быстро летит время. Это может привести к проблемам с режимом дня, недостатку сна и утомляемости.

**Игнорирование социальных и семейных обязательств.** Такие люди могут пренебрегать общением с близкими, учебой или работой. Они предпочитают виртуальное общение реальному, что может привести к ухудшению отношений с окружающими и социальной изоляции.

**Использование интернета для избежания проблем.** Часто люди уходят в виртуальную реальность, чтобы избежать реальных проблем или стрессовых ситуаций. Виртуальный мир становится для них убежищем, где они могут спрятаться от трудностей и неприятностей.

**Физические и психологические проблемы.** Долгое пребывание в за компьютером может привести к различным физическим проблемам, таким как боли в спине, проблемы со зрением и хроническая усталость. Также могут возникать психологические проблемы, такие как депрессия, тревожность и раздражительность.

### Статистика и реальные примеры

Например, в Южной Корее она признана одной из главных проблем общественного здоровья. В этой стране, где технологии развиты на очень высоком уровне, многие подростки и молодые люди проводят за компьютерами по 12-14 часов в день, что приводит к серьезным проблемам со здоровьем и социальной жизнью. В связи с этим правительство организовало программы по лечению и профилактике аддикции, включая образовательные кампании и терапевтические лагеря.

Рассмотрим один из жизненных примеров. Юноша по имени Ли из Китая стал зависимым от онлайн-игр. Он проводил за играми все свое свободное время, пренебрегая учебой и общением с друзьями. Это привело к тому, что он бросил школу и полностью изолировался от общества. Родители Ли были вынуждены обратиться за

помощью в специализированную клинику, где он прошел курс лечения от этой пагубной привычки. В результате терапии Ли смог вернуться к нормальной жизни, восстановить отношения с семьей и продолжить обучение.

### Причины интернет-зависимости

Важно понимать, что эта проблема не возникает на пустом месте. Существуют определенные причины, которые способствуют её развитию:

**Психологические проблемы.** Часто люди с низкой самооценкой, депрессией или тревожностью находят утешение в интернете. Виртуальный мир кажется им безопасным местом, где они могут быть кем угодно и избегать осуждения.

**Недостаток социальных навыков.** Люди, испытывающие трудности в общении с окружающими, могут искать замену в мировой паутине. Виртуальные друзья и онлайн-игры становятся их основным способом взаимодействия с миром.

**Семейные проблемы.** Напряженные отношения в семье или отсутствие поддержки могут приводить к тому, что человек ищет утешение в глобальном информационном пространстве. Это может быть способом избежать конфликтов и неприятных ситуаций.

**Скука и недостаток интересов.** Люди, не имеющие хобби или интересов в реальной жизни, могут заполнять свое время бессмысленным сёрфингом в сети. Это позволяет им избежать чувства скуки и найти занятие, которое приносит удовольствие.

### Последствия интернет-зависимости

Эта привычка может иметь серьезные последствия для жизни человека:

**Проблемы с учебой и работой.** Зависимость от интернета может привести к снижению успеваемости в школе и проблемам на работе. Человек теряет интерес к своим обязанностям и не может сосредоточиться на выполнении задач.

**Социальная изоляция.** Постепенно человек теряет контакт с друзьями и семьей, предпочитая виртуальное общение реальному. Это может привести к одиночеству и социальной изоляции.

**Физическое здоровье.** Длительное пребывание за компьютером или смартфоном может вызвать проблемы со зрением, осанкой и общим состоянием здоровья. Также может возникнуть хроническая усталость и нарушение сна.

**Психологическое здоровье.** Аддикция часто сопровождается депрессией, тревожностью и раздражительностью. Человек становится менее устойчивым к стрессу и может испытывать чувство беспомощности.

