

# ТОЧКА РОСТА

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Шарканская средняя общеобразовательная школа имени Г.Ф.Лопатина»

Принято:  
Педагогическим советом  
Протокол № 12  
от 29.08. 2022г.

Утверждено  
Приказом № 63/3 от 31.08. 2022г.  
Директор МБОУ «Шарканская  
СОШ им. Г.Ф.Лопатина»  
О.П.Бородулина

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
« **Инфознайка** »

срок реализации: **1 год**  
возраст учащихся: **10-11 лет**

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Трефилова Ольга Сергеевна

Шаркан, 2022 г.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа кружка «Инфознайка» разработана и ориентирована на обучающихся 4 класса общеобразовательной школы. Занятия проводятся 1 раз в неделю (34 часа в год).

Актуальность настоящей дополнительной образовательной программы заключается в том, что интерес к изучению новых технологий у подрастающего поколения появляется в настоящее время уже в дошкольном и раннем школьном возрасте. Сегодня, выполняя социальный заказ общества, система дополнительного образования должна решать новую задачу – подготовить подрастающее поколение к жизни, к будущей профессиональной деятельности в высокоразвитом информационном обществе, поскольку в настоящее время, нельзя себе представить не одно производственное предприятие, на котором не используются компьютерные технологии. Сейчас осуществление любой деятельности проводится с максимальным использованием персональных компьютеров. Умение работать на компьютере так же важно, как и писать и считать.

Программа предусматривает включение задач и заданий, трудность которых определяется не столько содержанием, сколько новизной и необычностью ситуации. Это способствует появлению личностной компетенции, формированию умения работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности. Создание на занятиях ситуаций активного поиска, предоставление возможности сделать собственное «открытие», знакомство с оригинальными путями рассуждений, позволят обучающимся реализовать свои возможности, приобрести уверенность в своих силах.

**Цель** обучения по программе «Инфознайка» - формирование информационной культуры школьника, под которой понимается умение целенаправленно работать с информацией и использование для этого возможности компьютера.

**Задачи** обучения:

**Предметные:**

- формирование представления о компьютере как универсальном устройстве обработки информации; помочь детям в изучении использования компьютера как инструмента для основной учебной деятельности;
- помочь в изучении принципов работы с основными прикладными программами в том числе продукты Microsoft Office (WORD, PAINT, POWERPOINT, EXCEL), ПервоЛого 3,0;
- формирование навыков и умений безопасного и целесообразного поведения при работе с компьютерными программами в Интернете, умение соблюдать нормы информационной безопасности.

**Метапредметные:**

- развивать творческие и интеллектуальные способности детей, используя знания компьютерных технологий;
- формировать устойчивый интерес к созданию проектов, публикаций, коллажей, презентаций;
- владение способами поиска и выделения необходимой информации, структуризация и визуализация полученной информации;

**Личностные:**

- способность увязать содержание учебного материала с собственным жизненным опытом, понять значимость подготовки в области информатики и ИКТ в условиях развития информационного общества;
- способность и готовность к принятию ценностей здорового образа жизни за счет знания основных гигиенических и технических условий безопасной эксплуатации средств ИКТ;
- развитие умственных и творческих способностей учащихся;
- воспитывать внимательность, аккуратность, исполнительность, дисциплину

Отличительные особенности данной образовательной программы заключаются в том, что программные средства, используемые в программе, обладают разнообразными графическими возможностями, понятными даже второкласснику интерфейсом. Эти программы русифицированы, что позволяет легко и быстро их освоить. Так как программы строятся по логическим законам, возможна организация разнообразной интересной деятельности с четким переходом от одного вида работы к другому, с конкретными указаниями, на что обратить внимание. При этом будет развиваться произвольное внимание детей. Несмотря на общие возрастные особенности, каждый ребенок индивидуален в своем развитии, поэтому программа предусматривает индивидуальный подход к каждому ребенку.

Все образовательные блоки предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование деятельностно-практического опыта. Практические задания способствуют развитию у детей творческих способностей, умения создавать проекты. Программа позволяет использовать и нетрадиционные формы работы. На занятиях большую роль играет демонстрационный материал, который представлен в виде презентаций. Наглядный материал в виде презентаций готовят и сами учащиеся. Это позволяет развивать у учащихся творческие способности, умение работать коллективно, умение работать с разными источниками информации, выступать перед аудиторией, отстаивать свою точку зрения, защищая свои проекты.

Формы и методы работы:

- игровая деятельность;
- поисковые работы, проекты;
- творческая деятельность (составление мини-проектов, презентаций).

