



Компьютер в жизни Вашего ребенка

Частичка или целый мир?

Сравним две ситуации



Ребенок за компьютером

***Многие родители,
купив наследнику персональный
компьютер,
вдыхают облегченно...***

Компьютера нет



Компьютер: для чего?

Дети:
мне компьютер
нужен для...

Родители:
нашему ребенку
нужен компьютер
для...

**Совпадают Ваши цели и
цели ребенка?**

Как используют компьютер

Ваши дети...

Играть 84%

Слушать музыку 34%

Общаться в интернете 28%

Работать 22%



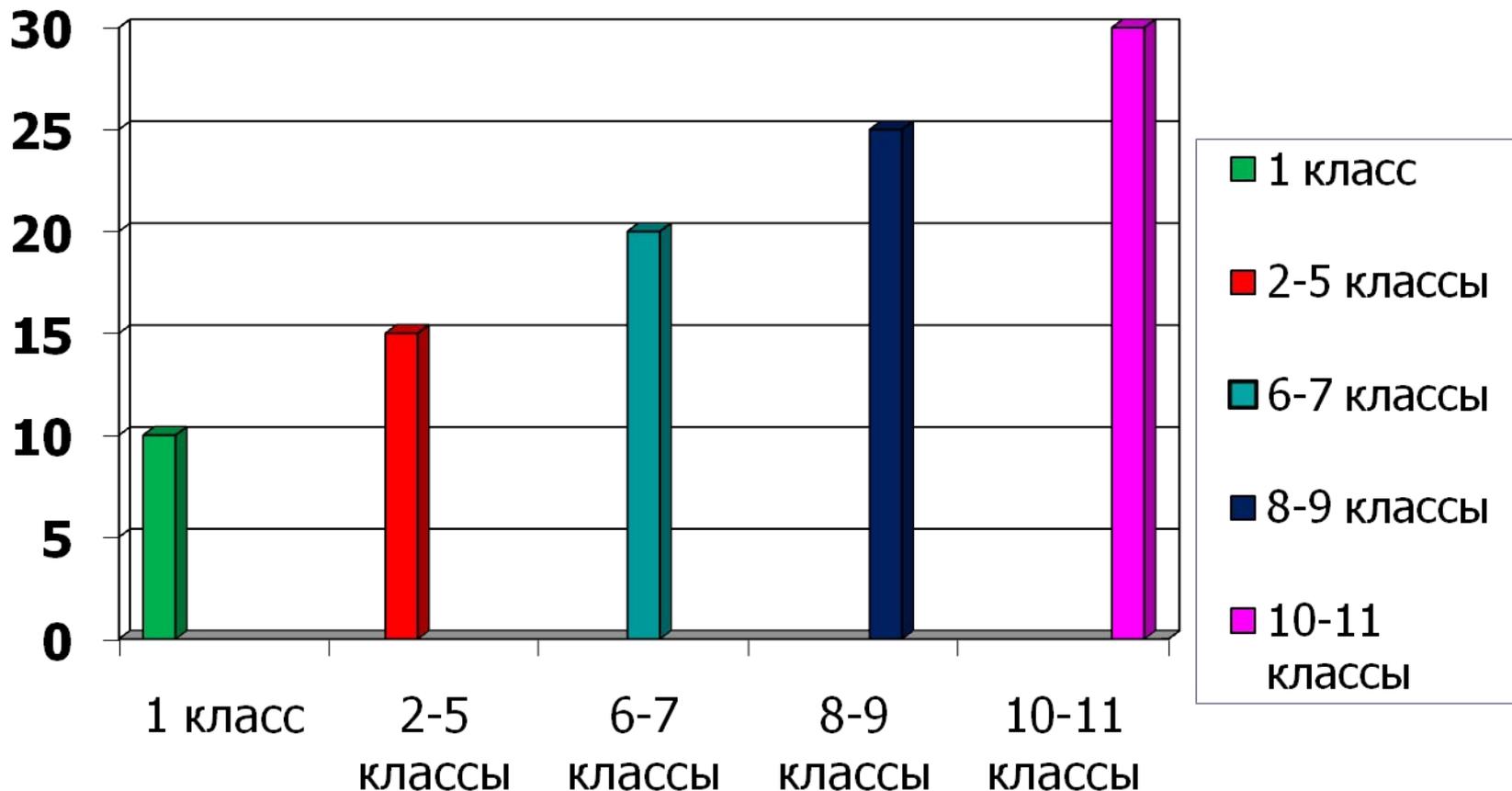
Как используют компьютер

Ваши дети...

