

# Компьютер в жизни школьника –



**это целый мир**

# В чем может помочь компьютер ?

Готовить  
домашние  
задания

Представлять  
свои идеи

Готовиться к  
экзаменам

Использовать  
ресурсы  
Интернета



Книги  
Справочники  
Аудиокниги

Энциклопедии  
Словари  
Тесты



# Чем опасен компьютер?

Ученые выделяют три основных направления, представляющих угрозу здоровью детей и подростков.

угрозы:

1. физическому здоровью
2. моральному здоровью
3. психическому здоровью



# Результаты исследований

## 1. Сколько часов в день вы сидите за компьютером?

- а) от 1–до 2 ч 27% б) от 2 – до 4 ч 52%
- в) от 4 – до 10 ч 21%

## 2. Есть ли постоянное желание играть в игры?

- а) да 6 % б) нет 76% в) не знаю 18%

## 3. С лёгкостью можете оторваться от игры?

- а) да 81% б) нет 11% в) не знаю 18%

# Результаты исследований

## 4. Какое общение вы предпочитаете?

- а) общение по электронной почте 4%
- б) с другом на яву 55%
- в) не важно как 41%

## • 5. Вы кушаете, пьете чай, готовите уроки у компьютера?

- а) да 15%
- б) нет 37%
- в) когда как 46%

# Результаты исследований

**6. Проводили вы хоть одну ночь за компьютером?**

- а) нет 52% б) да 48%

**7. Придя домой, вы сразу садитесь за компьютер?**

- а) да 26% б) нет 74%

**8. Вы забывали чистить зубы и кушать, заигравшись за компьютером?**

- а) да 5% б) нет 92% в) не придаю значения 3%

# Результаты исследований

9. Пребывали вы в плохом, раздраженном настроении, не могли ничем заняться, если был сломан компьютер?

- а) да 21% б) нет 79%

10. Конфликтовали вы, угрожали, шантажировали в ответ на запрет сидеть за компьютером?

- а) нет 86% б) да 14%

11. С приобретением компьютера твой интеллект:

- а) повысился 47%
- б) остался на том же уровне 18%
- в) не замечаю 35%



# Результаты исследований

## 11. Вы знаете, какую угрозу представляет компьютер вашему здоровью?

- а) да 76% б) нет 13% в) мне все равно 11%

## 12. Сколько часов рекомендуется сидеть за компьютером?

- а) 1 час 51% б) 2 часа 47% в) 10 часов 2%

## 13. В какие игры вы предпочитаете играть.


- а) бродилки 43% б) стратегии 30%
- в) логические 19% другие 8%

# Компьютерные игры


**Компьютерные игры предоставляют ребенку возможность быть тем, кем он пока еще не может быть в жизни: руководящей и направляющей силой какого-либо события. Он значительно вырастает в собственных глазах, ведь речь идет не просто об участии в игровом действии, а о полном контроле.**




# Признаки компьютерной зависимости



• Отрыв от игры за К воспринимается агрессивно, ребенок не откликается на просьбы




• Начались проблемы с учёбой



• Чувствует себя подавленным, если находится за компьютером меньше, чем обычно



• Скрывает сколько времени он проводит в сети, какие сайты посещает



• Появились проблемы в общении, частые конфликты

# Психологические симптомы:

- Хорошее самочувствие или эйфория за компьютером
- Невозможность остановиться
- Увеличение количества времени, проводимого за компьютером
- Пренебрежение семьей и друзьями
- Ощущения пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером
- Ложь преподавателям или членам семьи о своей деятельности
- Проблемы с учебой.

# **Проблема - как оторвать подростка от компьютера?** (кусочек пряника не помешает)

- **Вызовите ребенка на доверительный разговор. Не давите на него - он будет действовать назло. Лучше помогите ему осознать, что все имеет разумные границы, что вы не запрещаете ему заниматься тем, что ему нравится, а просто хотите, чтобы он занимался не только этим. Скажите ему, что вы рады, что у него есть увлечение (даже если это на самом деле не совсем так), но ведь на свете существует еще множество увлекательных вещей**



# Родитель – друг своему ребенку

- Не спешите вести ребенка к врачу или психотерапевту, если он «заболел» компьютером. Сначала сами попробуйте до него достучаться.
- Вспомните игры, которые вас самих занимали в детстве. Поделитесь с ребенком секретами этих игр и не ленитесь играть вместе с ним — получите огромное удовольствие.
- Проводите с ребенком больше времени, даже самый «крутой» компьютер не заменит живого

Успешной работы  
за компьютером!

