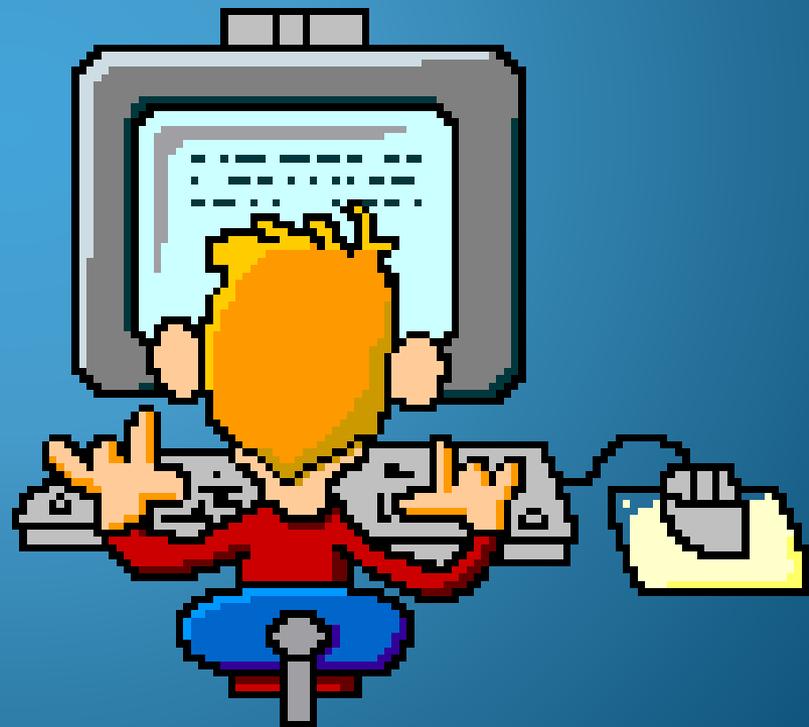
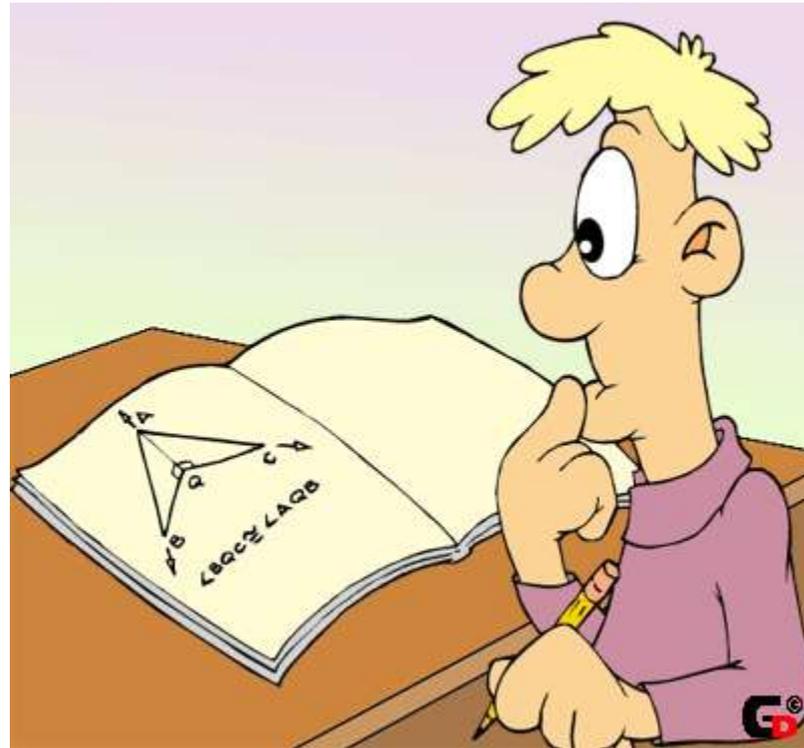


«Влияние компьютера и сотового телефона на здоровье»



«Я введу тебя в мир того, каким надо быть, чтобы быть: Человеком - умным, красивым и здоровым»(Эммануил Кант)



Вредные факторы, воздействующие на человека.