- есть компьютер дома у 75 % опрошенных;
- в большинстве семей пользуется компьютером только ребенок;
- дети проводят за компьютером 0- 2 часа 44%
3-6 часов 56% ежедневно;
- при этом компьютерные образовательные программы не используют.



Продолжительность работы за компьютером

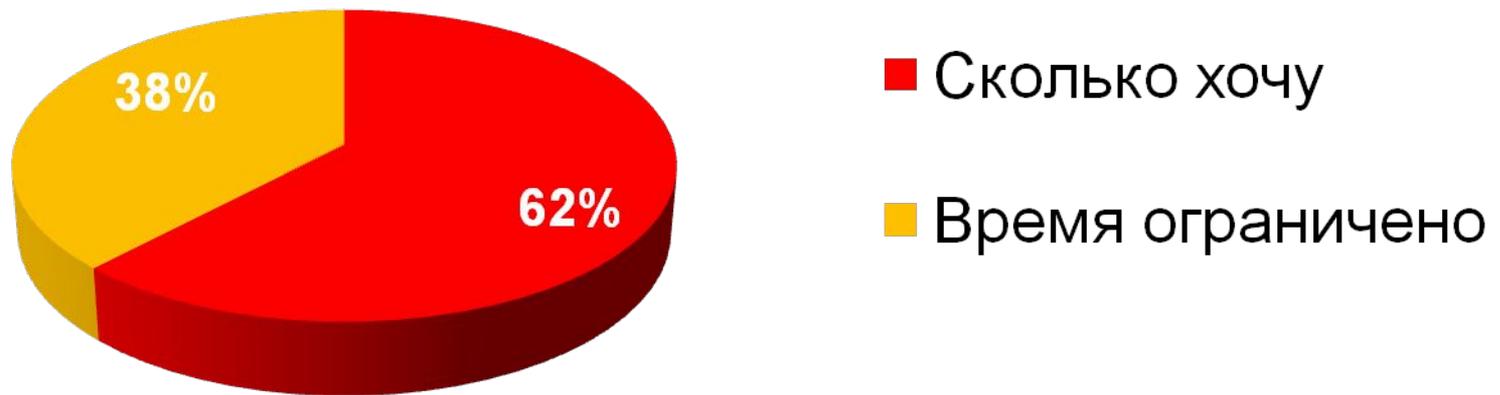


Общая продолжительность общения с компьютером в течение дня

Возраст, лет	Время, в минутах
8–10	45
11–13	90
14–16	135
Взрослый	6 часов

КТО В ОТВЕТЕ...

"Я сижу дома за компьютером столько, сколько хочу..."



Необходимы (как минимум)

1. Общеукрепляющие упражнения.
2. [Гимнастика для глаз](#)

Примерный комплекс упражнений для глаз:



- Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, затем раскрыть глаза, расслабить мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
- Посмотреть на переносицу и задержать взор на счет 1-4. До усталости глаза не доводить. Затем открыть глаза, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
- Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1-4. Затем посмотреть вдаль прямо на счет 1-6. Аналогично проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх, вниз. Повторить 3-4 раза.
- Перевести взгляд быстро по диагонали: направо вверх – налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1-6; затем налево вверх – направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Чем опасен компьютер?

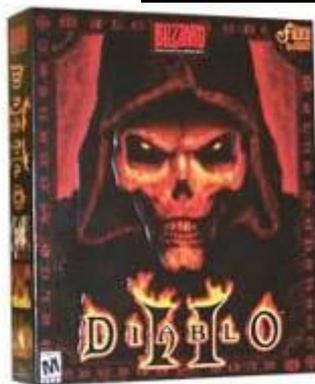
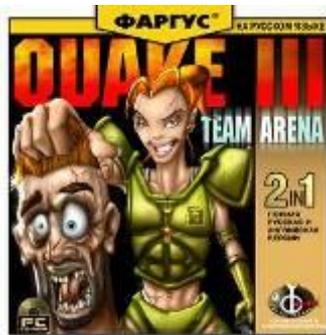
1. Заболевания позвоночника.
2. Заболевания органов дыхания.
3. Синдром запястного канала.
4. Стресс, депрессия и другие нервные расстройства.
5. снижение иммунитета, усталость, бессонницу,...

