



Презентация в формате Power Point
на тему: «Влияние компьютерных
игр на здоровье детей».
Автор: Салапонова Е.О.



Влияние компьютерных игр на здоровье детей.

Компьютер может стать помощником в интеллектуальном развитии ребенка, освоении им профессии, а может разрушить здоровье и привести к социальной дезадаптации.



Тема, цели и задачи проекта.

У ДЕТЕЙ, ЧРЕЗМЕРНО УВЛЕКАЮЩИХСЯ ВИДЕОИГРАМИ, БЫСТРО ВОЗНИКАЕТ УСТОЙЧИВАЯ ПРИВЫЧКА И ЗАВИСИМОСТЬ ОТ НИХ. И ПОЭТОМУ ТЕМА ЯВЛЯЕТСЯ АКТУАЛЬНОЙ ДЛЯ НАСТОЯЩЕГО ВРЕМЕНИ.

ЦЕЛЮ ИССЛЕДОВАНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ ИЗУЧЕНИЕ ВЛИЯНИЯ КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР НА ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ.

А ЗАДАЧАМИ ПРОЕКТА ЯВЛЯЮТСЯ:

-РЕЗУЛЬТАТ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ОПРОСА СРЕДИ РОДИТЕЛЕЙ.

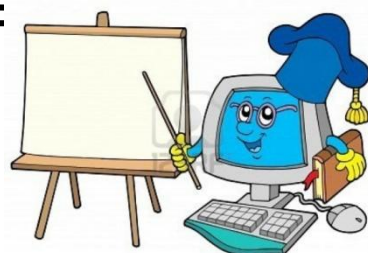
-ПЛЮСЫ КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР.

-МИНУСЫ КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР.

- РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ.

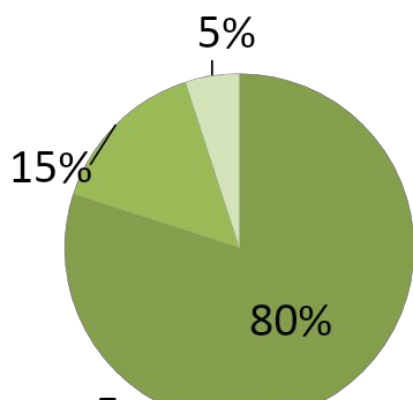
**-САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПР
ПРИ РАБОТЕ С ПК.**

-ВЫВОДЫ.



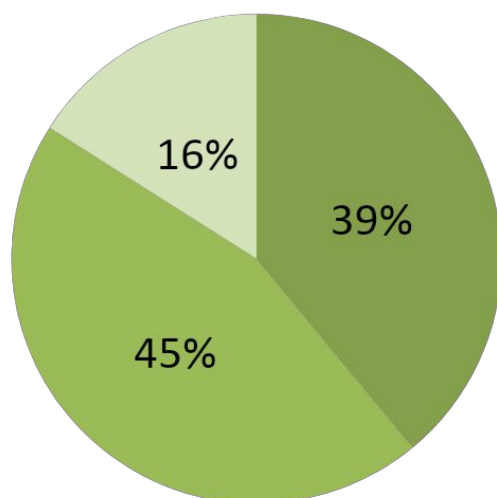
Результат социологического опроса родителей воспитанников старшей группы.

Имеется у Вас дома ПК?



- Да, имеется
- Нет, не имеется
- Затруднились ответить
- Затруднились ответить

Как, по Вашему мнению, компьютерные игры влияют на Вашего ребенка?



- Положительно
- Отрицательно
- Затруднились ответить
- Затруднились ответить

Плюсы компьютерных игр.

- Работа с компьютером развивает внимание, логическое и абстрактное мышление.
- Компьютерные игры детям помогут научиться принимать самостоятельные решения, а также быстро переключаться с одного действия на другое.
- Хорошо влияет компьютер и на творческие способности детей.
- Развивающие компьютерные игры для детей – это отличный способ самообразования.
- Умение пользоваться Интернетом, может стать хорошей школой навыков по информации.



