

Муниципальное бюджетное учреждение  
**«Центр развития образования»**  
муниципального образования  
Новокубанский район  
(МБУ «ЦРО» МО Новокубанский район)  
352240, Краснодарский край,  
г.Новокубанск, ул.Первомайская, 134  
тел.: (86195) 3-24-61 тел./ф.: (86195) 3-01-73  
cro@nk.kubannet.ru

Руководителю  
общеобразовательного  
учреждения

от 01.12.2023 г. № 1392

на № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

### О методических рекомендациях

Муниципальное бюджетное учреждение «Центр развития образования» муниципального образования Новокубанский район направляет методические рекомендации в помощь библиотекарю общеобразовательных учреждений с целью применения одной из форм в библиотечной работе – проведению беседы с обучающимися 7-11 классов по теме «Социальные сети».

Приложение: на 8 л. в 1 экз.

Директор МБУ «ЦРО»



С.В.Давыденко

Р.В.Ершова  
30173

Методические рекомендации  
по проведению с обучающимися бесед по теме  
«Как на меня влияют соцсети?»

В библиотечной работе с детьми можно найти и использовать обширный и содержательный материал, посвященный социальным сетям.

Предлагаемая форма - это беседа, которая носит рекомендательный характер и может быть использована в работе с обучающимися 7-11 классов.

Работая с такой формой, библиотекарь должен помнить, что каждая беседа – это не только монолог библиотекаря, но и его живое общение с учащимися, обмен мыслями, мнениями, чувствами. Вопросно-ответный метод обучения, применяемый в ходе беседы, активизирует умственную деятельность детей, подводит их к получению новых знаний и способствует закреплению уже полученных ранее.

Готовясь к такой беседе, библиотекарь должен наметить основные, дополнительные, наводящие вопросы по теме; составить план беседы в соответствии с целью, которую предполагается достичь.

**Цель:** сформировать у школьников навыки правильного общения в социальных сетях.

**Задачи:**

**Образовательные:** помочь осознать влияние, роль и возможность негативного влияния социальных сетей на их поведение, мысли, чувства, персональные данные. Создать условия для развития умения безопасного использования сети Интернет.

**Воспитательные:** сформировать отношение к людям, к здоровому образу жизни.

**Развивающие:** развивать коммуникативные компетенции у школьников.

**Методы:** беседа, упражнения.

**Оборудование:** компьютер и видеопроектор, подготовленная библиотекарем презентация в программе PowerPoint, экран, раздаточный материал.

**Основная часть беседы**

1. Социальная сеть (далее – соцсеть) – это веб-сайт, позволяющий пользователям обмениваться информацией с группой друзей. Это неплохое средство, благодаря которому легко быть на связи. В соцсети удобно просматривать фотографии поездок и других интересных событий. Через

соцсети многие получают сведения о своих родных и близких, когда происходят стихийные бедствия.

2. Очевидно, у социальных сетей есть свои преимущества. Но не опасно ли пользоваться этим средством связи? А если опасность существует, то какая и как ее избежать?

3. Так же как Интернет в целом, социальные сети таят в себе опасность.

Поэтому стоит поразмышлять над следующими вопросами:

- Как соцсети влияют на распространение моей личной информации?

Если вы неосторожны, то информация, указанная на вашей страничке, фотографии и обновления статуса (краткая информация для тех, кто в списке друзей), а также ваши комментарии (реплики по поводу обновления статуса других) могут раскрывать о вас слишком многое. Например, где вы живете, когда вы дома или в отъезде, где учитесь. Адрес, сопровождаемый словами типа «Завтра всей семьей едем в горы!», подскажет вору, где и когда можно поживиться.

- Указание других подробностей, например вашего электронного адреса, даты рождения или номера телефона, может дать повод для домогательств, хулиганских преследований и кражи личности. Тем не менее, многие с готовностью предоставляют такие данные в соцсетях, которые легко могут быть обнародованы.

А теперь давайте поподробнее познакомимся с основными, из ныне популярных социальных сетей.

Одноклассники могут заранее подготовить подробные рассказы с интересными иллюстрациями и фотографиями и рассказать о таких социальных сетях как ВКОНТАКТЕ, Instagram, Twitter, Facebook и тд. Рассказ опирается на материал презентации. Но не все так просто и пребывание в социальной сети, может являться небезопасным для вас. Давайте именно сейчас сосредоточим наше внимание на том, чем могут быть опасны социальные сети.

• Проявляйте осторожность при переходе по ссылкам, которые вы получаете в сообщениях от других пользователей или друзей. Не следует бездумно открывать все ссылки подряд - сначала необходимо убедиться в том, что присланная вам ссылка ведет на безопасный или знакомый вам ресурс. Approach links in e-mail with caution.