## Учебный план

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	теория	практика	
1.	Введение. Основные устройства компьютера	2	1	1	беседа, анкетирование
2.	Основы обработки графической информации	5	1	4	беседа, наблюдение, практическое занятие, защита проекта
3.	Основы работы с текстовым редактором	9	3	6	практическое занятие в программе, самостоятельная работа, подготовка и защита проекта
4.	Работа с табличным редактором MS Excel	6	2	4	практическое занятие в парах, составление кроссворда, проект «Прайс-лист»
5.	Возможности программы MS Power Point.	5	1	4	беседа, наблюдение, самостоятельная работа, проект
6.	Поиск информации в сети Интернет. Правила безопасного интернета. Создание презентации по интересам. Тест «Осторожно, Интернет!»	2	1	1	беседа тест
7.	Перволого – универсальная компьютерная среда.	4	1	3	наблюдение, практическая работа, творческий проект
8.	Обобщение.	1	1		
<b>ИТОГО</b>		<b>34</b>	<b>11</b>	<b>23</b>	

## Содержание программы.

	Тема	Содержание	Практическая деятельность
<b>Раздел 1. Введение. Основные устройства компьютера</b>			
1.	Вводное занятие. Организация рабочего места на занятиях, правила поведения и техника безопасности.	Цель и задачи объединения. Режим работы и правила поведения. Правила поведения в кабинете информатики. Инструктаж по ТБ.	Анкетирование. (Приложение 1)
2.	Основные устройства компьютера. Компьютерные игры – польза или вред?	<i>Применение компьютеров. Рассказ об использовании компьютеров в современном обществе. Компьютер и его основные устройства. Включение компьютера. Выключение компьютера. Демонстрация возможностей персональных компьютеров. Компьютерные игры – польза или вред?</i>	Работа с клавиатурой, получение навыков работы с мышью. Обсуждение пользы и вреда возможностей компьютера. Программа «Фантазеры». Творческий проект «Замок из геометрических фигур» (Приложение 2)
<b>Раздел 2. Основы обработки графической информации</b>			
3.	Графический редактор Paint: инструментарий программы Paint.	<i>Меню и палитра инструментов, сохранение выполненной работы в файле, открытие файла для продолжения работы.</i>	<i>Создание и сохранение документа в графическом редакторе. Практическое задание: «Флаг России» или «Флаг Удмуртии» (Приложение 3)</i>
4.	Графический редактор Paint: разработка и редактирование изображений	<i>Преобразования рисунка. Отражения, повороты, наклоны, растяжение, сжатие. Рисование. Инструменты: Карандаш, Кисть, Распылитель, Ластик, Надпись.</i>	<i>Создание проекта «Витраж» с использованием перечисленных инструментов.</i>
5	Графический редактор Paint: составление рисунка из геометрических фигур, копирование элементов рисунка. Мини-проект «Дом будущего»	<i>Построение линий. Инструменты: Линия, Кривая. Изменение масштаба. Построение фигур. Инструменты: Прямоугольник, Скругленный Прямоугольник, Многоугольник, Эллипс.</i>	<i>Создание проекта «Дом будущего» с использованием перечисленных инструментов. (Приложение 4)</i>
6-7	Тематическая композиция. Проект на тему:	<i>Составление творческого проекта (Приложение 5)</i>	Составление проекта на тему: «Безопасный путь домой» с использованием

	«Безопасный путь домой».		изученного инструментария и возможностей графического редактора. Защита выполненного проекта, опираясь на отображаемый проектором рисунок.
<b>Раздел 3. Основы работы с текстовым редактором</b>			
8-9	Текстовый редактор Word. Освоение клавиатуры. Отработка навыков по набору текста. Клавиатурный тренажер в режиме ввода текста.	<i>Основная позиция пальцев на клавиатуре.</i>	<i>Выработка навыков правильной работы на клавиатуре при наборе текста с помощью клавиатурного тренажера.</i>
10-11	Создание текстового документа. Оформление текста: применение шрифтов и их атрибутов. Оформление текста: выделение цветом.	<i>Работа с текстами. Печать образцов шрифтов. Удаление шрифтов. Набор текста на клавиатуре. Выработка навыка копировать, вставлять и удалять фрагменты текста.</i>	<i>Набор текста с определенными требованиями к шрифту.</i>
12-13	Использование элементов рисования (автофигуры, рисунки, надписи WordArt) Проект-открытка «С днем рождения!».	<i>Набор текста поздравления. Индивидуальный проект. Защита проекта.</i>	<i>Набор текста с использованием возможностей текстового редактора.</i>
14	Текстовый редактор Word: работа с фигурами.	<i>Вставка различных фигур. Оформление рамки открытки.</i>	<i>Разработка рамки к открытке.</i>
15-16	Творческая работа. Проект «Режим дня»	<i>Творческая итоговая работа по программе Word.</i>	<i>Самостоятельная работа – составление режима дня с использованием освоенных приемов обработки текста и текстового документа.</i>
<b>Раздел 4. Работа с табличным редактором MS Excel.</b>			
17	Знакомство с программой MS Excel.	<i>Интерфейс программы MS Excel. Назначение, основные функции, настройка таблиц</i>	<i>Создание, сохранение и редактирование документа.</i>
18-19	Назначение и составление электронных таблиц. Составление кроссворда на выбранную тему.	<i>Создание и редактирование электронных таблиц</i>	<i>Решение кроссворда по теме «Информатика» (приложение 6) Составление кроссворда.</i>
20-21	Применение формул в программе.	<i>Создание и использование простых формул</i>	<i>составление таблицы «Кассовый чек» с использованием формулы.</i>

