

Осторожно – компьютер!

Тема 19. «Полезные и вредные привычки.
Осторожно – компьютер!»
(Модуль 1. Валеология)

Автор-составитель:
Шейна Ольга Васильевна
Педагог дополнительного образования
«ЦДТ «МЕТАЛЛУРГ» г.о. Самара

Введение

Сегодня на каждом шагу нам твердят о том, что виртуальность затягивает детей, они перестают интересоваться внешним миром. Насколько на самом деле компьютерные игры вредны и могут ли они приносить пользу?

Виды компьютерных игр

- Экшн-игры
- Ролевая игра
- Стратегическая игра
- Стрелялки
- Квесты
- Компьютерный симулятор
- Приключенческая игра
- Головоломка
- Образовательная игра
- Забавы
- Аркады



Вред компьютерных игр

Зависимость



Вред компьютерных игр

- **Физические:** ожирение, уменьшение зрения, головные боли, боль в спине и даже приступы эпилепсий.
- **В учёбе:** ухудшение успеваемости, отсутствие желания учиться, нарушение режима дня.
- **Психические:** желание самоубийства, оскорбление, агрессивность.



Положительное влияние игр

- Улучшение физической работоспособности.
- Улучшение динамического зрения.
- Улучшение функций мозга.
- Улучшение способности обработки информации.
- Улучшение самочувствия и удовлетворённости от жизни
- Улучшение возможностей обработки нескольких задач

Играть не более 1 часа в день

Сравнение пользы и вреда компьютерных игр

Польза	Вред
Игры типа аркады развивают логику, внимание, тренируют память, учат работать быстро и реагировать на изменение условий. Они воспитывают волю и терпение.	Жестокие игры приучают к насилию и агрессии, повышают состояние нервозности и страха при стремлении, во что бы то ни стало добиться победы
RTS учат планировать и анализировать свои действия.	Снижают желание общаться
3D-action – тренирует волевые качества: стремление к выживанию, соперничеству и победе в играх с супергероями.	Вызывают привыкание. Появляется азартная зависимость.
Многие компьютерные игры развивают в детях навыки проведения исследований, можно заниматься виртуальным моделированием истории или изучать географию на практических моделях.	Снижается успеваемость в школе
	Отрицательное влияние на физическое развитие выражается: в ухудшении зрения, в возникновении болезней суставов и позвоночника, способствует развитию гиподинамии.