**Обратите
внимание!**



Во что играет Ваш ребенок?

- Quake3
- Counter Strike
- GTA (Vice City)
- Diablo2





Какие игры мне нравятся

Развивающие и обучающие игры	8%
Логические (Стратегии, «квесты»)	37%
Динамические (Стимуляторы, АСТІОН , Аркады) (бродилки и стрелялки.)	55%

*Sometimes is necessary to listen the silence.
Иногда стоить прислушаться к тишине.
It may tell more...
Она может рассказать больше...*

ЗАВИСИМОСТЬ

ТВ

КОМПЬЮТЕР

ИНТЕРНЕТ

Почему формируется

компьютерная зависимость?

Первое— чувство внутренней тревоги и чувство неудовлетворенности

Второе условие

во время игры происходит выброс адреналина. А если он еще и побеждает, организм вырабатывает гормоны радости .

Именно дети, которым в жизни недостает позитивных эмоций, чаще всего становятся жертвами компьютера.



Симптомы психологической

зависимости от компьютера:

- хорошее самочувствие или эйфория за компьютером;
- нежелание отвлечься от игры;
- раздражение при вынужденном отвлечении;
- неспособность спланировать окончание работы или игры;
- расходование больших денег на обеспечение постоянного обновления программного обеспечения (в т.ч. игр);
- забывание о домашних делах, учебе, встречах и договоренностях в ходе работы или игры на компьютере;
- пренебрежение собственным здоровьем, гигиеной и сном;
- человек предпочитает есть перед монитором;
- обсуждение компьютерной тематики со всеми мало-мальски знающими в этой области людьми.



Выход!

Подростки с низкой самооценкой

Повышайте самооценку ребенка, чаще его хвалите, помогите быть успешным.

Подростки с высокой степенью внушаемости

Воспитывайте в ребенке самостоятельность, критичность к рекламе, поощряйте инициативу.

Если ребенок не контактен

Таким детям необходима помощь в налаживании реальных отношений.

Дети, мечтающие стать лидерами

Им непременно необходимо помочь реализовать их потенциал: поддерживать любые их начинания, развивать их таланты и способности.

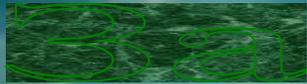
Сетеголизм



Сетеголиками называют зависимых от Интернета людей. Им необходимо вновь и вновь быть в Сети.

Они запросто могут потратить 12-14 часов в стуки, непрерывно скачивая музыку, программы, общаясь в чатах и на форумах. Они заводят бесконечные виртуальные знакомства, не стремясь при этом перенести их в реальность.

За и против



Огромный информационный ресурс

...

Путь избавления от одиночества
Поддержание дружеских отношений на расстоянии

Возможность примерить на себя

различные «роли»
Возможность сэкономить деньги, найти работу в интернете
Укрепление самооценки

Отвыкание от

книг
Замена реальных отношений виртуальными

Перенос реальных интересов в виртуальный мир, сложность общения наяву

«Безнаказанное» поведение снижает уровень ответственности

Риск стать компьютерным преступником

Упадок

нравственности

Интернет открывает нам новые возможности, но от нас зависит как мы будем их использовать

Учите ребенка РАБОТАТЬ за компьютером!



Книги

Аудиокниги

Справочники

Игры

Тесты

Словари

Энциклопедии

ХОРОШО..

Компьютерные игры развивают у ребенка:

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

Компьютерные игры учат ребенка:

- классифицировать и обобщать
- аналитически мыслить в нестандартной ситуации
- добиваться своей цели
- совершенствовать интеллектуальные навыки

В чем может помочь

КОМПЬЮТЕР

Готовить домашние задания	Просматривать энциклопедии на CD-ROM, интерактивно познавая окружающий мир, подготовка рефератов, таблиц, схем.
Представлять свои идеи	Пользоваться удобными приложениями для создания презентаций, проектов, вести исследовательскую работу.
Готовиться к экзаменам	Сделать компьютер "репетитором", делая обучение интереснее, быстрее и эффективнее
Ресурсы Интернета	Пользоваться обширными ресурсами, общаться с друзьями, дистанционное обучение, on-line тестирование, участвовать в конкурсах, проектах.

И напоследок...

Компьютер предназначен, прежде всего, для развития ребенка: его интеллекта, талантов и способностей!

И наша с вами задача – сделать компьютер **ПОМОЩНИКОМ** ребенка!