22	Практическая работа «Прайс-лист»	Создание проекта.	Приложение 7.
<b>Раздел 5. Возможности программы MS Power Point.</b>			
23	Знакомство с графическим редактором Power Point.	Знакомство с интерфейсом программы.	Создание, сохранение и редактирование презентации.
24	Создание слайдов. Сохранение и редактирование презентаций.	Создание слайда, вставка картинки, текста. Дизайн слайда.	Создание презентации «Край мой родниковый» с поиском фотоматериала в Интернете.
25	Правила составления презентаций. Творческая работа «Электронная книжка»	Создание презентации по любимому литературному произведению.	Творческая работа «Электронная книжка»
26-27	Добавление анимации в презентацию.	Анимация картинки в Power Point. Эффекты анимации в Power Point. Подбор картинок для презентации.	
28-29	<b>Раздел 6. Поиск информации в сети Интернет. Правила безопасного интернета. Создание презентации по интересам. Тест «Осторожно, Интернет!» (приложение 8.) Использование сети Internet с целью поиска информации для составления презентации. Тестирование.</b>		
<b>Раздел 7. ПервоЛого – универсальная компьютерная среда.</b>			
30-31	Знакомство со средой ПервоЛого. Как создать свой альбом. Инструменты ПервоЛого.	Интерфейс программы ПервоЛого и его основные объекты: Рабочее поле, Поле команд, Инструментальное меню, Черепашка.	Создание, сохранение и редактирование ПервоЛого альбома.
32	Закладки ПервоЛОГО. Формы черепашки. Рисовалка.	Как надеть форму черепашки. Создание новой формы. Многообразие форм черепашки	Создание проекта «Зоопарк»
33	Работа с рисунком и формами черепашки. Оформление проекта «Зоопарк»	Выбор объектов, конструирование сюжета. Защита собственных проектов учащихся.	Оформление проекта «Зоопарк»
34	Обобщение. Итоговый тест		Итоговый тест. Приложение 9.

### **Ожидаемые результаты освоения программы.**

По окончании обучения учащиеся должны демонстрировать сформированные умения и навыки работы с информацией и применять их в практической деятельности и повседневной жизни. Ожидается, что в процессе освоения общих навыков работы с информацией учащиеся будут уметь:

#### ***Предметные результаты:***

- владение базовым понятийным аппаратом; практически значимыми информационными умениями и навыками, их применение в решении поставленной задачи;
- умение работать в программах Microsoft Office (WORD, PAINT, POWERPOINT, EXCEL), ПервоЛого 3,0;
- умение собирать, анализировать, корректировать, сохранять и передавать информацию в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами учебного процесса (в том числе: вводить текст с помощью клавиатуры, анализировать изображения, готовить свое выступление с графическим сопровождением).

#### ***Метапредметные:***

- умение создавать творческие проекты с использованием компьютерных технологий;
- использование практических навыков работы с компьютерными программами для создания проектов, публикаций, коллажей, презентаций;
- использование различных способов поиска информации для последующей структуризации, визуализации.

#### ***Личностные:***

- использование сформированных умений и навыков работы с информацией и применение их в практической деятельности и повседневной жизни;
- умение оказывать помощь своим сверстникам;
- развитие умственных и творческих способностей учащихся;
- дисциплинированность, трудолюбие, внимательность и упорство в достижении поставленных целей.



**Календарный учебный график.**

<b>Наименование группы</b>	<b>Срок учебного года (продолжительность обучения)</b>	<b>Кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)</b>	<b>Всего академических часов в год</b>	
<b>4 класс</b>	<b>37 учебных недель</b>	<b>1 ч в неделю, 40 мин</b>	<b>37ч</b>	

### Условия реализации программы.

- *материально-техническое обеспечение*: занятия проводятся в учебном кабинете, где имеются компьютеры либо ноутбуки (по одному для каждого учащегося), проектор, принтер, классная доска, столы, стулья для учащихся и педагога.