- ❑ Утомляемость
- ❑ Компьютерная зависимость
- ❑ Нарушение детского кругозора
- ❑ Воплощение игры в реальность
- ❑ Детская агрессия и жестокость
- ❑ Родительская невнимательность
- ❑ Детский эгоизм
- ❑ Неправильное восприятие мира
- ❑ Нежелание общаться с реальными людьми
- ❑ Трата времени

Утомляемость

- Причиной тому является нервно-эмоциональное напряжение, требующее от ребенка постоянной концентрации внимания и быстрого реагирования на то или иное действие.



Компьютерная зависимость

Компьютерные игры приводят к постоянному возбуждению участков мозга, отвечающих за удовольствие. В итоге ребенку хочется получать удовлетворение как можно дольше, а это уже настоящая зависимость, сравнить которую можно даже с наркотиками.



К первым ее признакам

относится следующее:

- - ест, пьет чай, готовит уроки у компьютера;
- - провел хотя бы одну ночь у компьютера;
- - прогулял школу – сидел за компьютером;
- - приходит домой и сразу садится за компьютер;
- - забыл поесть, умыться (раньше такого не было);
- - пребывает в плохом настроении, не может ничем заняться, если компьютер сломался;
- - конфликтует, угрожает, шантажирует в ответ на запрет сидеть за компьютером.

Нарушение детского кругозора

Детский кругозор существенно сужается, фантазировать и воображать что-либо вообще нет смысла. Такое влияние компьютера на ребенка приводит к серьезному нарушению психики.



✘ Воплощение игры в реальность

Дети очень любят переносит в жизнь то, что видят по телевизору или в компьютере. Если во время игры любимый герой трагически погибает, пытаюсь спасти людей или, как верхолаз, прыгает по деревьям и этажам домов, то все эти действия ребенок вполне сможет воспроизвести в реальности.



Детская агрессия и жестокость

Сюжет большей части компьютерных игр основан на том, чтобы суметь выжить, уничтожить своих соперников и т.д. Достижение этих целей происходит чаще всего через стрельбу.



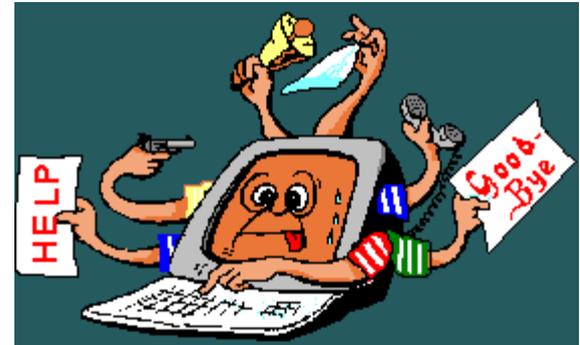
✘ Родительская невнимательность

В большинстве случаев родители, покупая ту или иную игру своему ребенку, не задумываются о ее содержании. В итоге они выбирают просто яркую обложку или руководствуются своими взрослыми желаниями, т.е тем, во что хотели бы поиграть сами.



Детский эгоизм

Компьютерные игры могут развивать у детей эгоизм и изолированность, ведь большая часть их сюжетов основано на принципах «выживает сильнейший» либо «каждый выживает сам за себя».



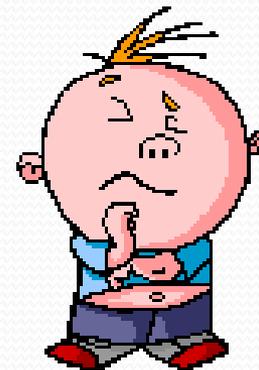
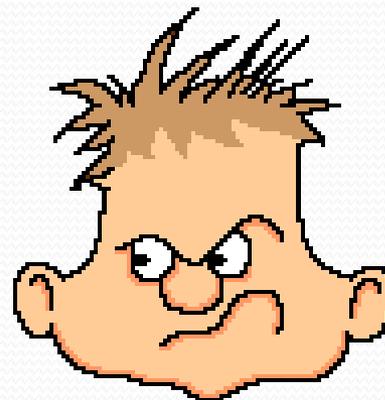
Неправильное восприятие мира