### Как избежать интернет-зависимости



Теперь, когда мы понимаем, что это серьезная проблема, важно знать, как её избежать. Вот 5 рекомендаций:

1. **Устанавливайте временные ограничения.** Определите для себя максимальное время, которое вы можете проводить в сети, и старайтесь не превышать его.
2. **Развивайте реальные интересы.** Найдите хобби или занятие, которое приносит вам удовольствие в реальной жизни. Это поможет вам меньше зависеть от глобальной сети.
3. **Общайтесь с друзьями и семьей.** Старайтесь проводить больше времени с близкими людьми. Реальное общение поможет вам чувствовать себя лучше и меньше нуждаться в виртуальном мире.
4. **Регулярно делайте перерывы.** Если вы проводите много времени за компьютером, не забывайте делать перерывы. Вставайте, разминайтесь и давайте глазам отдохнуть.
5. **Будьте осознанными пользователями.** Подумайте о том, зачем вы используете онлайн-пространство и как это влияет на вашу жизнь. Старайтесь использовать его только в полезных и нужных целях.

Дорогие ребята, интернет — это удивительное средство, которое предоставляет нам множество возможностей. Но важно помнить, что всё хорошо в меру. Будьте осознанными пользователями, и тогда мировая сеть станет вашим другом и помощником, а не источником проблем.

## Киберспорт: профессия или болезнь?

*Иллюстративное фото / newUROKI.net*

Уважаемые девятиклассники! Стоит поговорить о киберспорте – явлении, которое вызывает много споров и разногласий. Киберспорт, или электронный спорт, представляет собой соревнования по компьютерным играм на профессиональном уровне. Это не просто хобби или времяпрепровождение, а настоящая индустрия с многомиллионными призовыми фондами, трансляциями и огромной популярностью среди молодежи.

В первую очередь, стоит отметить, что киберспорт – это не просто игра, а настоящая профессия для многих молодых людей. Топовые киберспортсмены зарабатывают миллионы долларов на призовых турнирах, имеют спонсорские контракты и становятся знаменитостями в мире интернета. Они тратят много времени на тренировки, анализ игровых ситуаций, совершенствование своих навыков и тактик. Это требует не только физической, но и умственной подготовки, сопоставимой с подготовкой спортсменов традиционных видов спорта.

[**Стоит прочесть также: Мудрое. Доброе. Вечное - классный час**](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/mudroe-dobroe-vechnoe-klassnyj-chas/)

Однако, как и в любой профессии, есть и негативные аспекты. Увлечение киберспортом может привести к серьезным последствиям для здоровья. Многие игроки сталкиваются с проблемами зрения, нарушениями сна, снижением физической активности и даже психологическими проблемами из-за длительных часов за экраном. Интенсивные тренировки и конкуренция могут вызвать стресс, тревожность и депрессию у молодых людей, особенно если успехи в играх становятся центром их жизни, вытесняя общение с реальным миром и личные отношения.

Для баланса и профессионального развития важно учитывать не только амбиции в состязаниях, но и заботу о своем здоровье и личной жизни. Современные киберспортсмены активно занимаются физическими упражнениями, следят за питанием и общаются с психологами для поддержания психического равновесия.

Кроме того, развитие карьеры в этом виде не исключает возможности получения образования и других полезных навыков, которые могут быть полезны в реальной жизни.

В заключение, киберспорт – это явление, которое, несомненно, имеет свои плюсы и минусы. Он представляет собой не только профессию, но и вызов для личностного развития. Важно помнить о мере в увлечении и стремиться к гармонии между профессиональной деятельностью и заботой о здоровье, что поможет достичь успеха как в виртуальном, так и в реальном мире.

## Баланс между реальным и виртуальным миром



*Иллюстративное фото / newUROKI.net*

Поговорим о том, как найти правильный баланс между использованием технологий и жизнью в реальном мире. Это ключевая тема, которая затрагивает каждого из нас, ведь гаджеты и интернет стали неотъемлемой частью нашей повседневной жизни.

### Что такое баланс?

Это умение управлять временем, которое мы проводим в интернете или за экраном гаджетов, чтобы не упустить важные моменты и возможности в реальной жизни.

Каждый из вас, вероятно, сталкивался с ситуацией, когда интернет или компьютерные игры начинают отнимать слишком много времени. Это может мешать учебе, общению с друзьями и семьей, а также влиять на ваше самочувствие.

##### Для того чтобы сохранить здоровое равновесие между реальностью и виртуальностью, вот несколько советов:

**Установка времени.** Попробуйте контролировать время, которое вы проводите за экраном. Это поможет вам не потерять ценные моменты в истинной действительности и успешно справиться с учебой.