Помещение для занятий светлое, сухое, теплое и по объему и размерам полезной площади соответствует числу занимающихся воспитанников.

Оборудование: столы; стулья, стенды для демонстрации информационного, дидактического, наглядного материала, выставочных образцов.

Размещение учебного оборудования соответствует требованиям и нормам СанПиНа и правилам техники безопасности работы.

- *информационное обеспечение*: операционная система Windows, любой браузер, прикладные программы Microsoft Office, Word, Excel, PowerPoint, проектная среда ПервоЛого.

- *кадровое обеспечение*: Трефилова Ольга Сергеевна, учитель начальных классов, образование – высшее. Сведения о повышении квалификации: «Инновационные педагогические технологии как инструмент реализации ФГОС»-2014г., «Образовательные ресурсы нового поколения в начальной школе» - 2012г., «Информационные технологии в деятельности учителя-предметника»-2008 г.

**Формы аттестации.** Диагностировать, контролировать, проверять и оценивать знания, умения обучающихся нужно в той логической последовательности, в какой проводится изучение, т.е. в рамках программы обучения.

Формами проведения итогов реализации дополнительной образовательной программы могут являться:

- подготовка учащимися творческих работ: презентаций, мини-проектов,

- защита творческих проектов,

- тестирование.

Презентации и творческие проекты воспитанники демонстрируют и защищают во время занятия, затем они хранятся в электронном виде на носителях, а также лучшие из них выставляются родителям в общей закрытой группе в ВК «Инфознайка».



## Методические материалы.

### Формы занятий

Основными, характерными при реализации данной программы формами являются комбинированные занятия. Занятия состоят из теоретической и практической частей, причём большее количество времени занимает практическая часть.

При проведении занятий традиционно используются три формы работы:

- демонстрационная, когда обучающиеся слушают объяснения педагога и наблюдают за демонстрационным экраном или экранами компьютеров на ученических рабочих местах;
- фронтальная, когда обучающиеся синхронно работают под управлением педагога;
- самостоятельная, когда обучающиеся выполняют индивидуальные творческие задания в течение части занятия или нескольких занятий.

Программа «Инфознайка» предполагает включение в учебный процесс игровых моментов, проведение развивающих игр, помогает планировать индивидуальную работу с учащимися разной подготовки.

### Список литературы

#### Для педагога:

1. Ланина И.Я., Лаптев В.В., Готская И.В. Мир компьютера:- ИКП «МиМ-Экспресс», 2012.
2. Симонович С.В. Компьютер в вашей школе. – М.: АСТ-ПРЕСС: Информком-Пресс, 2011.
3. Каныгин Ю., Зотов Б. Что такое информатика: - М.,: Дет.лит., 2014.
4. Компьютер в вашей школе.: Симонович С.В.. – М.: АСТ-ПРЕСС: Информком-Пресс, 2001.

#### Интернет ресурсы:

- Социальная сеть работников образования - [nsportal.ru](http://nsportal.ru)
- Современный учительский портал - <https://easyen.ru/load/informatika>
- Открытый урок. Первое сентября - <https://urok.1sept.ru/>

#### Для детей:

1. Энциклопедия для детей. Информатика /ред. коллегия: М. Аксёнова, Е. Журавлёва, А. Леонов. – М.: Мир энциклопедий Аванта+, 2014.
2. Занимательный компьютер: Книга для детей, учителей и родителей.: Симонович С.В., Евсеев Г.А.. – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, Информком-Пресс, 2002.

## Оценочные материалы

К формам подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы можно отнести проведение онлайн выставки работ учащихся в совместной группе с родителями, сохранение лучших работ на электронном носителе для демонстрации учащимся.

**Оценивание теста учащихся производится по следующей системе:**

«5» - получают учащиеся, справившиеся с работой 90-100 %;

«4» - ставится в том случае, если верные ответы составляют 70% - 90 % от общего количества;

«3» - соответствует работа, содержащая 50 – 70 % правильных ответов.

**Проверка и оценка практических работ учащихся**

«5» - работа выполнена в заданное время, самостоятельно, с соблюдением требований педагога, качественно и творчески.

«4» - работа выполнена в заданное время, самостоятельно, с соблюдением требований педагога, при выполнении отдельных операций допущены небольшие отклонения; общий вид изделия аккуратный.

