

# Компьютерные игры— за и против.

**Подготовил ученик**

**Руководитель:**

# Введение:

Две гипотезы:

1. играть в компьютерные игры – вредно,
2. играть в компьютерные игры – полезно.

Цель моего исследования – выяснить положительные и отрицательные стороны влияния компьютерных игр на младших школьников.

Объектом исследования являются компьютерные игры.

Предметом исследования— влияние компьютерных игр на младших школьников.

# Задача исследования:

1. Выяснить, в какие игры играют наши одноклассники, как много времени проводят за игрой.
2. Выяснить, чем полезны и вредны для детей компьютерные игры.
3. Узнать, какие правила нужно соблюдать при игре на компьютере.
4. Выяснить, как выбирать игры с пользой для себя.

## Методы исследования:

- сбор информации,
- анкетирование одноклассников и их родителей,
- акция-эксперимент «Один день без компьютерной игры»,
- консультация у специалистов.
- анализ результатов.

# Практическая часть

## Сбор информации

Игра—вид деятельности, направленный не на получение результата, а на удовольствие от самого процесса игры.

Польза:

развитие логики, мышления, внимания, сосредоточенности, воображения, мелких мышц рук, умение находить закономерности, сравнивать, анализировать.

Вред:

если играть в жестокие игры, то они приводят к насилию и агрессии; если подолгу засиживаться за компьютером, то ухудшится зрение, снижается желание общаться, могут появиться болезни суставов и позвоночника, компьютерные игры также вызывают привыкание, снижение успеваемости в школе.

# Правила :

1. Выбирать игры в соответствии с возрастом.
2. Принимать правильную позу при игре: не наклоняться близко к монитору, не горбиться.
3. Учитывать время игры: не более часа в день, каждые 15 минут делать перерыв.
4. Делать зарядку для глаз и гимнастику для опорно-двигательного аппарата.
5. Выбирать развивающие компьютерные игры.