**Активный спорт.** Включите в свой распорядок дня физические упражнения, увлечения и хобби, которые не связаны с гаджетами. Это помогает сохранять здоровье и эмоциональное равновесие.

**Открытый диалог.** Обсуждайте с родителями, друзьями или учителями свои интересы и вопросы по поводу того, как использовать технологии разумно.

Вместе можно найти оптимальные решения.

Кроме того, важно услышать личные истории и примеры каждого из вас. Кто-то может уже нашёл идеальный баланс, а кто-то ищет свои методы. Давайте обсудим, какие стратегии работают для вас и как можно улучшить нашу жизнь, сочетая виртуальное и реальное.



**Таблица: Баланс между онлайн и офлайн активностями**

|  |  |
| --- | --- |
| **Онлайн активности** | **Офлайн активности** |
| Общение в соцсетях | Встречи с друзьями и семьей |
| Онлайн-обучение | Чтение книг и занятия спортом |
| Просмотр видео и стримингов | Прогулки на свежем воздухе и путешествия |

## Жизнь без гаджетов: вызов или необходимость?

*Иллюстративное фото / newUROKI.net*

Дорогие ребята! Сегодня мы с вами обсудим очень важную и весьма актуальную тему

– жизнь без гаджетов. В современном мире мы настолько привыкли к постоянному использованию смартфонов, планшетов, компьютеров, что порой забываем, какой была жизнь до этих удивительных, но в то же время опасных устройств.

Гаджеты стали неотъемлемой частью нашего быта, они помогают нам учиться, работать, развлекаться. Но вместе с тем, они диктуют нам свои правила, отнимают наше драгоценное время и отдаляют нас от реального мира. Не замечали, как порой

вы проводите часы, уткнувшись в экран смартфона или компьютера, забывая обо всем на свете? А ведь за этот период можно было сделать столько полезных и интересных дел!

**Жизнь без гаджетов – это** вызов для современного человека, особенно для подростка. Но в то же время, это необходимость, если мы хотим оставаться полноценными личностями, развиваться всесторонне и не терять связь с окружающим миром. Регулярные перерывы в использовании электронных устройств позволят вам переключиться, отдохнуть от виртуального мира и окунуться в реальность.

Представьте, как здорово провести выходной день без всяких девайсов! Можно с пользой потратить это на то, чтобы почитать увлекательную книгу, поиграть в активные игры с друзьями на свежем воздухе, посетить интересную выставку или музей, просто погулять по парку или лесу. Сколько новых ярких впечатлений и эмоций вы получите!

А теперь я предлагаю вам поучаствовать в одной полезной активности. Разделитесь на небольшие группы и в течение 5 минут придумайте как можно больше идей для интересного времяпрепровождения без использования телефонов, планшетов, компьютеров. Это могут быть любые занятия, игры, хобби – всё, что придет вам в голову. Самая креативная команда получит небольшой приз – сюрприз от меня. Итак, вперед, дерзайте!

*(Далее классный руководитель выслушивает идеи команд, хвалит самые оригинальные из них, награждает победителей. Затем продолжает)*

Видите, как много увлекательных и полезных дел можно найти в реальной жизни! Я не призываю вас полностью отказаться от электронных устройств, ведь они действительно помогают нам в учебе, работе, развлечениях. Но жизненно важно уметь находить баланс, разумно сочетать виртуальный мир с реальностью. Только так мы сможем развиваться гармонично, обогащая свой ум и тело новыми впечатлениями и знаниями. Я надеюсь, что после нашего классного часа вы по-новому взглянёте на время, проведенное без гаджетов, и откроете для себя массу увлекательных занятий. Реальная действительность настолько разнообразна и прекрасна – не упустите ее, ребята!

# Рефлексия



*Учителя шутят*

Вот и подходит к концу наш классный час на тему «Страдания от кибермании», и [сейчас настало время для самооценки и обсуждения ваших впечатлений. Рефлексия](https://newuroki.net/kopilka-uchitelja/refleksiya/)

[— это важный этап любого урока, когда мы вместе оцениваем, что мы узнали, какие](https://newuroki.net/kopilka-uchitelja/refleksiya/) эмоции пробудились в процессе общения и какие выводы мы можем сделать.