«3» - работа выполнена в заданное время, самостоятельно, с нарушением технологической последовательности, отдельные операции выполнены с отклонением от образца (если не было на то установки); изделие оформлено небрежно или не закончено в срок.

## Критерии оценивания проектных работ:

- 1) Самостоятельность работы над проектом;
- 2) Актуальность и значимость темы;
- 3) Полнота раскрытия темы;
- 4) Оригинальность решения проблемы;
- 5) Артистизм и выразительность выступления;
- 6) Раскрытие содержания проекта в презентации;
- 7) Использование средств наглядности, технических средств;
- 8) Ответы на вопросы.

## Приложение 1.

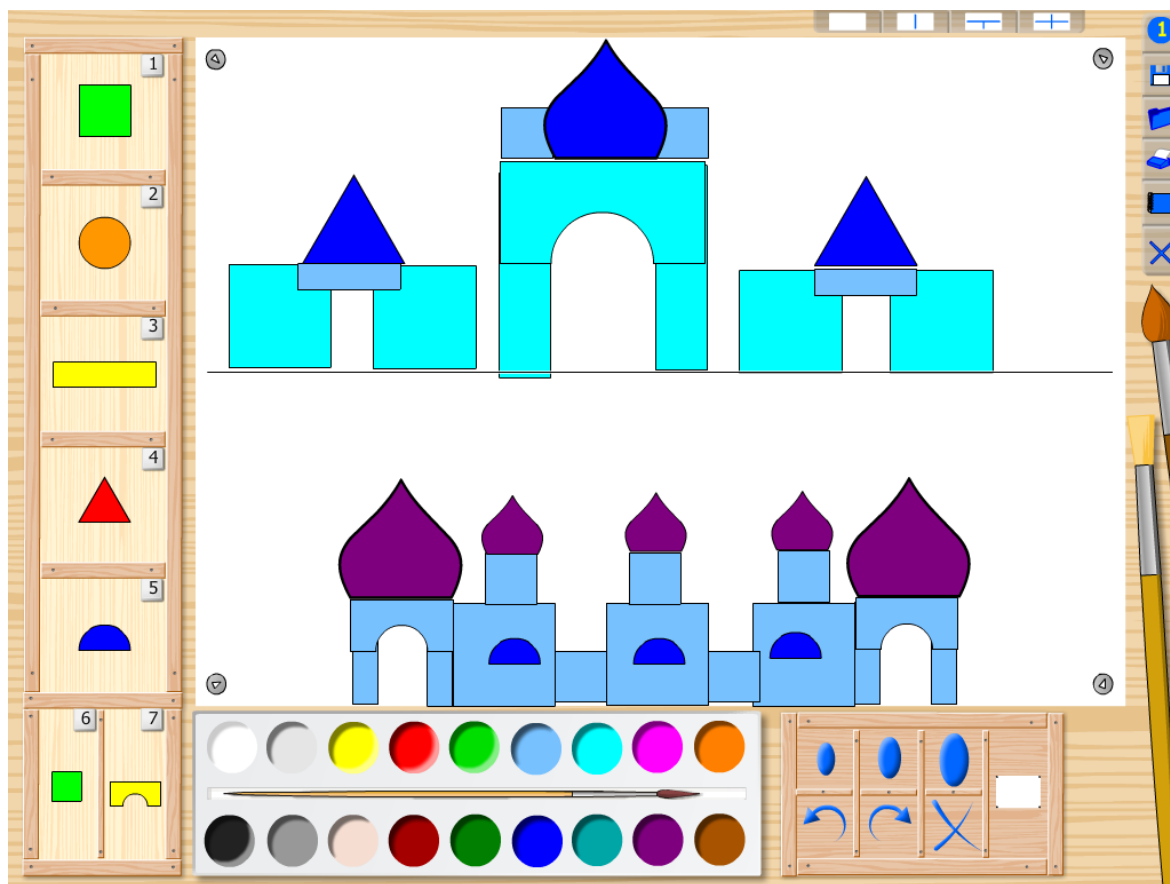
Анкетирование с целью выявления у воспитанников первичных навыков работы на компьютере, а также отношения к компьютеру.

### АНКЕТА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ «КОМПЬЮТЕР В МОЕЙ ЖИЗНИ»

1. Есть ли у тебя компьютер? **(да, нет)**.
2. Доступ к Интернету? (да, нет)
3. Сколько времени ты проводишь за ПК в день? **(1 час, 2 часа, 3 часа, более 3 часов)**.
4. На что тратится большее количество времени при работе с ПК? **(игры, просмотр видео, общение в социальных сетях, в учебных целях, работа в интернете)**.
5. Соблюдаешь ли ты технику безопасности при работе с ПК: гимнастика, режим, посадка? **(да, нет)**.
6. Ограничивают ли тебя родители во времени, проводимом за компьютером? **(да, нет)**
7. Что ты умеешь делать на компьютере? (...)
8. Что тебя привлекает в работе компьютера? (...)
9. Считаешь ли ты компьютер важной и неотъемлемой частью своей жизни? **(да, нет)**.
10. Есть ли возможность добавиться в группу «Инфознайка» в ВК?

