Муниципальное дошкольное образовательное учреждение « Детский сад №4 «Теремок»

Конспект НОД в подготовительной группе

«КАК ВУПСЕНЬ И ПУПСЕНЬ В КОМПЬЮТЕРНУЮ ЗАВИСИМОСТЬ ПОПАЛИ»

 Подготовила воспитатель: Смирнова С.Л.

2022год

Город Белозерск

Цель: профилактика нехимических зависимостей у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

Образовательные:

- формировать представление о разных видах нехимических зависимостей;

- познакомить с зависимостью от компьютерных игр и ее последствиями;

- расширить представления о формах организации детского досуга;

- дать представление о мерах профилактики компьютерной зависимости;

-упражнять в определении времени по часам, знакомство с понятием «четверть часа»;

Развивающие:
- развивать связную речь;

- развивать память, мышление, воображение, внимание;

- развивать творческие способности;

Воспитывающие:
- воспитывать дружеские отношения в коллективе;

- воспитывать желание сохранить свое здоровье.

Коррекционные:

- содействовать профилактике нарушений зрения у воспитанников;

- содействовать профилактике нарушений осанки у воспитанников.

Интеграция образовательных областей:

- Познавательное развитие

- Социально – коммуникативное развитие

- Художественно-эстетическое развитие

- Физическое развитие

- Речевое развитие

Использованные технологии:

- ИКТ.

- Личностно – ориентированные.

- Игровые.

Оборудование: телефон, картинки с изображением последствий компьютерной зависимости, модель часов, большой лист формата А1/А2, картинки со схематическим изображением профилактический мер по борьбе с компьютерной зависимостью, коробка, коробка с угощением.

Раздаточный материал:заготовки для изготовления игры (шаблоны), цветные круги красного, оранжевого, синего и зеленого цвета, клей, влажные салфетки.

Ход:

Воспитатель: Доброе утро, дорогие ребята! Давайте встанем так, чтобы каждый из вас видел всех детей и меня, но и чтобы я могла видеть каждого из вас.

*(дети догадываются, что нужно встать в круг)*

Отлично, теперь мы все друг друга видим! Давайте поздороваемся друг с другом глазками по кругу и улыбнемся. Я поздороваюсь первая.

*(воспитатель заглядывает в глаза каждому ребёнку, слегка кивает головой; дети поочерёдно продолжают приветствие)*

Воспитатель: Как интересно мы поздоровались без единого слова, правда? Иногда, взгляд может сказать гораздо больше, чем слова. Ребята, давайте присядем на стульчики.

*(дети занимают свои места, в этот момент раздается телефонный звонок, включается громкая связь, подготовленная воспитателем заблаговременно)*

Голос:Привет, ребята, это Лунтик! Нам нужна ваша помощь! Вупсень и Пупсень нашли на Поляне ноутбук. Кто-то из отдыхающих его там оставил. А в нем столько компьютерных игр, что они сидят перед экраном вот уже 5-ый день. Они перестали есть и спать. Очень похудели. Их глаза стали красными и усталыми, а тело изогнулись и стало похоже на букву «Г». Мы все пытаемся им помочь, но они так озлобились, что нам страшно к ним подходить… Помогите нам, пожалуйста…

Воспитатель: Ребята, кажется, я знаю, что случилось с Вупсенем и Пупсенем. Ученые называют такое состояние «зависимостью». Это означает ограничение свободы под влиянием чего-либо или кого-либо. Вот и гусеницы попали под влияние компьютера и никак не могут от него избавиться самостоятельно.

Зависимость бывает разной. Одни люди днями напролет смотрят телевизор. Они зависят от телевизора. Другие – чересчур много занимаются спортом, их тело не выдерживает нагрузок и такие занятия причиняют лишь вред, а не пользу. Это зависимость от физических упражнений. Третьи – скупают все, что видят, и им кажется мало. Это зависимость от покупок. Таких людей называют шопоголиками. Четвертые – много едят и начинают сильно поправляться. Они едят всегда – и в моменты радости, и в моменты горести, от скуки, за компанию, перед телевизором и по дороге домой. Это зависимость от еды.

Ребята, а вы играете в компьютерные игры? Кто играет часто – поднимите 2 руки, кто играет редко – поднимите одну руку, а кто вообще не играет – поднимите вверх пальчик.

Ребята, что вам нравится в компьютерных играх? *(ответы детей)*

А знаете ли вы, какие последствия могут быть от долгих компьютерных игр?

Сейчас я вам расскажу.

*(воспитатель демонстрирует детям картинки с изображением последствий компьютерной зависимости и располагает их на одну часть доски)*

1. Снижение зрения.

Ученым доказано, что долгое времяпровождение перед компьютером влияет на наши глаза. Они становятся красными, нередко появляются рези и ощущение песка в глазах, человек начинает хуже видеть, что происходит вдали и вынужден надеть очки.

1. Нарушения осанки.

Человек, играющий в компьютерные игры, вынужден постоянно сидеть, он мало двигается, его мышцы из-за отсутствия нагрузок ослабевают, позвоночник запоминает неудобное положение и искривляется, появляется сутулость и даже горб…

1. Плохой сон.

Проживая события виртуального мира, человек находится в постоянном напряжении. Не отпускают они его и в редкие минуты сна, человек не высыпается, его организм чувствует постоянное утомление, иммунитет падает, начинаются болезни.

1. Отсутствие друзей.