# Общепризнанные системы возрастного категорирования компьютерных игр

## Европейская система возрастной оценки компьютерных игр:



## Американская система:

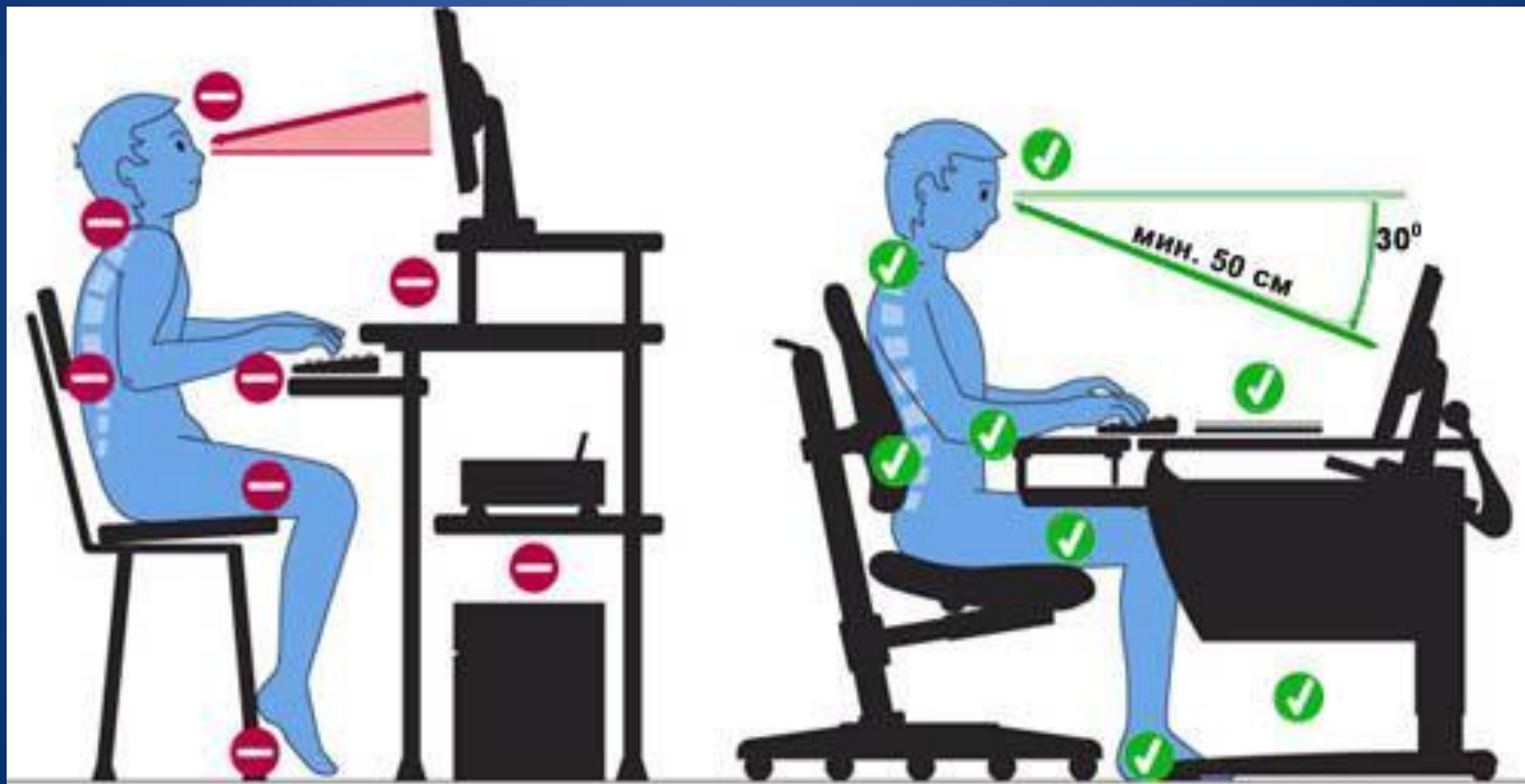


## Японская система:

- А - для всех возрастов.
- В - от 12 лет.
- С - от 15 лет.
- D - для 17 лет.
- Z - для взрослых.



# Правильная поза при работе на компьютере:





# Зарядка для глаз:

## Физкультминутка для глаз

Комплекс включает 6 упражнений.

И.п. для выполнения упражнений -  
стоя или сидя, спина прямая, плечи неподвижны.

- Колебательные движения глазами по горизонтали справа-налево, затем слева-направо.



- Колебательные движения глазами по вертикали вверх-вниз, затем вниз-вверх.



- Интенсивные сжимания и разжимания век в быстром темпе.



- Круговые вращательные движения глазами слева-направо, затем справа-налево.