Минусы компьютерных игр.

Основными факторами вредоносного влияния компьютерных игр на организм человека являются:

- **Нагрузка на зрение.**
- **Нарушение осанки, искривление позвоночника.**
- **Излучение.**
- **Воздействие на психику.**

Учитывая эти факторы, можно помочь организовать ребенку наиболее безопасную среду при взаимодействии с компьютером.



Рекомендации для детей.



В качестве советов, для сохранения здоровья при работе с ПК, можно предложить:

- **Продолжительность игры должна соответствовать возрасту ребенка: Малышам до 6 лет лучше не сидеть за компьютером более 20 минут - и то, желательно, не каждый день. Детям в возрасте 7-8 лет это время можно продлить до 30-40 минут в день. А с 9-11 лет - не более 1-1.30 часа.**
- **Ребенок должен покидать компьютер с чувством законченного дела.**
- **Управление игрой должно соответствовать возрасту, самое опасное – судорожные напряжения мышц рук (особенно пальцев), лица, спины.**
- **Если ребенок злоупотребляет компьютерными играми, меры надо принять, но не надо бороться ни с играми, ни с ребенком.**
- **Переводите общение с компьютером на общение с людьми.**
- **Соблюдайте санитарно – гигиенические правила при работе с компьютером.**

Санитарно-Гигиенические правила при работе с ПК.



Чтобы компьютер приносил только пользу, необходимо правильно обустроить рабочее место ребёнка.

- Во-первых, оно должно быть хорошо освещено.
- Стол, за которым сидит ребёнок, должен подходить ему по росту.
- Ноги ребёнка не должны «болтаться» или быть поджатыми под себя, потому лучше подставить под ноги подставку и следить за тем, чтобы ребёнок ровно держал спину и не задирает голову.
- Монитор лучше расположить так, чтобы взгляд на него падал немного сверху вниз, а находился он прямо перед глазами (чтобы ребёнку не приходилось поворачиваться к нему). Экран лучше всего расположить на расстоянии не менее 70-ти сантиметров от глаз ребёнка.
- Врачи советуют ежедневно проводить в комнате с компьютером влажную уборку и проветривание, а ещё неплохо держать в комнате аквариум.
- Научите ребёнка каждый раз, закончив работу на компьютере, умываться холодной водой и мыть руки.
- Регулярно прерывать общение с компьютером, вставать, потягиваться, делать мини-зарядку.
- Необходимо, чтобы ребёнок каждые 15-20 минут делал перерывы, давал глазам отдохнуть.

Выводы:

- Не опасайтесь отрицательного влияния компьютера на ребёнка. При разумном подходе никакого вреда компьютер не принесёт, а вот польза будет прямо-таки неоценимой. Имея собственный компьютер, ребёнок потихоньку научится что-то переустанавливать, понимать, что происходит с техникой, сможет завести свои творческие проекты. Такие умения очень пригодятся ему в будущем, а может, станут профессией. Собственный компьютер - это, можно сказать, личное пространство ребёнка, и оно необходимо каждой формирующейся личности. Так что, не надо бояться ставить компьютер в детской. Технический прогресс остановить невозможно, а с самыми последними его достижениями дети встречаются первыми. И чтобы умная машина была другом, а не врагом нашим детям, нам, взрослым, тоже необходимо повышать свой уровень знаний. Хотя бы для того, чтобы мы могли понимать то, чем увлечены наши дети, разделять с ними их успехи, да и просто больше общаться со своими детьми.
- Компьютер - не живое существо. Он не вызывает проблемы сам по себе. Он только ярче проявляет способности и недостатки человека, проблемы воспитания и окружения. Станет компьютер другом или врагом - зависит только от нас.

*Моё мнение-компьютер безусловно нужен
Главное, как и во вс*



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