##### Пожалуйста, задумайтесь над следующими вопросами:

Какие новые идеи или знания вы получили сегодня на занятии? Какие чувства и эмоции вызвало изучение темы кибермании?

Как вы считаете, где граница между здоровым использованием интернета и его злоупотреблением?

Есть ли у вас личный опыт или примеры, которыми вы могли бы поделиться на эту тему?

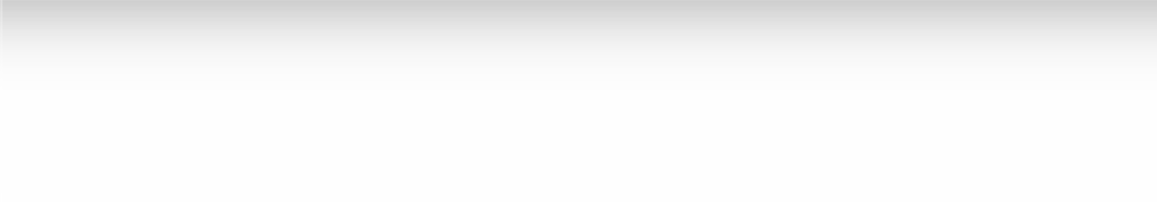
Рефлексия поможет нам лучше понять наши собственные привычки и принять решения о том, как мы будем использовать технологии в будущем. Давайте откроем дискуссию и делитесь своими мыслями!

# Подведение итогов занятия

*Ученики шутят*

Сегодняшний классный час был посвящён важной теме — «Страдания от кибермании». Мы глубоко погрузились в различные аспекты влияния виртуального мира на нашу жизнь, обсудили плюсы и минусы компьютерных технологий,

рассмотрели интернет-зависимость и киберспорт как профессию. Каждый из вас внёс вклад в обсуждение, высказал свои мысли и мнения.



Помните, что использование интернета и технологий требует от нас ответственного подхода. Мы обсудили советы по поддержанию баланса между реальным и виртуальным мирами, идеи для активного проведения времени без гаджетов и развития личности вне экранов.

Каждый из вас может внести изменения в свою жизнь, осознавая свои действия и выбирая то, что действительно важно для вашего развития и благополучия. Помните о значении реальных взаимоотношений, заботы о себе и своём здоровье.

Давайте продолжим развиваться, учиться на своих ошибках и делиться своими успехами. Будьте активными и целеустремлёнными!

Спасибо всем за участие и внимание. Удачи вам всем в вашем личном и учебном пути!

# Технологическая карта

[Скачать бесплатно технологическую карту классного часа по теме: «Страдания от кибермании»](https://newuroki.net/wp-content/uploads/2024/06/tehnologicheskaja-karta-stradanija-ot-kibermanii-klassnyj-chas.docx)

# Смотреть видео по теме

[Кибермания](https://www.youtube.com/watch?v=QuStKKN9ZLs)

**Полезные советы учителю**

[Скачать бесплатно 5 полезных советов для проведения классного часа по теме:](https://newuroki.net/wp-content/uploads/2024/06/poleznye-sovety-stradanija-ot-kibermanii-klassnyj-chas.docx)



[«Страдания от кибермании» в формате Ворд](https://newuroki.net/wp-content/uploads/2024/06/poleznye-sovety-stradanija-ot-kibermanii-klassnyj-chas.docx)

# Чек-лист педагога

[Скачать бесплатно чек-лист для проведения классного часа по теме: «Страдания от кибермании» в формате Word](https://newuroki.net/wp-content/uploads/2024/06/chek-list-pedagoga-stradanija-ot-kibermanii-klassnyj-chas.docx)

[Чек-лист для учителя — это](https://newuroki.net/kopilka-uchitelja/chek-list-uroka/) инструмент педагогической поддержки, представляющий собой структурированный перечень задач, шагов и критериев, необходимых для успешного планирования, подготовки и проведения урока или мероприятия.