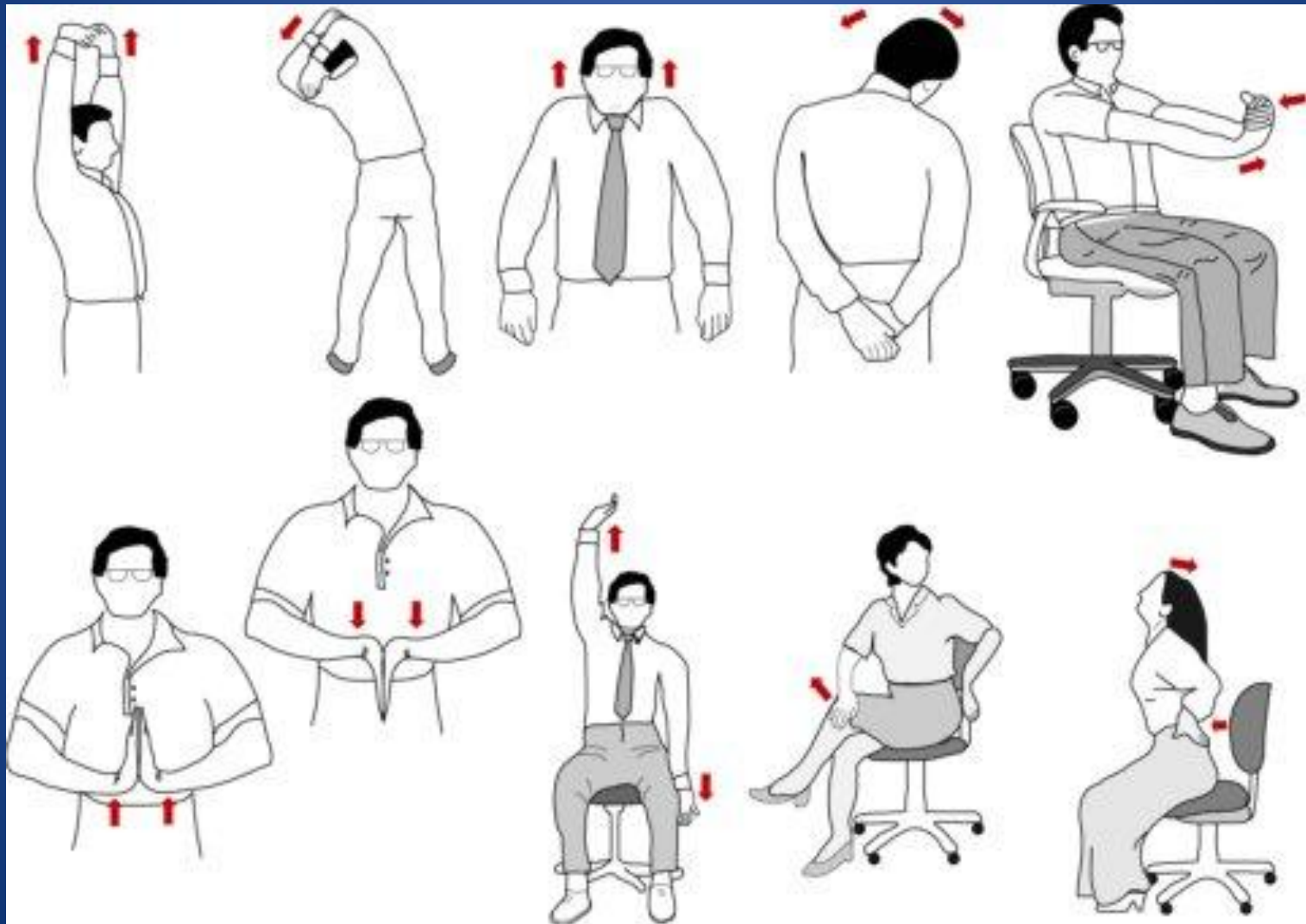
- Круговые вращательные движения глазами вначале в правую сторону, затем в левую, как бы вычерчивая лежащую на боку цифру 8.



- Частые моргания глазами, без усилий и напряжения.