• Контролируйте информацию о себе, которую вы размещаете. Обычно злоумышленники взламывают учетные записи на сайтах следующим образом: они нажимают на ссылку "Забыли пароль?" на странице входа в учетную запись. При этом для восстановления или установки нового пароля, система может предлагать ответить на секретный вопрос. Это может быть дата вашего рождения, родной город, девичья фамилия матери и т.п. Ответы на подобные вопросы можно легко найти в сведениях, которые вы опубликовали на своей странице в какой-либо популярной социальной сети. Поэтому при установке секретных вопросов необходимо придумывать их самостоятельно (если сайт, на котором вы регистрируетесь, это позволяет) или старайтесь не использовать личные сведения, которые легко найти в сети.

- Не думайте, что сообщение, которое вы получили, было отправлено тем, кого вы знаете, только потому, что так написано. Помните, что хакеры могут взламывать учетные записи и рассылать электронные сообщения, которые будут выглядеть так, как будто они были отправлены вашими друзьями. Если у вас возникло такое подозрение, будет лучше связаться с отправителем альтернативным способом, например, по телефону, чтобы убедиться в том, что именно этот человек отправил вам данное сообщение. Точно также необходимо относиться и к приглашениям зарегистрироваться в той или иной социальной сети.

- Чтобы не раскрыть адреса электронной почты своих друзей, не разрешайте социальным сетям сканировать адресную книгу вашего ящика электронной почты. При подключении к новой социальной сети вы можете получить предложение ввести адрес электронной почты и пароль, чтобы узнать, есть ли в этой сети пользователи, с которыми вы уже поддерживаете отношения при помощи электронной переписки. Используя эти данные, сайт может рассылать электронные сообщения (например, приглашения присоединиться к этой сети от вашего лица) всем пользователям из вашего списка контактов. Социальные сети должны указывать то, что эти адреса электронной почты будут использованы для этой данной, но зачастую не делают этого.

- Вводите адрес социальной сети непосредственно в адресной строке браузера или используйте закладки. Нажав на ссылку, которую вы получили в электронном сообщении или нашли на каком-либо сайте, вы можете попасть на поддельный сайт, где оставленные вами личные сведения будут украдены мошенниками.

- Не добавляйте в друзья в социальных сетях всех подряд. Мошенники могут создавать фальшивые профили, чтобы получить от вас информацию, которая доступна только вашим друзьям.

- Не регистрируйтесь во всех социальных сетях без разбора. Оцените сайт, который вы планируете использовать, и убедитесь, что вы правильно понимаете его политику конфиденциальности. Узнайте, существует ли на сайте контроль контента, который публикуется его пользователями. К сайтам, на которых вы оставляете свои персональные данные, необходимо относиться с той же серьезностью, которой требуют сайты, где вы совершаете какие-либо покупки при помощи кредитной карты.

- Учитывайте тот факт, что все данные, опубликованные вами в социальной сети, могут быть кем-то сохранены. На большинстве сервисов вы можете в любой момент удалить свою учетную запись, но, не смотря на это, не забывайте, что практически любой пользователь может распечатать или сохранить на своем компьютере фотографии, видео, контактные данные и другие оставленные вами сведения.

В последнее время появилось огромное количество противников общения в социальных сетях и самый главный и значимый аргумент против подобного общения, который приводят они - это создаваемая иллюзия огромного

количества друзей и приятелей, что на самом деле совсем не так. Давайте попробуем разобраться в этом, для этого поделимся на 2 группы.

- 1 группа - те, кто «за» общения в социальных сетях;
- 2 группа - те, кто «против»

Рекомендуется заранее подготовить для обеих команд вопросы по данной теме.

Подтема к основной теме может быть рекомендована следующая:

**Разрешают ли тебе родители пользоваться соцсетями?** Если да, обсудим три важных момента: время, сон, эмоции.

**Время.** Пользоваться соцсетями – все равно что ехать на лошади: либо ты ее контролируешь, либо она тебя. Соцсети вызывают зависимость и крадут уйму времени. Большинство из нас думает: «Зайду туда на пару минут», а в итоге просиживаем часами.

**Знаешь ли ты?** Соцсети специально созданы так, чтобы вызывать зависимость. Разработчики знают: чем раскрученнее соцсеть и чем больше времени люди там проводят, тем больше денег заплатят рекламодатели.

**Спроси себя:** «Часто ли я теряю счет времени, когда сижу в соцсетях? Можно ли часть этого времени потратить с большей пользой?»

**Что можно сделать?** Заранее реши, сколько времени ты будешь проводить в соцсетях, и не выходи за эти рамки. Можно установить на свой телефон программу, которая блокирует некоторые приложения после того, как проводится определенное время. Это хорошая возможность не просиживать в соцсетях целыми днями.

В самой читаемой в мире книге, Библии, даются замечательные советы, один из них – «Использовать время наилучшим образом, потому что в эти дни много зла».

