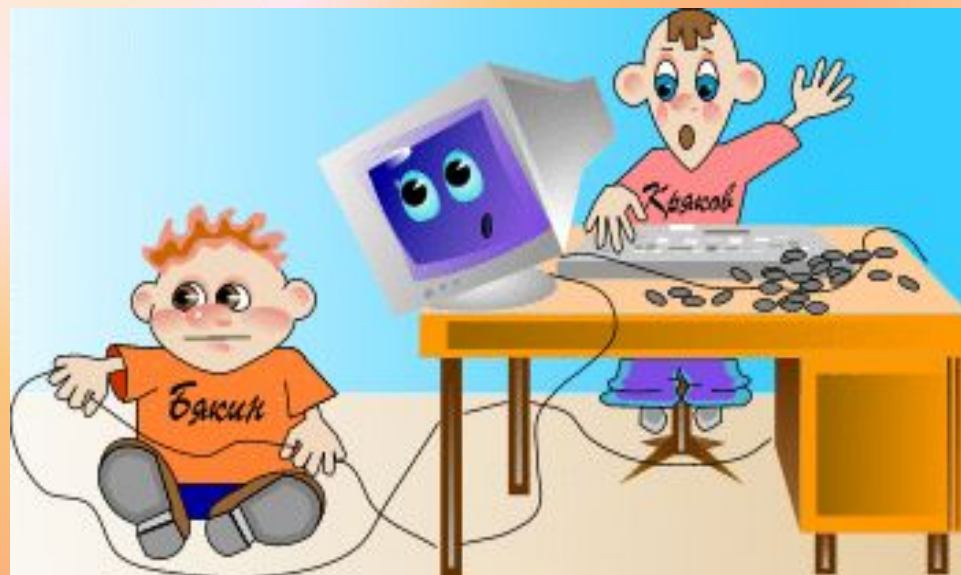




## Родительское собрание "Компьютер и дети: плюсы и минусы"

Учитель Хашина Светлана Александровна  
Караваинский филиал  
МБОУ «Инжавинская сош»



## Анкета для детей «Ты и компьютер»

1в. Есть ли у тебя дома компьютер , ноутбук или планшет?

2в. Как часто ты используешь компьютер в подготовке домашних заданий?

3в. Играешь ли ты в компьютерные игры?

1)Каждый день    2) 2-3 раза в неделю    3) 1 раз в неделю и реже    4)не играю

4в. Чем чаще всего ты занимаешься в свободное время?

Расставь цифры от 1 до 6 ,учитывая то, какому занятию ты уделяешь большее значение.