# Карта памяти для учеников

[Скачать бесплатно карту памяти для учеников для классного часа по теме:](https://newuroki.net/wp-content/uploads/2024/06/karta-pamjati-stradanija-ot-kibermanii-klassnyj-chas.docx)

[«Страдания от кибермании» в формате Ворд](https://newuroki.net/wp-content/uploads/2024/06/karta-pamjati-stradanija-ot-kibermanii-klassnyj-chas.docx)

Карта памяти — это методический инструмент, который помогает учащимся структурировать и запоминать ключевую информацию по определенной теме.

# Кроссворд

*Кроссворд*

[Скачать бесплатно кроссворд на классный час по теме: «Страдания от кибермании» в формате WORD](https://newuroki.net/wp-content/uploads/2024/06/krossvord-stradanija-ot-kibermanii-klassnyj-chas.docx)

# Интересные факты для занятия

##### Интересный факт 1:

В Южной Корее компьютерная зависимость признана одной из основных проблем общественного здравоохранения. Настолько серьезно корейцы относятся к этому явлению!

##### Интересный факт 2:

Исследования показали, что около 6% населения планеты страдает от чрезмерного увлечения интернетом и компьютерными играми. Это миллионы людей по всему миру!

##### Интересный факт 3:

В Китае и некоторых других странах существуют специальные клиники, где людям помогают избавиться от пагубной привычки проводить все время в сети и за компьютерными играми.

# Тесты

Что такое кибермания?

а) Увлечение компьютерными играми

б) Навязчивое стремление к постоянному использованию интернета и цифровых технологий

в) Способность быстро печатать на клавиатуре Правильный ответ: б

Какой процент населения Земли страдает от кибермании? а) 2%

б) 6%

в) 10%

Правильный ответ: б

В какой стране кибермания признана проблемой общественного здравоохранения? а) США

б) Южная Корея в) Россия

Правильный ответ: б

Что из перечисленного НЕ является признаком кибермании? а) Потеря контроля над временем

б) Высокий интеллект

в) Игнорирование социальных обязанностей

Правильный ответ: б

Как называются специальные центры для лечения кибермании? а) Реабилитационные клиники

б) Компьютерные курсы в) Игровые клубы

Правильный ответ: а

Какое из перечисленных занятий может стать альтернативой кибермании? а) Чтение книг

б) Просмотр сериалов

в) Бесконечный серфинг в сети Правильный ответ: а

Что из перечисленного НЕ является причиной кибермании? а) Психологические проблемы

б) Материальное благополучие

в) Недостаток социальных навыков Правильный ответ: б

Какое из последствий кибермании связано с физическим здоровьем? а) Проблемы со зрением

б) Потеря работы

в) Социальная изоляция Правильный ответ: а

В какой стране существует реабилитационный центр для подростков с кибermanией? а) Нидерланды

б) Италия в) Испания

Правильный ответ: а

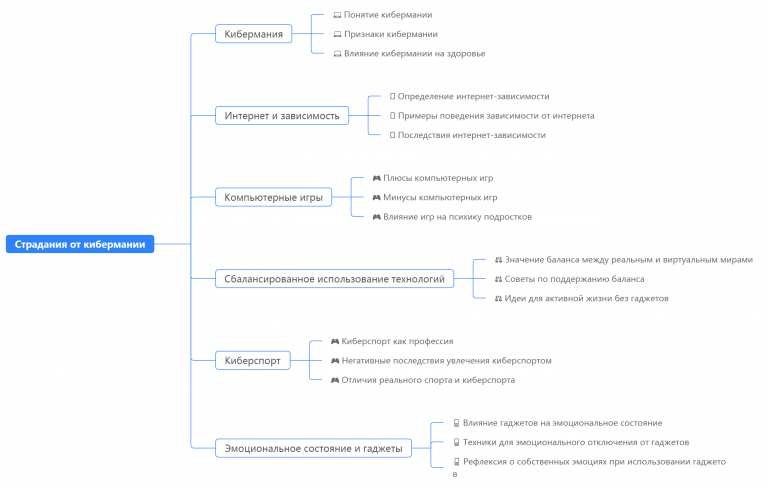
Что поможет избежать кибермании?