Человек, который постоянно играет в компьютерные игры, теряет своих друзей, у него нет времени общаться и с другими людьми, ведь он постоянно сидит за компьютером.

Ребята, но не все так плохо, если играть в компьютерные игры в меру. Попросить родителей поставить будильник и уделять этому досугу лишь 15-20 минут в день. Так можно и удовольствие от игры получить, и себе не навредить.

Ведь компьютерные игры бывают разные.

Бывают игры развлекательные (гонки, приключения), бывают игры познавательные (для обучения счету, чтению, иностранному языку итд).

Расскажите, а в какие игры играете вы?

*(дети делятся опытом)*

Воспитатель: Ребята, как видим, в компьютерные игры играть можно, но в меру. Просто Вупсеню и Пупсеню никто этого не объяснил, давайте составим для них перечень рекомендаций, которые помогут избавиться от зависимости и снова жить нормальной жизнью.

А перед этим предлагаю размяться! Что-то и мы засиделись!

*(проводится физминутка)*

Будем прыгать и скакать!
Раз, два, три, четыре, пять!
Будем прыгать и скакать! *(Прыжки на месте.)*
Наклонился правый бок. *(Наклоны туловища влево-вправо.)*
Раз, два, три.
Наклонился левый бок.
Раз, два, три.
А сейчас поднимем ручки *(Руки вверх.)*
И дотянемся до тучки.
Сядем на дорожку, *(Присели на пол.)*
Разомнем мы ножки.
Согнем правую ножку, *(Сгибаем ноги в колене.)*
Раз, два, три!
Согнем левую ножку,
Раз, два, три.
Ноги высоко подняли *(Подняли ноги вверх.)*
И немного подержали.
Головою покачали *(Движения головой.)*
И все дружно вместе встали. *(Встали.)*
Воспитатель: А теперь приступим к самому важному!

*(на большом листе (А1, А2) дети и воспитатель формируют список рекомендаций в форме картинок)*

1. Проводить время за компьютером не более 15 минут в день.

Ребята, покажите на часах 15 минут. Знаете, как по-другому можно назвать это время? Четверть часа. Почему же так называется? Посмотрите, циферблат часов можно условно разделить на 4 части, 15 минут - это ровно четверть круга, а если целый круг – это целый час, то четверть круга – это четверть часа.

1. Чтобы глазки не уставали, нужно выполнять зрительную гимнастику. Например, такую:

Мой веселый, звонкий мяч,
Ты куда помчался вскачь?
Красный, синий, голубой,
Не угнаться за тобой.
Посмотреть влево- вправо.
Посмотреть вниз — вверх
*(дети выполняют круговые движения глазами: налево – вверх – направо – вниз – вправо – вверх – влево — вниз.
Дети зажмуривают глаза, мигают 10 раз, повторяют 2 раза)*

1. Чтобы не искривлялась спинка, есть прекрасное упражнение - ходить с книгой на голове. Кто хочет попробовать пройти с книгой?

*(несколько детей демонстрируют упражнение)*

1. Общаться с друзьями, проводить с ними время.

Ребята, а как можно играть с друзьями?

*(дети отвечают)*

Отлично! Сразу видно, что вы редко играете в компьютерные игры, а проводите интересно время с друзьями!

Я предлагаю сделать игру «Пальчиковый твистер». У нас есть такая настольная игра, но оказывается, не менее интересно играть в нее только пальчиками!

*(дети расходятся по подгруппам или парам и делают несколько игр – наклеивают на поле кружочки разного цвета по предлагаемому воспитателем образцу)*

Воспитатель: Ребята, отличные игры получились! Давайте соберем посылочку для гусениц и отправим ее поскорее.

*(дети и воспитатель складывают рекомендации и игры в коробку, отдают младшему воспитателю, который уносит их из группы)*

Воспитатель:Ребята, о чем мы с вами сегодня беседовали?

Какое доброе дело совершили?

Какие выводы можем сделать?

Сколько времени можно потратить на компьютерные игры?

А чем можно заняться потом?

*(после обсуждения раздается стук в дверь группы, на пороге стоит коробочка с угощением и запиской)*

|  |
| --- |
| Привет, ребята! Это Лунтик. Жители Поляны благодарят вас за помощь! Гусеницы уже следуют вашим рекомендациям, делают зарядку для глаз и упражнения для осанки. Они снова стали есть и спать. А на Поляне мы установили большие часы, теперь каждый может поиграть в компьютерные игры, но не более 15 минут в день. Остальное время мы тратим на общение и игры. Ваш твистер оказался очень увлекательным, спасибо вам! Примите в благодарность это угощение. Его заботливо приготовила бабушка Капа. |

Воспитатель:Ребята, как здорово, что Вупсень и Пупсень перестали быть зависимыми от компьютера. Ведь во всем главное – мера. Давайте попробуем угощение!

*(дети пробуют угощение (на усмотрение воспитателя), занятие окончено)*

Список источников

Печатные издания:

1. Войскунский А.Е. Зависимость от интернета: актуальная проблема // Журнал неврологии и психиатрии. – 2005. – №3. – С. 79-86.
2. Санитарные правила и нормы (СанПиН 2.4.2. 1178-02) «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях».
3. Пушкин В. Гимнастика для глаз. - М.: Эксмо, 2012.

Электронные ресурсы:

1. <https://printgames.ru/palchikovyiy-tvister/>