Чтение книг

Занятия спортом

Просмотр телевизионных передач

Компьютерные игры

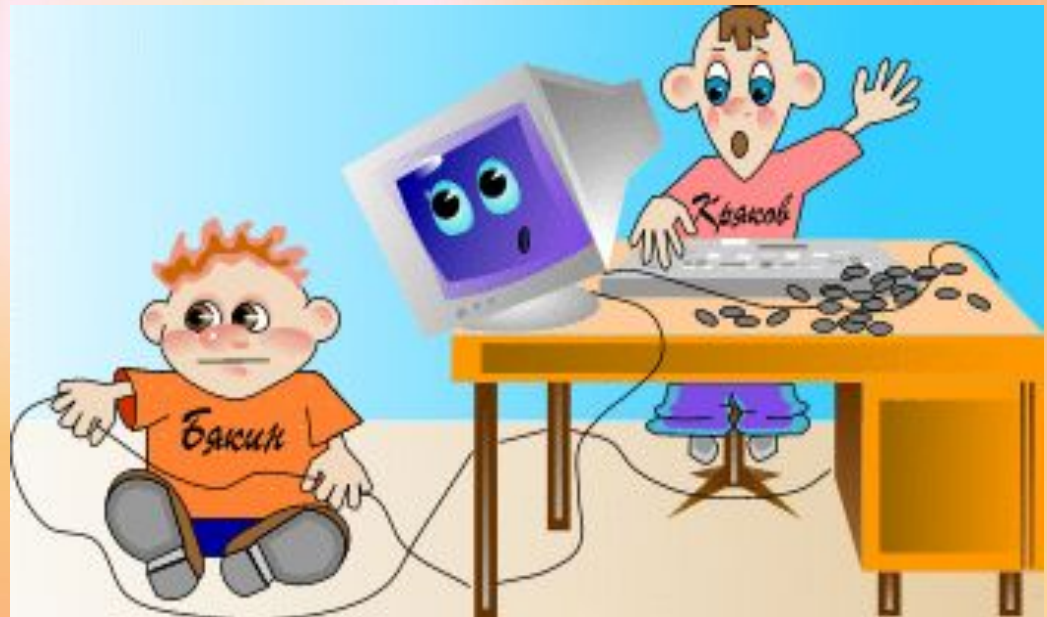
Общение с семьей

Прогулки на свежем воздухе

**Миф №1:  
Общение с компьютером портит детское  
здоровье.**



**Существуют четыре основных вредных фактора: нагрузка на зрение, стеснённая поза, нагрузка на психику, излучение.**



# Памятка для родителей

## Синдром компьютерного стресса.

Отмечаются нарушение памяти, бессонница, ухудшение зрения, головные боли, хроническая усталость, депрессионное состояние, проблемы в общении.

### Как противостоять?

Надо соблюдать гигиенические нормы и правила. Своевременно делать перерывы в работе. Проветривать помещение, делать влажную уборку.

### Методики снятия стресса

- посмотрите в окно и считайте до 20, обмойте лицо холодной водой.
- переключите внимание на воспоминание о приятном.
- больше общайтесь с природой.
- физические нагрузки, музыкальная терапия - снимают нервное напряжение.
- настой лекарственных растений: валерианы, пустырника, шалфея, розмарина, мяты, пиона .

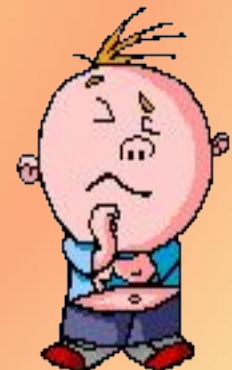
## Миф №2:

# Компьютерные игры приносят только вред

Игры на компьютере: **аркадные** игры развивают реакцию и способность принимать решения в сложной обстановке.

**Логические** игры развивают мышление, сообразительность и находчивость.

**Аркадно-логические** игры развивают сообразительность и скорость реакции.



## **Полезные стороны игр:**

**компьютерные игры развивают логику, мышление, память, внимательность, в некоторых играх развивает знание иностранных языков, знание компьютера и т.д.**

## **Отрицательные стороны игр:**

**психические расстройства, ухудшение зрения, развитие жестокости, игры как “наркотики”, ухудшение физической, учебной подготовки.**

## **Рекомендации для правильного применения игровых программ с целью воспитания и развития школьника:**

- **Выбирайте** жанр игры в соответствии с темпераментом и склонностями ребёнка.
- **Разрешайте** дольше играть в игры с исследовательским содержанием, чем с развлекательным.
- **Продолжительность** игры выбирайте в соответствии с возрастом ребёнка и характером игры.
- **Не прерывайте** игру ребёнка до завершения эпизода – ребенок должен покинуть компьютер с сознанием успешно выполненного дела.
- **Главный принцип**, который должен усвоить ребенок – нельзя играть в игры в ущерб жизненно важным занятиям, таким как сон, еда, отдых, физкультура, игры на свежем воздухе и др.

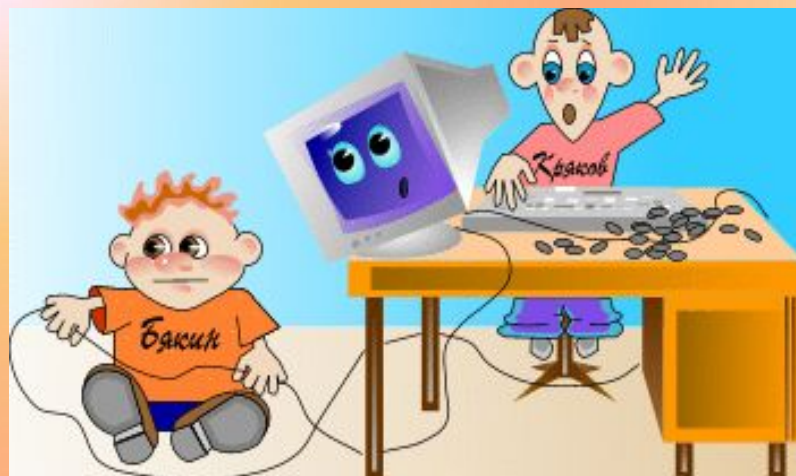




## Миф №3:

**Компьютер только для игр и развлечений.**

Развивающие компьютерные игры для детей – это отличный способ самообразования, а умение пользоваться Интернетом, может стать хорошей школой общения и навыков по поиску и отбору информации





$M + П + Я + К = В.У.М. + П.А.Р$