Длительное время нахождения за компьютером приводит к тому, что ребенок начинает смотреть на все реальное как на нечто агрессивное и жестокое, а некоторые дети вообще перестают эту реальность замечать



Нежелание общаться с реальными людьми

Если раньше ребенок, который имел определенные трудности в общении с другими людьми, мог как-то изменить себя и предпринять какие-либо шаги для сближения, то сегодня ситуация совсем другая

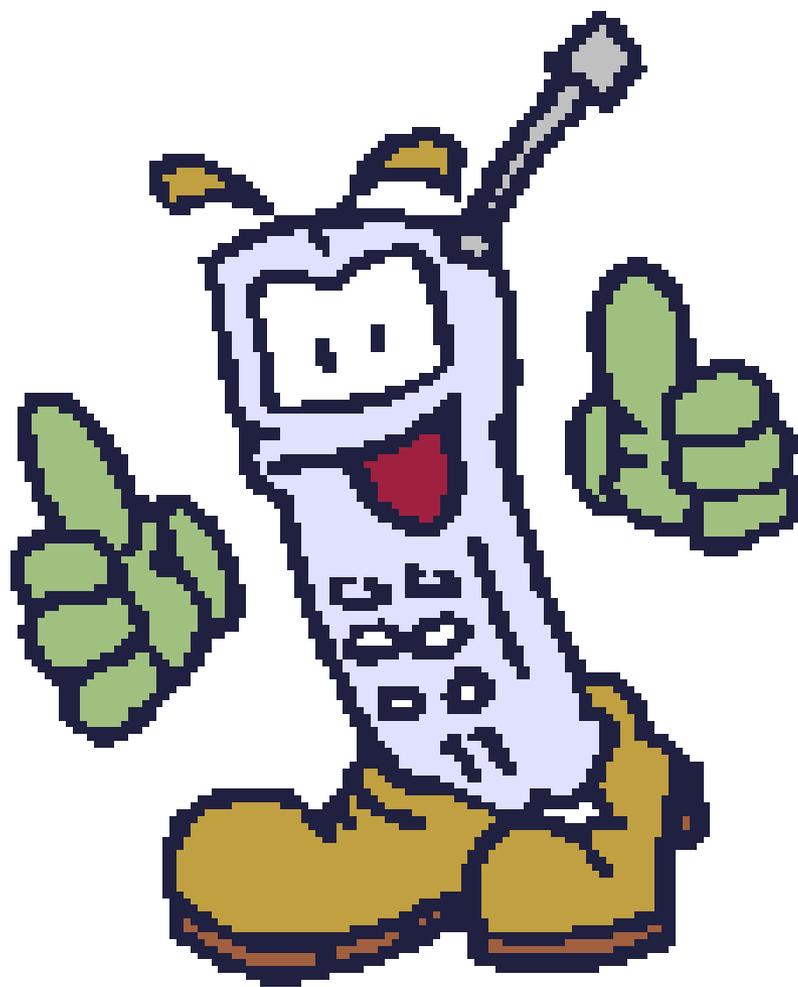


ТРАТА ВРЕМЕНИ



Влияние компьютера на ребенка лишает его настоящего детства. Интернет и компьютерные игры отнимают большую часть детского времени, того, которое они могли бы потратить на нечто более полезное и необходимое.

«Мобильник»



Простые правила, знание которых позволит Вам минимизировать воздействие телефона:

- Предельно ограничивайте себя в использовании мобильного телефона, уменьшите длительность звонка.
- Дети могут пользоваться сотовым телефоном только в случае крайней необходимости.
- Используйте проводные гарнитур.
- Не носите мобильные телефоны и в карманах или на ремне включенными.
- Не пользуйтесь сотовым телефоном в автомобиле, лифте и других закрытых металлических пространствах.
- Крайне не рекомендуется пользоваться телефоном, когда индикатор его заряда составляет одну черту.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!