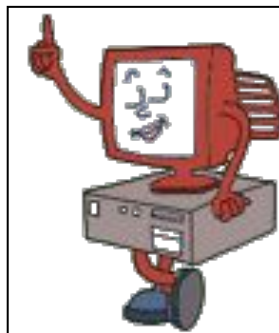


Компьютер

и

здоровье младшего школьника

За ...



ПРОТИВ...



Компьютерные игры развивают:

- ❖ *память и внимание, логическое мышление;*
- ❖ *быстроту реакции, мелкую моторику рук, визуальное восприятие объектов, зрительно-моторную координацию*

**«Компьютер -
это хорошо»**

Компьютерные игры учат:

- ❖ *классифицировать и обобщать,*
- ❖ *аналитически мыслить в нестандартной ситуации.*

Компьютерные игры учат:

- ❖ *добиваться своей цели,*
- ❖ *совершенствовать интеллектуальные навыки*

**Нагрузка на
зрение**

**Затруднённое
дыхание**

Остеохондроз

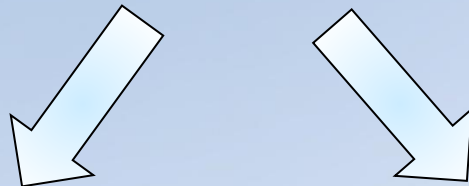
**«Компьютер -
это проблемы»**

Что делать?

**Психическая
нагрузка и
переутомление**

**Заболевания
суставов
кистей рук**

Компьютерная зависимость



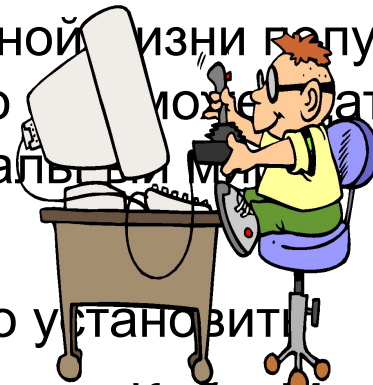
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ ОТ

Как
противостоять?



ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ ОТ
Интернета (сетеголизм)

Обеспечьте ребенку условия и возможность в реальной жизни получить то, что можно получить виртуально



Можно установить программу КиберМама™

Синдром компьютерного стресса.

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

**Как
противостоять?**

Шиацу – разрядка по-японски
(точечный массаж)
Антистрессовый напиток.
Физические нагрузки и
музыкальная терапия.



В РОДИТЕЛЬСКИЙ ДНЕВНИК

Время работы за компьютером

6 – 7 лет – 10 минут;
2-3 класс - 15 минут;
4-6 класс - 20 минут.

Правильная посадка за компьютером, где

1. Сядьте прямо.
2. Как беговые кроссовки. Питание для глаз.
3. Не смотрите на экран.
4. Команда должна быть выгнута.
5. Оба глаза на кресле, одна рука на клавиатуре, другая на мышке. Не смотрите на экран.
6. Не смотрите на экран.
7. Клавиатуру поставьте ниже локтей. Голову держите прямо.

Любимый
ребёнок

Высокая учебная
мотивация и
познавательная
активность ребёнка

Мама, папа,
учитель

Соблюдение
«золотых» правил

Компьютер

ИСТОЧНИКИ

- <http://smajliki.ru/smilies-131.html>
анимации, компьютер
- <http://content.mail.ru/arch/17938/923365.html>
картинки рекламы компьютерных игр
- <http://office.microsoft.com/ru-ru/templates/recent.aspx>
шаблон презентации