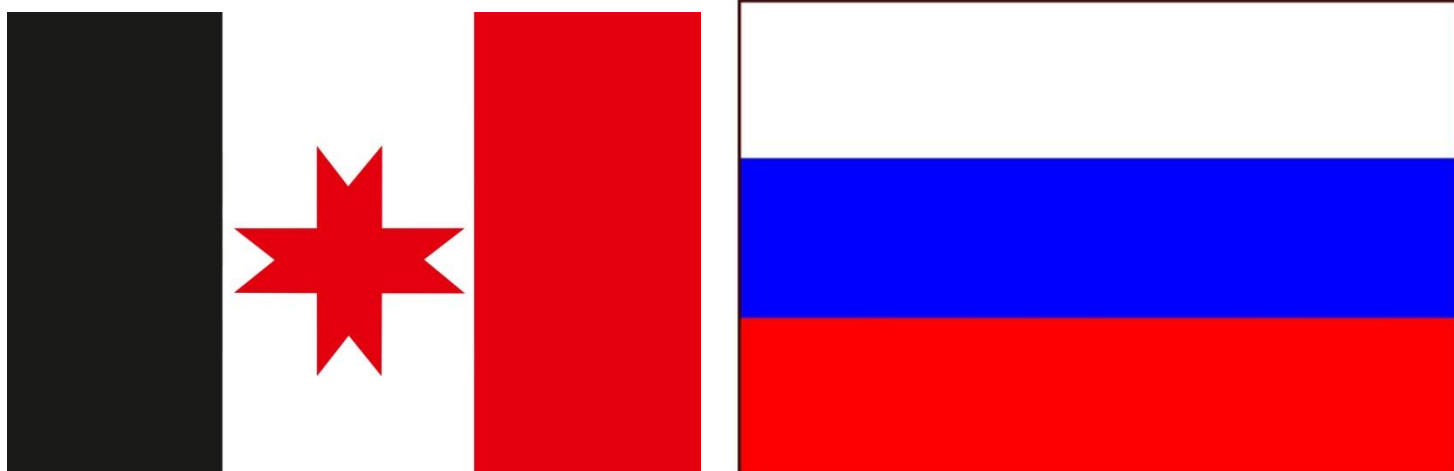
## Приложение 2.

Творческое задание в программе «Фантазеры» «Замок из геометрических фигур».



Приложение 3.

Практическое задание в графическом редакторе PAINT.



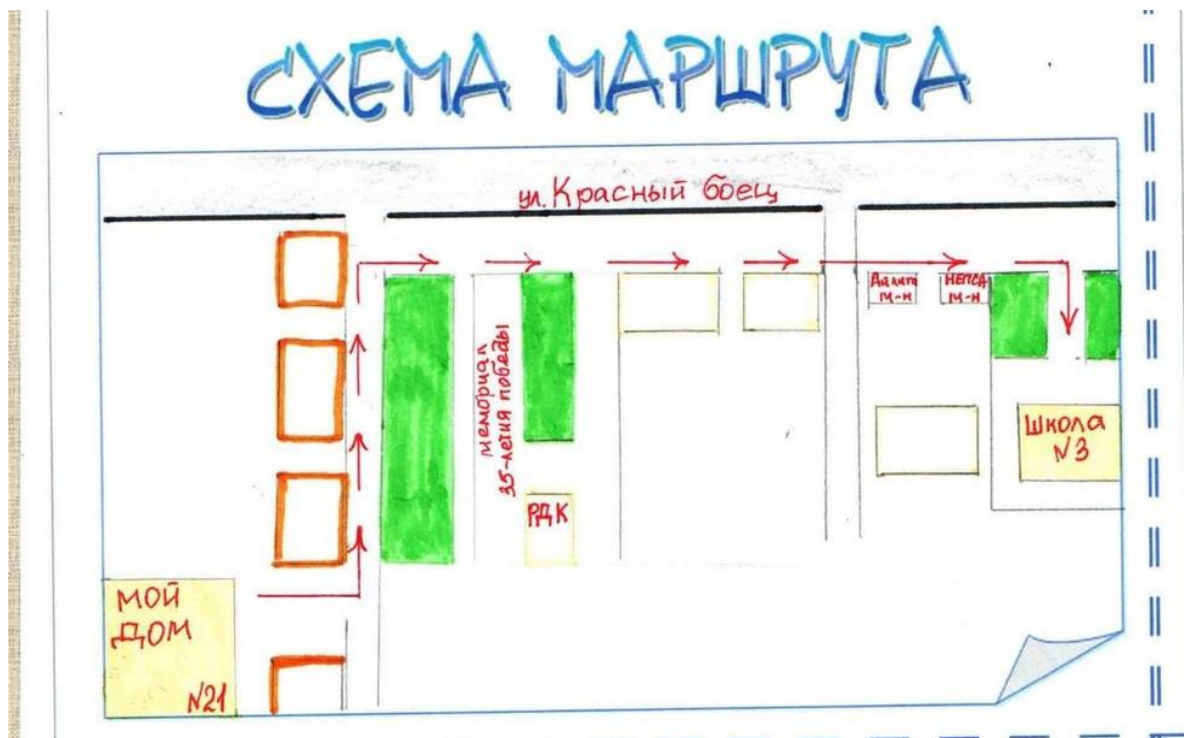
Приложение 4.