а) Бездумное времяпрепровождение за гаджетами б) Развитие хобби и живое общение

в) Постоянный просмотр видео в интернете

Правильный ответ: б

# Ребус



*Ребус*

Если одна буква прислонена к другим буквам, то это означает, что где-то по смыслу нужно подставить предлоги «к» или «у».

Перевёрнутый вверх ногами рисунок означает, что название картинки следует читать задом наперёд.

На рисунке самлёт: МИГ

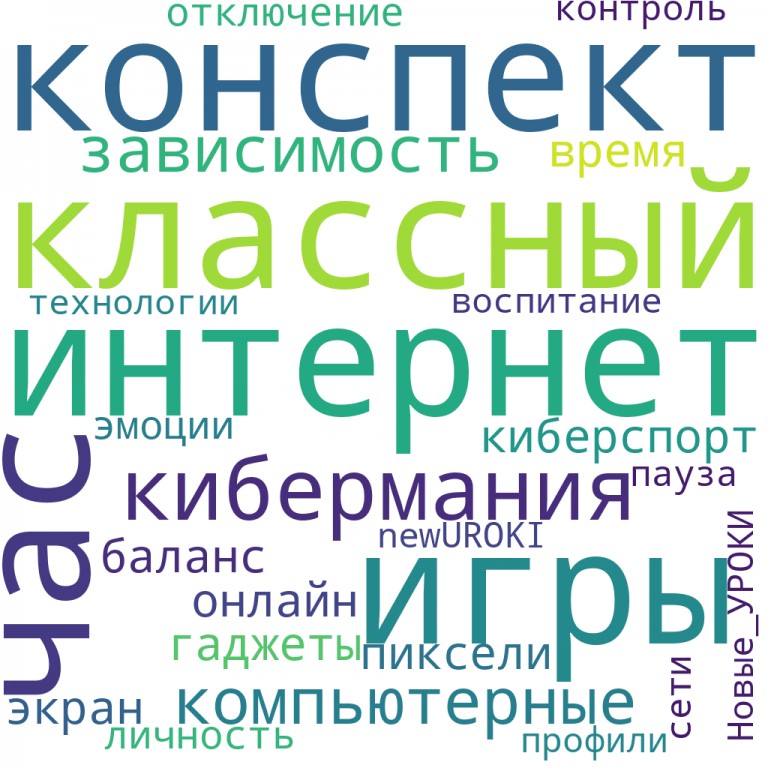
Если под картинкой вместо буквы зачеркнута цифра или знак равенства стоит между цифрой и буквой, то заменять нужно буквы, располагающиеся в названии картинки под этими номерами.

# Интеллект-карта

*Ментальная карта (интеллект-карта, mind map) на уроке*

[Ментальная карта (интеллект-карта, mind map) на уроке](https://newuroki.net/kopilka-uchitelja/intellekt-karta-na-uroke/) — это графический способ структурирования информации, где основная тема находится в центре, а связанные идеи и концепции отходят от неё в виде ветвей. Это помогает лучше понять и запомнить материал.

# Облако слов



*Облако слов*

[Облако слов на уроке](https://newuroki.net/kopilka-uchitelja/oblako-slov-na-uroke/) — удобный инструмент: помогает активизировать знания, подсказывает, служит наглядным материалом и опорой для учащихся разных возрастов и предметов.

# Презентация

*Презентация*

[Скачать бесплатно презентацию на классный час по теме: «Страдания от кибермании» в формате PowerPoint](https://newuroki.net/wp-content/uploads/2024/06/prezentacija-stradanija-ot-kibermanii-klassnyj-chas.pptx)

# Список источников и использованной литературы

1. «Влияние интернета на подростков» — Автор: Жулаев А.В., Издательство:

«Пегас», Санкт-Петербург, 2004, 284 страницы.

1. «Опасности виртуального мира» — Автор: Запенина Л.М., Издательство: «Астра- ПРЕСС», Москва, 2003, 312 страниц.
2. «Психологические аспекты компьютерных игр» — Авторы: Луновский П.Н., Смирнова Т.Е., Издательство: «Мир знаний», Новосибирск, 2005, 278 страниц.