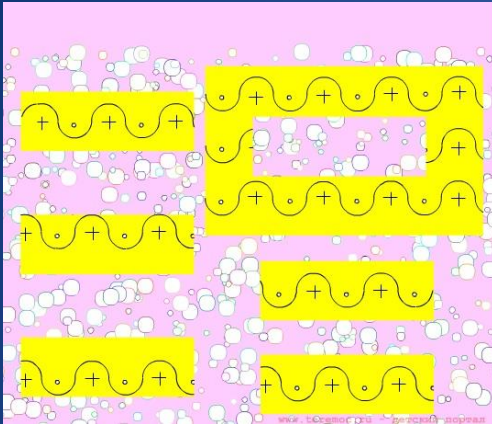


# Гимнастика:



# Развивающие, обучающие

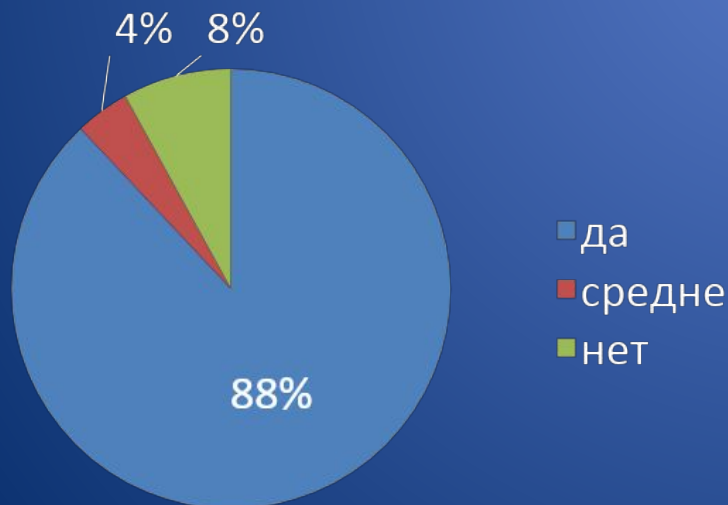
## ИГРЫ:



# Анкетирование одноклассников и их родителей.

30 учеников 2 в , 21 родитель

Любишь играть в компьютерные игры?



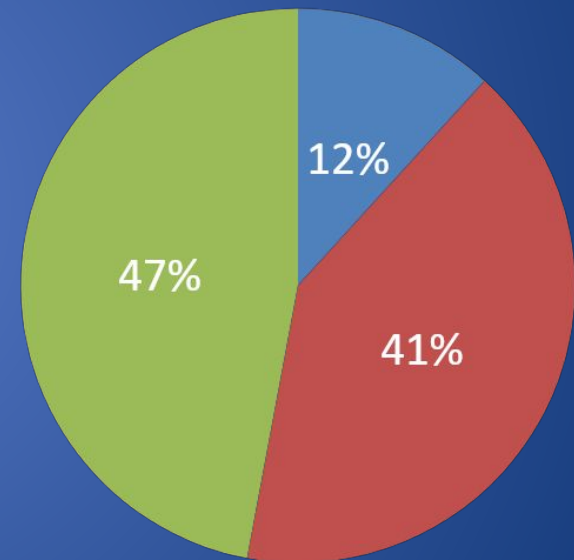
Любит ли играть ваш ребенок в компьютерные игры?