**Сон.** Большинство экспертов сходятся во мнении, что подросткам нужно спать каждую ночь не менее восьми часов. Но многие подростки откровенно недосыпают. И одна из причин тому – использование соцсетей перед сном.

Многие перед сном проверяют телефон на наличие новых сообщений и не заметно для себя часами листают ленту в соцсетях. От этой нехорошей привычки, ворующей драгоценное время, которое можно было потратить на сон, нужно избавляться.

**Знаешь ли ты?** Недосып может способствовать возникновению тревоги и депрессии. По словам профессора психологии Джин Твенге, «недостаток сна крайне негативно влияет на настроение и со временем может стать причиной серьезных психических расстройств»

**Спроси себя:** «Сколько я сплю каждую ночь? Сижу ли я допоздна в соцсетях, вместо того чтобы подготовиться ко сну?»

**Что можно сделать.** Не держи электронные устройства в спальне. Старайся не пользоваться ими за два часа до сна. Если обычно ты просыпаешься по будильнику, подумай о том, чтобы использовать будильник не на телефоне или планшете.

Старайтесь отучить себя от продолжительного просиживания в телефоне. Старайтесь быть более зрелыми и ответственными людьми. Ставьте перед собой цель ложиться спать пораньше, чтобы на следующий день быть полными сил.

Библейская мудрость гласит: «Чтобы вы всегда выбирали то, что действительно важно».

#### **Эмоции.**

В ходе одного опроса, проведенного среди старшеклассниц, выяснилось, что почти половина из них постоянно ощущали печаль и отчаяние. И соцсети могут играть в этом не последнюю роль. Доктора психологии отмечают, что тем больше времени дети проводят в соцсетях, сравнивая себя с другими, тем больше вероятность, что это отрицательно скажется на их эмоциональном состоянии.

**Знаешь ли ты?** Соцсети помогают быть на связи с друзьями, но они не могут заменить живое общение.

**Спроси себя:** «Когда я смотрю в соцсетях на то, как проводят время мои друзья, не чувствую ли я себя одиноко? Не кажется ли мне из-за этого моя жизнь скучной? Расстраиваюсь ли я, если мои посты собирают мало лайков или на них никто не обращает внимания?»

**Что можно сделать.** Попробуй «детокс от соцсетей» - откажись от них на несколько дней, неделю или даже месяц. Больше времени проводи с друзьями лично или созванивайся с ними. Оцени свое самочувствие после такого «детокса» - испытываешь ли ты меньше стресса и стал ли ты более счастливым?

Многие убеждены в том, что когда пользуются соцсеями, то постоянно следят за тем, как поступают другие люди, а после удаления всех аккаунтов словно гора с плеч сваливается. Неожиданно появляется больше времени на стоящие дела.

Библейская мудрость гласит: «Каждый пусть оценивает собственные дела, и тогда он сможет радоваться своим успехам, не сравнивая себя с другими».

#### **Подытожим. Как на меня влияют соцсети?**

**Время.** Реши, сколько времени ты будешь проводить в соцсетях, и не выходи за эти рамки.

**Сон.** Старайся не пользоваться электронными устройствами за два часа до сна.

**Эмоции.** На какое-то время полностью откажись от соцсетей. Больше времени проводи с друзьями лично.

Существует сайт, на котором содержится информация о проблеме защиты персональных данных для детей и их родителей, обучающие ролики, игры, тесты, конкурсы.

#### **Заключительная часть.**

В заключение можно раздать памятки, в которых отображены все правила безопасного пребывания в социальных сетях, для того, чтобы обучающиеся пользовались ими, применяли и помнили, что, все-таки,

виртуальное общение никогда не заменить реальное, общаясь с человеком живую, а не онлайн, вы всегда сможете увидеть его настоящие эмоции и чувства, которые не в состоянии отобразить ни один смайлик.

**К размышлению:** американские ученые выяснили, что слишком большое количество друзей в соцсетях снижает самооценку, настроение и вызывает зависть. Виной всему слишком жизнерадостные статусы и позитивные фото: они вызывают иллюзию, что жизнь других куда насыщеннее, ярче и интереснее, чем ваша собственная. Долой хандру и плохое настроение, общаться нужно в режиме реального времени!!!