1. «Интернет-зависимость: миф или реальность?» — Автор: Горин Д.И., Издательство: «Прогресс», Екатеринбург, 2002, 245 страниц.
2. «Киберспорт: путь к успеху или проблемам?» — Автор: Захарова О.В., Издательство: «Триада», Казань, 2001, 290 страниц.

 **0 НРАВИТСЯ**

 **0 НЕ НРАВИТСЯ**

50% Нравится

Или

50% Не нравится

Скачали? Сделайте добро в один клик! Поделитесь образованием с друзьями! Расскажите о нас!

 **Слова ассоциации (тезаурус) к уроку:** азарт, печаль, риск, долги, геймдев, консоли, геймеры, стримы, летсплеи, RPG, шутеры, MMORPG

 При использовании этого материала в Интернете (сайты, соц.сети, группы и т.д.) требуется обязательная прямая ссылка на сайт newUROKI.net. Читайте "Условия использования материалов сайта"

[**Мораль. Школа нравственности —**](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/moral-shkola-nravstvennosti-klassnyj-chas/)

[**классный час** ](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/moral-shkola-nravstvennosti-klassnyj-chas/)



**Автор** [**Глеб Беломедведев**](https://newuroki.net/author/gleb/)

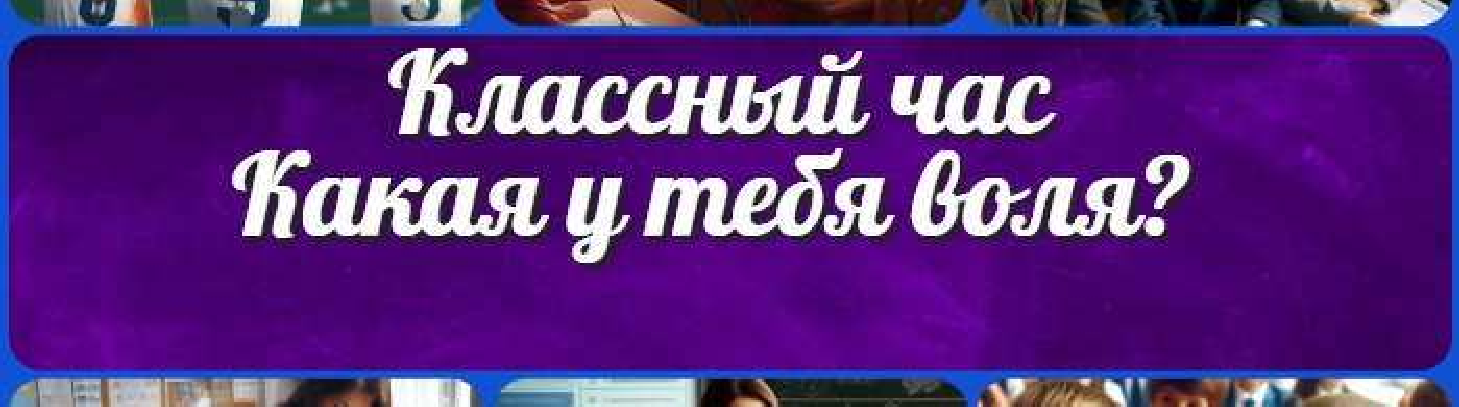
**Глеб Беломедведев** - постоянный автор и эксперт newUROKI.net, чья биография олицетворяет трудолюбие, настойчивость в достижении целей и экспертность. Он обладает высшим образованием и имеет более 5 лет опыта преподавания в школе. В течение последних 18 лет он также успешно работает в ИТ-секторе. Глеб владеет уникальными навыками написания авторских конспектов уроков, составления

сценариев школьных праздников, разработки мероприятий и создания

классных часов в школе. Его талант и энтузиазм делают его неотъемлемой частью команды и надежным источником вдохновения для других.