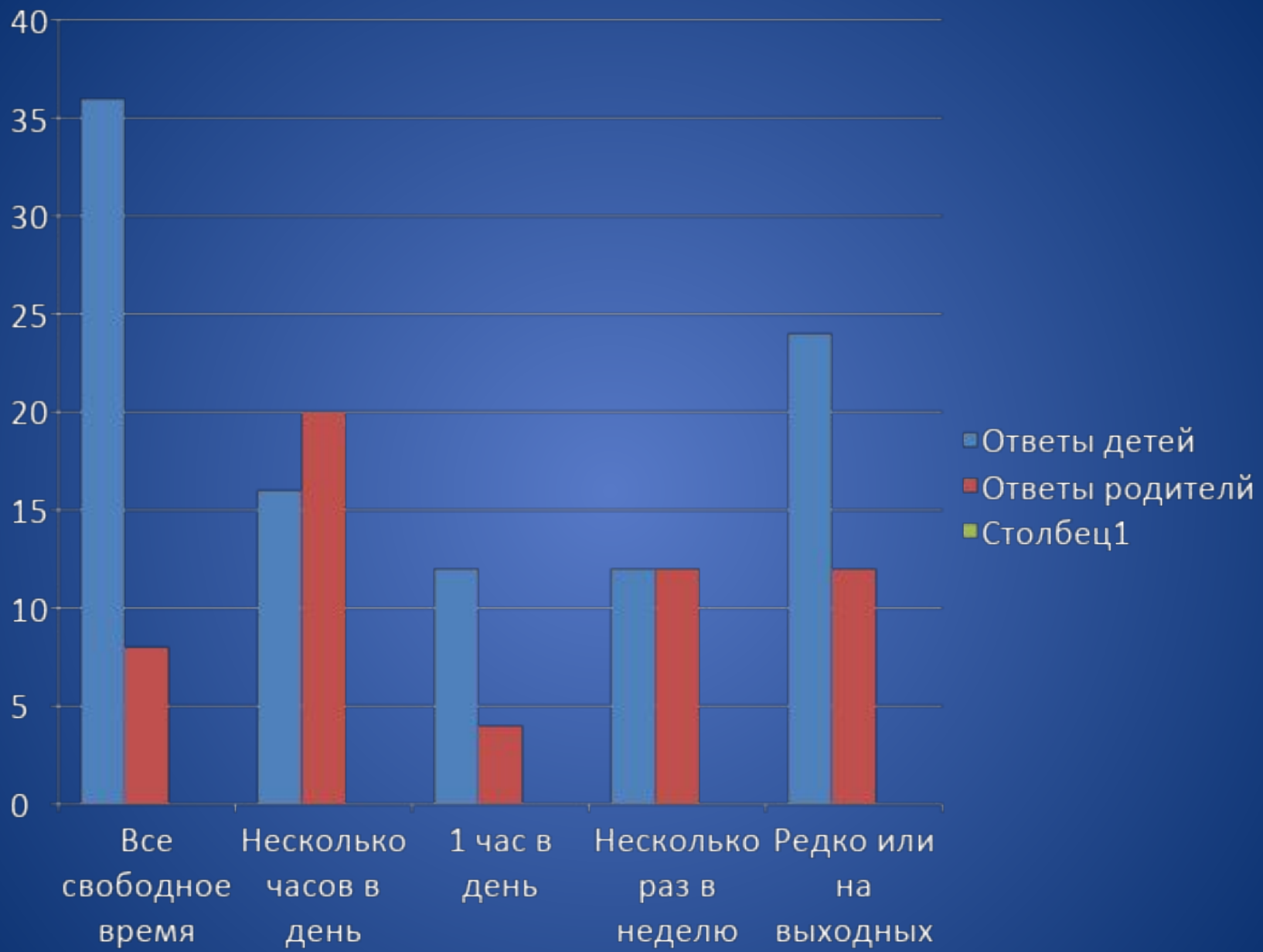


## В какие компьютерные игры любишь играть?

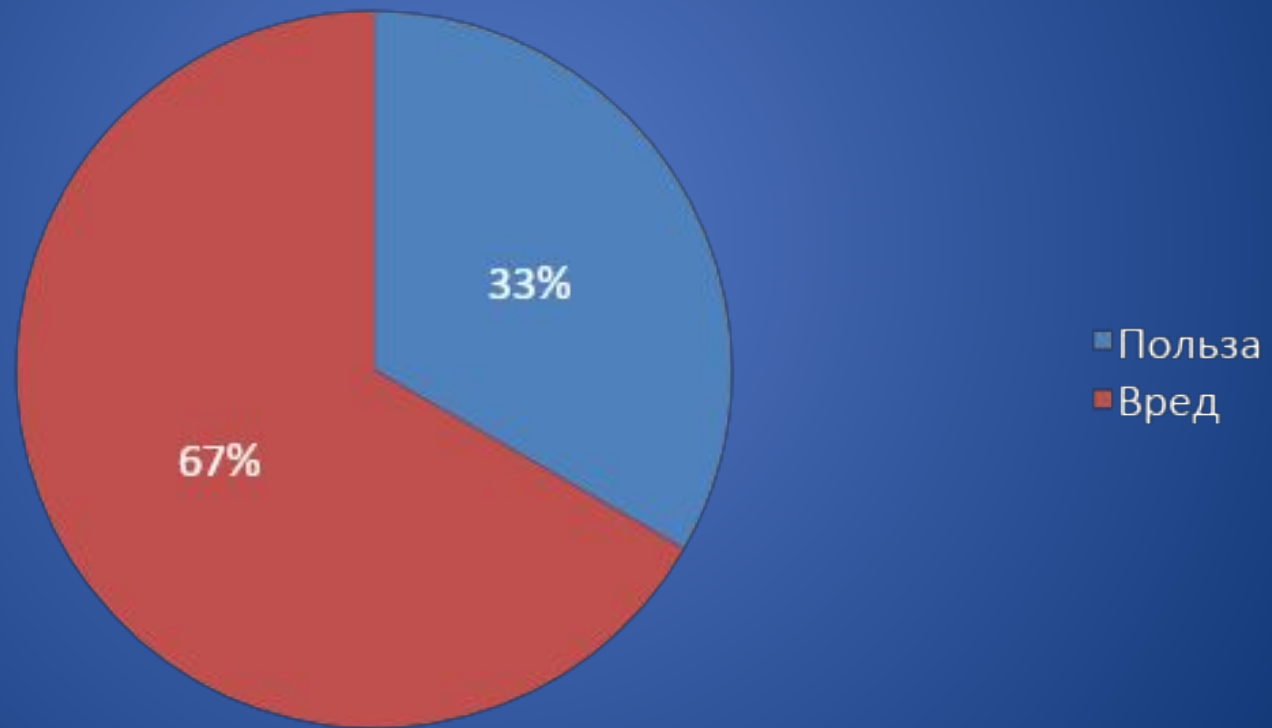


## В какие компьютерные игры любит играть ваш ребенок?





# Приносят ли компьютерные игры пользу или вред вашему ребенку?



# Советы специалистов:

1. Отдыхать каждые 15 минут.
2. Делать зарядку для глаз.
3. Делать гимнастику для всего организма.
4. Проветривать помещение.
5. Делать самомассаж шеи для улучшения кровообращения головы.
6. Не сидеть за компьютером больше 1 часа в день.
7. Не играть перед сном.



# Анализ результатов:

## Вывод:

1. В современной жизни есть место компьютерным играм.
2. Должен присутствовать разумный контроль со стороны взрослых.
3. Игры должны соответствовать возрасту.
4. Выбирать игры развивающие, логические, обучающие, интеллектуальные.
5. Выполнять рекомендации по охране здоровья.
6. Не забывать, что в жизни есть интересные увлекательные занятия: хобби, чтение, прогулки, общение, творчество, спорт.

Спасибо за внимание!



# ИСТОЧНИКИ:

Как уберечь зрение при работе за компьютером:

<http://constructorus.ru/zdorovie/kak-uberech-zrenie-pri-rabote-za-kompyuterom.html>