*Библиотекарю, готовясь к проведению беседы, необходимо помнить о возрастных особенностях обучающихся и стараться не загружать детей излишней информацией, тем самым не утомляя их. Помнить о том, что дети перегружены учебой, а переутомление, как правило, имеет свойство накапливаться и ослаблять иммунную систему. Необходимо обращать внимание детей на стоящие цели, какие они могут ставить перед собой, а для стоящих целей никогда не жалко времени и сил. Даже при всей кипучей, молодой энергии нельзя объять необъятное. Библейская мудрость гласит: «Пусть ваше благоразумие будет известно всем». Говоря о просиживании детей в социальных сетях, можно сделать акцент на слово «благоразумный», которое может означать «рассудительный», «избегающий крайностей». Подчеркнуть, что благоразумный человек принимает решения, которые не идут во вред ни ему, ни другим. Он проявляет зрелость, столь необходимую в нашем изменчивом мире. Поэтому ради собственного здоровья стоит проявить благоразумие и отказаться от дел, мешающих учебе, особенно в «зависании» в соцсетях.*

Чем заполнить свободное время детей и подростков? Как сделать, чтобы им было интересно в школьной библиотеке с книгой весь учебный год?

Библиотекари могут использовать в своей работе различные формы деятельности, в том числе игровые, что позволяет превратить процесс чтения в увлекательное занятие. В игре моделируются ситуации, например, путешествие пресс-бой, суд, экскурсия. Игры в библиотеках ориентированы на получение новых знаний, информации. Самыми распространенными играми в библиотеке являются многообразные конкурсы – конкурс на лучшего читателя, лучшее знание книги, литературные конкурсы, семейные конкурсы. Больше в библиотеках можно использовать и театрализованных форм. В основе театрализации, как раз и лежит игровое поведение. Наиболее доступная форма театрализации – театры книги, к возникновению приводит творческий потенциал библиотекарей и читателей.

**Всегда нужно помнить о том, что все мероприятия, беседы особенно, должны проводиться с учетом специфики различных возрастных категорий, что повышает интерес детей ко всем проводимым мероприятиям.**

Прослеживается трансформация и других привычных библиотечных форм. Например, то, что раньше мы называли «громкие чтения» во многих библиотеках введены в практику, как комментированное чтение, развивающее с младшего возраста навыки исследовательской деятельности.

Многие нынешние формы хорошо забытые старые, получившие новое дыхание и иные названия «Устный журнал» стал «библиошоу», беседа, дискуссия – «ток-шоу», обзор - премьеры книги.

Общая атмосфера в библиотеке должна отличаться от обычной. Необходимо, прежде всего, создать комфортную среду в библиотеке: оформить выставки с соответствующей тематикой, информационные стенды, уголки, направленные на пропаганду книги и чтения.

Рекомендательные книжные выставки:

- «Социальные сети расскажут..»;
- «Волшебство» социальных сетей»;
- Социальные сети – друг неразлучный»;
- «Путешествуя по социальным сетям»;
- «День за днем с книгой»;
- «Читать престижно!»;
- «Чтение зовет в приключения».

Рекомендательные формы и названия мероприятий:

- **Минуты радостного чтения** «Есть время подумать: книга или интернет?»;
- **Праздник** «Зима начинается – чтение продолжается!»;
- **Час хорошей литературы** «Корзинка радости»;
- **Лекторий** «Воспитание книгой»;
- **Литературная экспедиция** «Живут на свете соцсети»;
- **Интерактивная программа** – «Повсюду с нами соцсети»;
- **Эрудит-шоу** «Литературный лабиринт и книга»;
- **«Библиотечный квест** «Охота на книгу»;
- **Акция-приглашение** «Один час в библиотеке»;
- **Акция** «Ромашковая поляна пожеланий»;
- **Игра-поиск** «Литературные раскопки»

и многие другие формы и названия книжных выставок и массовых мероприятий по желанию библиотекаря, которые направлены на приобщение обучающихся к чтению и книге, а также умелому и практико-ориентированному использованию интернета в жизни детей и подростков.

В заключение хотелось бы подчеркнуть, что такая обычная форма мероприятия, как беседа, должна сопровождаться постоянной выставкой, но это вовсе не означает несменяемость экспозиции. Постоянной остается идея выставки, а тема, предметный ряд, интерактивные формы и другие обязательные атрибуты выставки должны меняться не реже одного раза в год. Каждое обновление экспозиции постоянной выставки, если на него затрачено определенное время, учитывается в библиотечной статистике как новая выставка.

*Список источников:*

1. Как защитить ребенка от негативного контента в СМИ и Интернете (методические рекомендации по проведению общешкольных тематических родительских собраний) /Т.С.Пивоварова, М.В.Кузьмина. - Киров: ИРО Кировской области, 2013. -62 с/



2. Материалы сайта «Персональные данные.дети» [Электронный ресурс]:  
Режим доступа: <http://персональныеданные.дети/>
3. Материалы сайта «Центр безопасного Интернета» [Электронный ресурс]:  
Режим доступа: <http://www.saferunet.org>.
4. Бирин В.Н. Влияние интернет-ресурсов на гражданскую позицию современной российской молодежи/В.Н.Бирин, Г.С.Зеленева, А.В.Мартыненко; отв. ред. М.А.Омаров. – Москва: РГГУ, 2022. – 365 с.

Директор МБУ «ЦРО»



С.В.Давыденко