Практическое задание в графическом редакторе PAINT «Витраж»



## Приложение 5.

Примерно составленная схема маршрута «Безопасный путь домой».



## Приложение 6.

Книга1.xlsx - Microsoft Excel

Файл Главная Вставка Разметка страницы Формулы Данные Рецензирование Вид

Вырезать Копировать Вставить Буфер обмена

Салби 11 A A' Шрифт

Перенос текста Объединить и поместить в центре Выравнивание Число

Общий Условное форматирование Форматировать как таблицу Стили Вставить Удалить Формат Ячейки Автозума Заполнить Очистить и Фильтр Сортировка и Фильтр Редактирование

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	
1																															
2																															
3																															
4	1																														
5	2																														
6	3																														
7	4																														
8	5																														
9	6																														
10	7																														
11	8																														
12	9																														
13	10																														
14																															
15																															
16																															
17																															
18																															
19																															
20																															
21																															
22																															
23																															
24																															
25																															
26																															
27																															
28																															

- 1 Специальная программа, способная самовольно "размножаться" и выполнять нежелательные действия: портить файлы, замусоривать или стирать память, создавать помехи в работе компьютера.
- 2 Устройство отображения компьютерной информации в виде текста, рисунков, видеоизображения.
- 3 Это элемент, который содержит информацию одного или нескольких видов.
- 4 Электронно-вычислительная машина, универсальное устройство программно-управляемое устройство для хранения, обработки и передачи информации
- 5 Элемент интерфейса пользователя, предназначенный для удаления или временного хранения удаленных объектов.
- 6 Единая сеть, способная передавать информацию из любой точки земного шара в любую другую точку.
- 7 Paint - это... редактор.
- 8 Word - это... Редактор.
- 9 Устройство ввода информации в компьютер.
- 10 Устройство для воспроизведения звука.

Готово

**Практическая работа «Прайс-лист».**

Создание таблицы с использованием формул.

Прайс-лист.			
Наименование устройства	Цена		
	В рублях	В долларах США	В евро
Системный блок	12350		
Монитор	8600		
Клавиатура	340		
Мышь	230		
Акустические колонки	500		
Сетевой фильтр	350		
Итого			
<b>Курсы валют:</b>			
Доллар США (в рублях)			
Евро (в рублях)			

**Тест №1 «Осторожно, Интернет!»**

**1. Какую информацию нельзя разглашать в Интернете?**

1. Свои увлечения .
2. Свой псевдоним .
3. Домашний адрес.

**2. Чем опасны социальные сети?**

1. Личная информация может быть использована кем угодно в разных целях .
2. При просмотре неопознанных ссылок компьютер может быть взломан .
3. Все вышеперечисленное верно.

**3. Виртуальный собеседник предлагает встретиться, как следует поступить?**

1. Посоветоваться с родителями и ничего не предпринимать без их согласия .
2. Пойти на встречу одному .
3. Пригласить с собой друга .

**4. Что в Интернете запрещено законом?**

1. Размещать информацию о себе.
2. Размещать информацию других без их согласия .
3. Копировать файлы для личного использования .

**5. Действуют ли правила этикета в Интернете?**

1. Интернет - пространство свободное от правил .
2. В особых случаях .
3. Да, как и в реальной жизни.