Анкетирование

В анкетировании приняли участие 42 ребенка

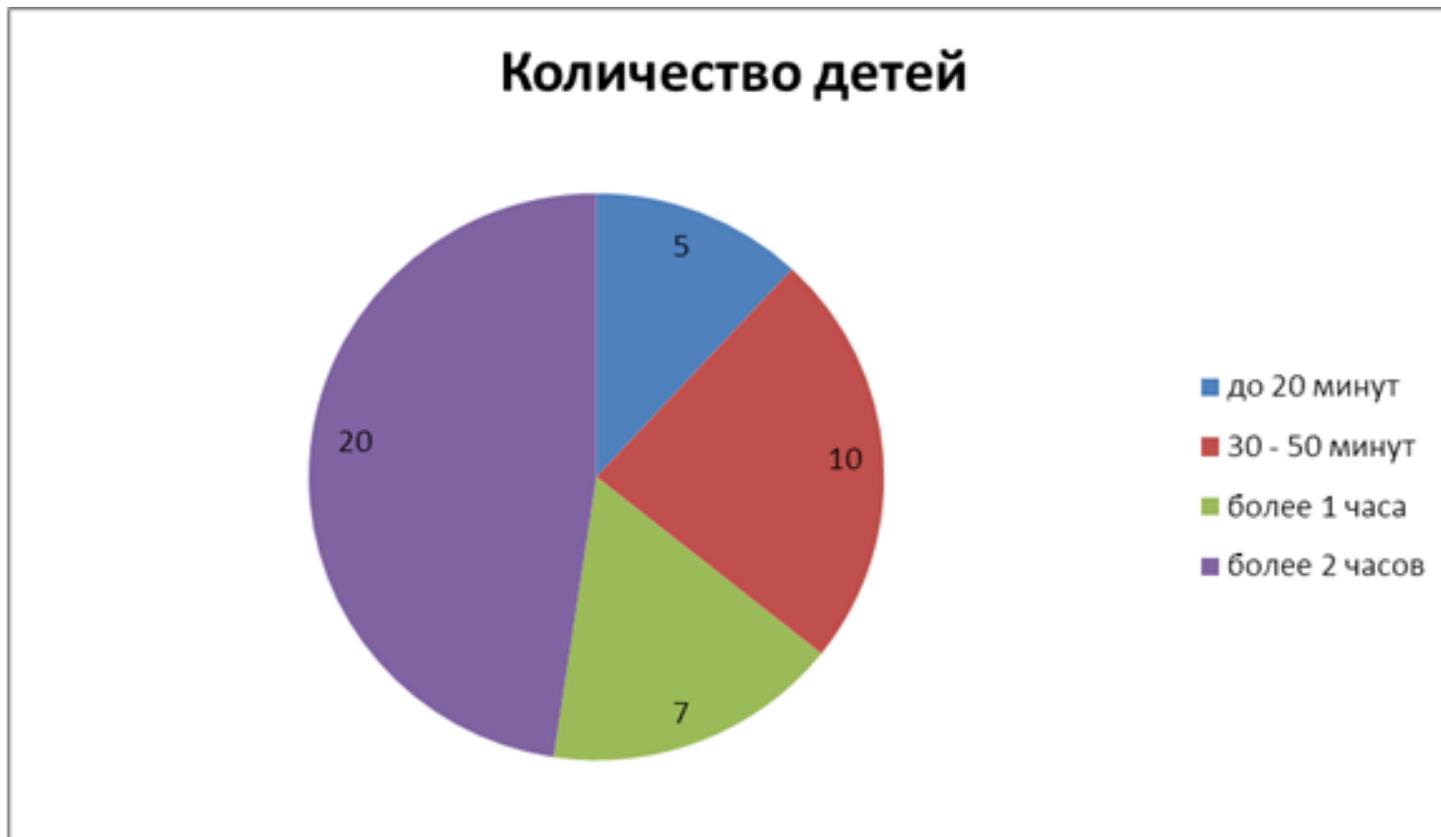
Возраст от 7 до 10 лет



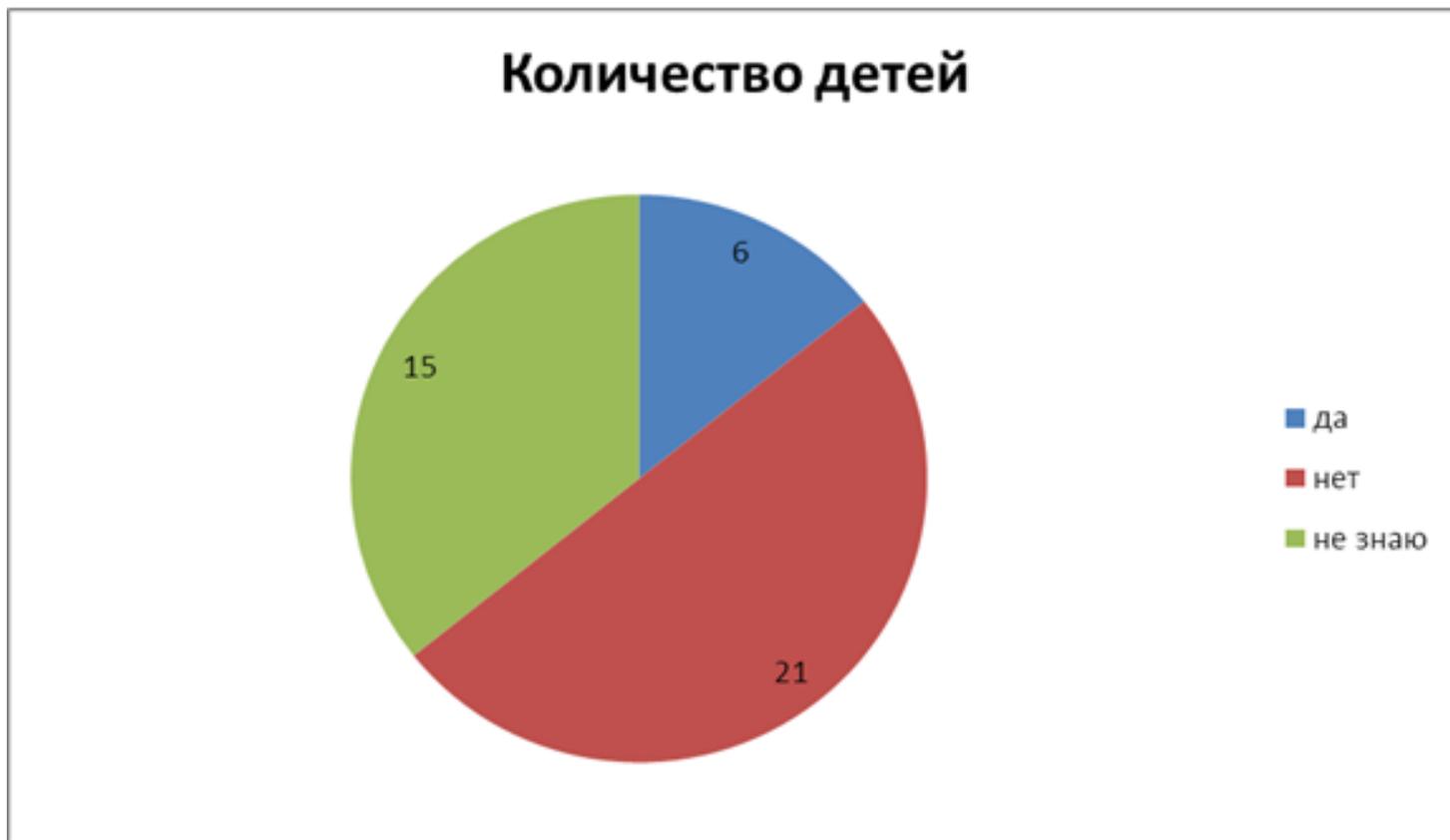
Вопрос. Как ты проводишь свободное время?



Вопрос. Сколько минут в день ты играешь в компьютерные игры (на всех видах устройств)?



Вопрос. Как ты думаешь, помогают ли эти игры тебе в учёбе?



Вывод

- Влияние компьютерных игр на детей неоднозначно.
- Результаты исследования показали, что многие дети попадают под зависимость от компьютерных игр.
- Родителям и детям нужно обсудить условия и время игры в компьютер, и строго следить за исполнением этих правил.

**Игра — это только игра,
принесёт она пользу или вред
зависит от самого человека!**