**ПОХОЖИЕ УРОКИ**

[**Мораль. Школа нравственности — классный час**](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/moral-shkola-nravstvennosti-klassnyj-chas/)



[**Я и Закон — классный час**](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/ya-i-zakon-klassnyj-chas/)

### [Какая у тебя воля — классный час](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/kakaya-u-tebya-volya-klassnyj-chas/)

**ПОИСК**

**Найти**

#### КОНСПЕКТЫ УРОКОВ

[Конспекты уроков для учителя](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/) [Алгебра](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/algebra/)

[Английский язык](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/anglijskij-jazyk/)

[Астрономия](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/astronomija/) [10 класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/astronomija/10-klass-astronomiya/)

[Библиотека](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/biblioteka/)

[Биология](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/biologija/) [5 класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/biologija/5-klass-biologija/)

1. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/biologija/6-klass-biologija/)
2. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/biologija/7-klass-biologija/)

[География](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/geografija/) [5 класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/geografija/5-klass/)

1. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/geografija/6-klass/)
2. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/geografija/7-klass/)
3. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/geografija/8-klass/)
4. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/geografija/9-klass/)
5. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/geografija/10-klass/) [Геометрия](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/geometrija/)

[Директору и завучу школы](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/direktoru-i-zavuchu-shkoly/) [Должностные инструкции](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/direktoru-i-zavuchu-shkoly/dolzhnostnye-instrukcii/)

[ИЗО](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/izobrazitelnoe-iskusstvo/)

[Информатика](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/informatika/)

[История](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/istorija/)

[Классный руководитель](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/) [5 класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/5-klass-klassnye-chasy/)

1. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/6-klass-klassnye-chasy/)
2. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/7-klass-klassnye-chasy/)
3. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/8-klass-klassnye-chasy/)
4. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/9-klass-klassnye-chasy/)
5. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/10-klass-klassnye-chasy/)
6. [класс](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/11-klass-klassnye-chasy/) [Профориентационные уроки](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/proforientacionnye-uroki/)

[Математика](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/matematika/) [Музыка](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/muzyka/) [Начальная школа](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/nachalnaja-shkola/) [ОБЗР](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/osnovy-bezopasnosti-i-zashhity-rodiny/)

[Обществознание](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/obshhestvoznanie/) [Право](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/pravo/)

[Психология](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/psihologiya/) [Русская литература](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/russkaja-literatura/) [Русский язык](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/russkij-jazyk/) [Технология (Труды)](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/tehnologija-trudy/) [Физика](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/fizika/) [Физкультура](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/fizkultura/)

[Химия](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/himija/) [Экология](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/ekologiya/) [Экономика](https://newuroki.net/category/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/ekonomika/)

[Копилка учителя](https://newuroki.net/category/kopilka-uchitelja/)

[Главная](https://newuroki.net/) [О сайте](https://newuroki.net/o-sajte/) [Политика конфиденциальности](https://newuroki.net/privacy-policy/) [Условия использования материалов сайта](https://newuroki.net/rules/)

Добро пожаловать на сайт "Новые уроки" - newUROKI.net, специально созданный для вас, уважаемые учителя, преподаватели, классные руководители, завучи и директора школ! Наш лозунг "Всё для учителя - всё бесплатно!"

[**Новые УРОКИ**](https://newuroki.net/)

Новый сайт от проекта UROKI.NET. Конспекты уроков, классные часы, сценарии школьных праздников. Всё для учителя - всё бесплатно!

[Сценарии школьных праздников](https://newuroki.net/category/scenarii-shkolnyh-prazdnikov/)



[**Страдания от кибермании —…**](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/stradaniya-ot-kibermanii-klassnyj-chas/)

[**Мораль. Школа нравственности —…**](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/moral-shkola-nravstvennosti-klassnyj-chas/)

[**Я и Закон — классный час**](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/ya-i-zakon-klassnyj-chas/)

[**Какая у тебя воля —**](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/kakaya-u-tebya-volya-klassnyj-chas/)

[**классный час**](https://newuroki.net/konspekty-urokov-dlya-uchitelya/klassnyj-rukovoditel/kakaya-u-tebya-volya-klassnyj-chas/)

**ИНТЕРЕСНЫЕ КОНСПЕКТЫ УРОКОВ**

остается неизменным почти 20 лет! Добавляйте в закладки наш сайт и получите доступ к методической библиотеке конспектов уроков, классных часов, сценариев школьных праздников, разработок, планирования по ФГОС, технологических карт и презентаций. Вместе мы сделаем вашу работу еще более интересной и успешной! Дата открытия: 13.06.2023