**Итоговый тест.**

**1. С помощью какой программы обычно создают и обрабатывают текстовый документ.**

- |                          |                         |
|--------------------------|-------------------------|
| 1) клавиатурный тренажер | 3) текстовый редактор   |
| 2) графический редактор  | 4) музыкальный редактор |

**2. Как называется устройство ввода информации?**

- |             |               |
|-------------|---------------|
| 1) мышь     | 3) клавиатура |
| 2) микрофон | 4) монитор    |

**3. Как называется клавиша удаления символов?**

- |           |        |
|-----------|--------|
| 1) Delete | 3) Alt |
| 2) Esc    | 4) End |

**4. Что необходимо делать в перерыве при работе за компьютером?**

- |                        |                       |
|------------------------|-----------------------|
| 1) читать книгу        | 3) смотреть телевизор |
| 2) гимнастику для глаз | 4) обедать            |

**5. Выделите графический редактор для создания рисунков?**

- |              |                         |
|--------------|-------------------------|
| 1) ПервоЛого | 3) Microsoft Word       |
| 2) Paint     | 4) Microsoft PowerPoint |

**6. Специальная программа для создания и проведения презентаций.**

- |              |                         |
|--------------|-------------------------|
| 1) ПервоЛого | 3) Microsoft Word       |
| 2) Paint     | 4) Microsoft PowerPoint |

**7.Программа. служащая для подготовки текстовых документов.**

- |              |                         |
|--------------|-------------------------|
| 1) ПервоЛого | 3) Microsoft Word       |
| 2) Paint     | 4) Microsoft PowerPoint |

**8. Универсальная учебная компьютерная среда для дошкольного начального и школьного образования.**

- |              |                         |
|--------------|-------------------------|
| 1) ПервоЛого | 3) Microsoft Word       |
| 2) Paint     | 4) Microsoft PowerPoint |

**9. Файл, создаваемый в текстовом редакторе MS Word, по умолчанию называется:**

- |          |             |
|----------|-------------|
| 1) Книга | 3) Документ |
| 2) База  | 4) Текст    |

**10. Как правильно сидеть за компьютером (выбери верное):**

- 1) Спина прямая, плечи расслаблены
- 2) Спина прямая, голова должна располагаться прямо с небольшим наклоном вперед
- 3) Плечи расслаблены, голова должна располагаться прямо с небольшим наклоном вперед
- 4) Спина прямая, плечи расслаблены, локти согнуты под прямым углом, голова должна располагаться прямо с небольшим наклоном вперед

**11. Как может повлиять длительная работа на компьютере на здоровье детей?**

- 1).....
- 2).....
- 3).....
- 4).....

Проведение гимнастики для глаз не исключает проведение физкультминуток. Регулярное проведение упражнений для глаз и физкультминуток эффективно снижает зрительное и статическое напряжение

**Комплекс упражнений для глаз №1:**

- 1.) Закрыть глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, затем раскрыть глаза, расслабить мышцы глаз, посмотреть вдаль а счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
- 2.) Посмотреть на переносицу и задержать взгляд на счет 1-4. До усталости глаза не доводить. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
- 3.) Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1-4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1-С. Аналогичным образом проводятся упражнения с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3-4 раза.
- 4.) Перевести взгляд быстро по диагонали: направо вверх — налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1-6, затем налево вверх — направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

**Комплекс упражнений для глаз №2:**

1. Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до 5. Повторить 4—5 раз.
2. Крепко зажмурить глаза (считать до 3), открыть их и посмотреть вдаль (считать до 5). Повторить 4—5 раз.
3. Вытянуть правую руку вперед. Следить глазами, не поворачивая головы, за медленным движением указательного пальца вытянутой руки влево и вправо, вверх и вниз. Повторить 4—5 раз.
4. Посмотреть на указательный палец вытянутой руки, на счет 1—4, потом перенести взор вдаль на счет 1—6. Повторить 4—5 раз.
5. В среднем темпе проделать 3—4 круговых движения глазами в правую сторону, столько же в левую сторону. Расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1—6. Повторить 1—2 раза.
6. Сидя за столом, расслабиться и медленно подвигать глазами слева направо. Затем справа налево. Повторить 3 раза в каждую сторону.
7. Медленно переводить взгляд вверх-вниз, затем наоборот. Повторить 3 раза.
8. Представить вращающийся перед вами обод велосипедного колеса и, наметив на нем определенную точку, следить за вращением этой точки. Сначала в одну сторону, затем в другую. Повторить 3 раза.
9. Сложить ладони так, чтобы образовался треугольник, закрыть этим треугольником глаза и повторить все упражнения в той последовательности, какая описана выше. Глаза под ладонями должны быть открытыми, но ладони, неплотно лежащие на глазницах, не должны пропускать свет.