

**Ստեփանավանի թիվ 1 հիմնական դպրոցի ծնողական խորհրդի  
ընդլայնված ժողով-միջոցառում**

(Ժողով-միջոցառման վարող՝ ինֆորմատիկայի ուսուցչուհի Գայանե Գևորգյան)

**20.03.2015թ.**

## **Ապահով համացանց**

**Նպատակը** - Դպրոցի ծնողներին իրազեկել համացանցի վտանգների, համացանցում վարվելակերպի, երեխաների անվտանգությանն ուղղված կանոնների մասին, նրանց ուշադրությունն ուղղորդել դեպի համացանցից օգտվող երեխաները: Օգնել նրանց սովորեցնել երեխաներին ճիշտ վարքագիծ դրսևորել համացանցով հաղորդակցվելիս:

- Ընթացք** -
1. Ողջույնի խոսք:
  2. Ժողով-միջոցառման վերը նշված նպատակի ներկայացում:
  3. Նախապես պատրաստված (*ցուցադրման [ԱՊԱՀՈՎ ՀԱՄԱՑԱՆՑ.pptx](#) անունով ֆայլը կցվում է*) համակարգչային ցուցադրության ներկայացում:
  4. Սլայդներում ներկայացված կանոնների և խորհուրդների ինտերակտիվ քննարկում ծնողների հետ:
  5. Համացանցի օգտակարության ու վտանգների վերաբերյալ տեսանյութի դիտում (*[Apahov\\_hamacanc.wmv](#) ֆայլը կցվում է*):
  6. Ծնողներին առաջարկել լրացնել հետևյալ թեստերը, որոնց օգնությամբ հնարավոր կլինի բացահայտել ծնողները և իրենց երեխաները ունեն արդյոք համակարգչային կախվածություն: Թեստերի առավել ճշգրիտ արդյունք ստանալու համար, առաջարկել ծնողներին միայն ցանկության դեպքում հրապարակել արդյունքները, իսկ տրված թեստերը պահեն իրենց մոտ:

## ԹԵՍՏ

### Ունի՞ արդյոք Ձեր երեխան Համացանցային կախվածություն

*Հարցերի պատասխանները գնահատվում են՝*

*1- երբեք, 2- հազվադեպ, 3- երբեմն, 4- հաճախ, 5- միշտ*

1. Նկատում եք, որ Ձեր երեխան Համացանցից օգտվեց ավելի երկար ժամանակ, քան թույլատրել էիք:
2. Ձեր երեխան անկատար է թողնում տնային հանձնարարությունները, որպեսզի ավելի երկար ժամանակ անցկացնի Համացանցում:
3. Ձեր երեխան հաճախ է Համացանցում ժամանցը գերադասում ընկերների հետ շփումից:
4. Նա հաճախ է նոր ծանոթություններ ստեղծում Համացանցի միջոցով:
5. Ձեր երեխային ասում եք, որ երկար ժամանակ է անցկացնում Համացանցում:
6. Համացանցում անցկացրած ժամանակի պատճառով Ձեր երեխայի առաջադիմությունը իջել է:
7. Հաճախ է ստուգում նոր հաղորդագրություն (նամակ) ունի՞:
8. Ձեր երեխայի մոտ առողջական խնդիրներ (տեսողություն, հոգնածություն) առաջացել են Համացանցի օգտագործման հետևանքով:
9. Նա խուսափում է պատասխանից, երբ հարցնում եք, թե այդքան երկար ի՞նչ է անում Համացանցում:
10. Հաճախ է փորձում դասապատրաստումը փոխարինել Համացանցում զբաղմունք գտնելով:
11. Հաճախ է Ձեզ խնդրում Համացանց մտնելու թույլտվություն ստանալու համար:
12. Ձեր երեխան կարծում է, որ կյանքն առանց Համացանցի կդառնա ձանձրալի, դատարկ ու անհետաքրքիր:
13. Ձեր երեխան նյարդայնանում է, երբ ինչ-որ բան կտրում է նրան Համացանցում զբաղմունքից:
14. Նա հաճախ է քնի ժամանակը կրճատում Համացանցում մնալու համար:
15. Դուք զգում եք, որ Ձեր երեխան տարված է Համացանցով:
16. Հաճախ է Համացանցում գտնվելիս Ձեզ ասում. «Մի քանի րոպե էլ...»
17. Ձեր երեխայի Համացանցում գտնվելու ժամանակը կրճատելու մասին մտածում եք:
18. Նա փորձում է թաքցնել Համացանցում անցկացրած ժամանակի քանակը:
19. Համացանցում անցկացվող ժամանակը նախընտրում է ընկերների հետ հանդիպումներից:
20. Ձեր երեխայի մոտ նկատում եք ճնշվածություն, վատ տրամադրություն երբ ցանցում չի ու այն անցնում է, երբ մուտք է գործում Համացանց:

*50-79 բալ – Համացանցը լուրջ ազդեցություն ունի Ձեր երեխայի կյանքի վրա, 80 և ավելի բալի դեպքում նա ունի Համացանցային կախվածություն, պետք է անհանգստանալ:*

## ԹԵՍՏ

### Ունե՞ք արդյոք կախվածություն համացանցից *Հարցերի պատասխանները գնահատվում են՝*

*1-երբեք, 2- հազվադեպ, 3- երբեմն, 4- հաճախ, 5- միշտ*

1. Որքա՞ն հաճախ եք նկատում, որ Համացանցից օգտվեցիք ավելի երկար ժամանակ, քան նախատեսել էիք:
2. Որքա՞ն հաճախ եք թողնում տնային պարտականությունները, որ ավելի երկար ժամանակ անցկացնեք Համացանցում:
3. Դուք հաճախ եք համացանցում ժամանցը գերադասում ամուսնու (կնոջ) հետ շփումից:
4. Որքա՞ն հաճախ եք նոր ծանոթություններ ստեղծում Համացանցի միջոցով:
5. Որքա՞ն հաճախ են Ձեզ ասում, որ երկար ժամանակ եք անցկացնում Համացանցում:
6. Որքա՞ն հաճախ է Համացանցում անցկացրած ժամանակի պատճառով Ձեր երեխաների դասապատրաստմանն օգնելը, նրանց հետ զբաղվելը մնում ուշադրությունից դուրս:
7. Հաճա՞խ եք ինչ-որ գործ սկսելուց առաջ ստուգում նոր հաղորդագրություն (նամակ) ունեք:
8. Ձեր աշխատանքի արդյունավետությունը ընկնու՞մ է Համացանցի օգտագործման հետևանքով:
9. Դուք խուսափու՞մ եք պատասխանից, երբ Ձեզ հարցնում են, թե այդքան երկար ի՞նչ եք անում Համացանցում:
10. Հաճա՞խ եք փորձում Ձեր կյանքի մասին տհաճ մտքերը փոխարինել Համացանցում զբաղմունք գտնելով:
11. Դուք հաճա՞խ եք Համացանց մտնելու հաճելի գայթակղություն զգում:
12. Հաճա՞խ եք կարծում, որ կյանքն առանց Համացանցի կդառնա ձանձրալի, դատարկ ու անհետաքրքիր:
13. Դուք նյարդայնանո՞ւմ եք, երբ ինչ-որ բան կտրում է Ձեզ Համացանցում զբաղմունքից:
14. Դուք հաճա՞խ եք քնի ժամանակը կրճատում Համացանցում մնալու համար:
15. Դուք զգո՞ւմ եք, որ տարված եք Համացանցով:
16. Հաճա՞խ եք Համացանցում գտնվելիս ինքներդ Ձեզ ասում. «Մի քանի րոպե էլ...»
17. Համացանցում գտնվելու ժամանակը կրճատելու անհաջող փորձեր ունենո՞ւմ եք:
18. Դուք փորձո՞ւմ եք թաքցնել Համացանցում անցկացրած ժամանակի քանակը:
19. Նախընտրո՞ւմ եք արդյոք Համացանցում անցկացվող ժամանակը մարդկանց հետ հանդիպումներից:
20. Զգո՞ւմ եք արդյոք ճնշվածություն, վատ տրամադրություն, երբ ցանցում չեք ու այն անցնում է, երբ մուտք եք գործում Համացանց:

*50-79 բալ – Համացանցը լուրջ ազդեցություն ունի Ձեր կյանքի վրա, 80 և ավելի բալի դեպքում Դուք ունեք Համացանցային կախվածություն:*