Комплекс упражнения для людей, которые много сидят за компьютером:

<http://otvetkak.ru/health-beauty/kompleks-uprazhnenij-dlya-lyudej-kotorye-mnogo-sidyat-za-kompyuterom.html>

Гимнастика при работе с компьютером:

<http://stolikus.ru/articles/computer-gymnastics.aspx>

Статья «В чём вред, а в чём польза от компьютерных игр?»:

<http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-7264/>

Семь мифов видеоигр: <http://www.vitaminov.net/rus-9234-0-0-2958.html%7C>

Детские компьютерные игры под контролем родителей. Возрастные категории компьютерных игр: [http://www.cybermama.ru/overview\\_pc\\_games.php](http://www.cybermama.ru/overview_pc_games.php)

Возрастные ограничения по играм:

[http://4mmog.ru/articl\\_vozrastnie\\_ogranicheniya.htm](http://4mmog.ru/articl_vozrastnie_ogranicheniya.htm)

Игры Развивающие: <http://multoigri.ru/igri-razvivaushie>

Игры Развивающие для детей: <http://playshake.ru/igri-razvivaushie-dlya-detei>

РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6-7-8 ЛЕТ:

[HTTP://KIDS.QUICKSAVE.SU/GAMES/IGRY-DLJA-DETEJ/AGE-6-7-8/](http://kids.quicksave.su/games/igry-dlja-detej/age-6-7-8/)

Обучающие, развивающие компьютерные игры: <http://detskieradosti.ru/load/25>