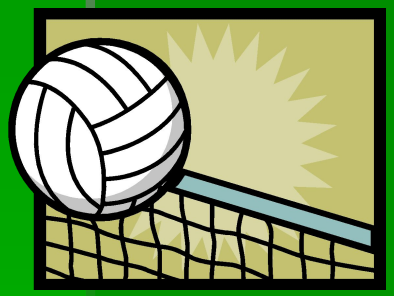
# Компьютер или подвижная игра?

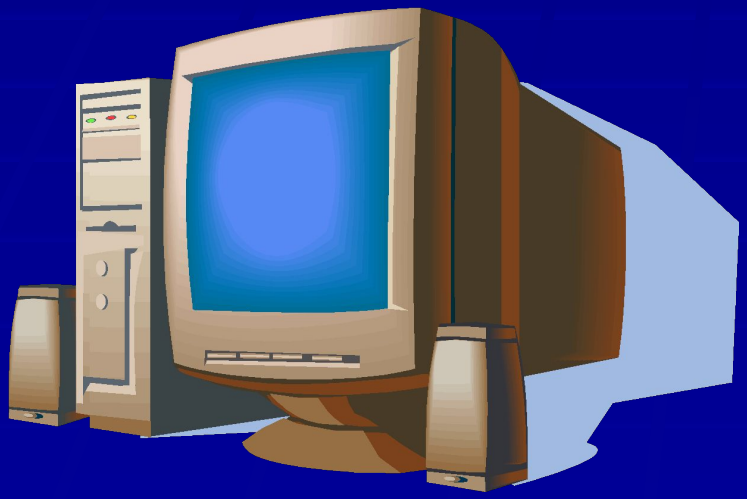
Авторы
учащиеся 10 класса.

**В чем разница между игрой на компьютере и подвижной игрой?**

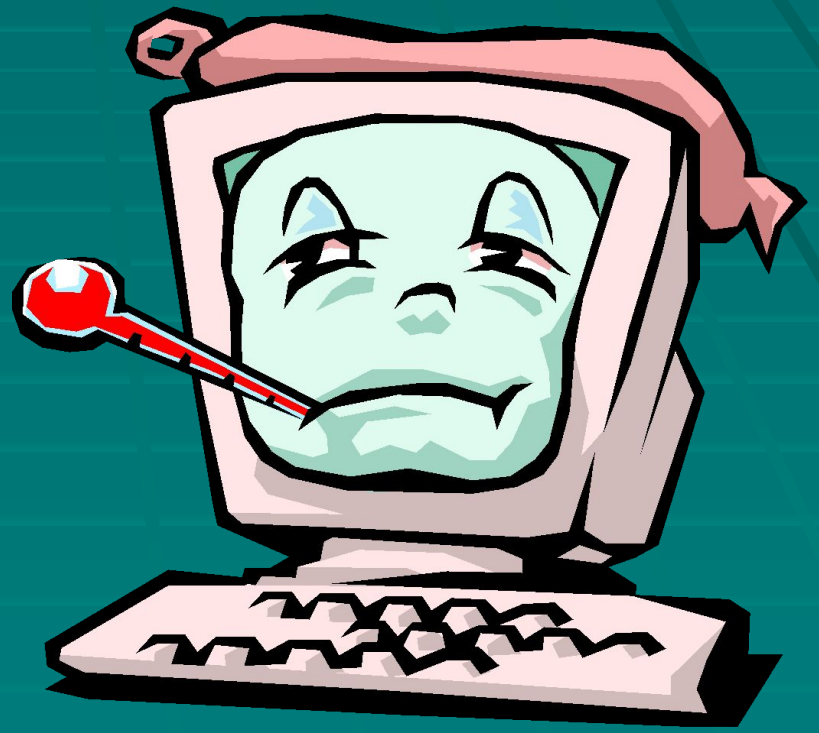


А теперь сравним факторы влияния на организм игры на компьютере и подвижной игрой

# Основные вредные факторы, действующие на человека за компьютером:

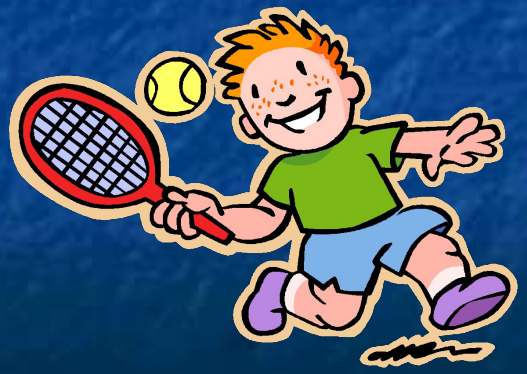


- сидячее положение в течение длительного времени;
- воздействие электромагнитного излучения монитора;
- утомление глаз, нагрузка на зрение;
- перегрузка суставов кистей;
- стресс при потере информации



# Подвижные игры:

- укрепляют здоровье, активизируют деятельность сердца и легких, повышают их работоспособность, содействуют улучшению кровообращения и обмена веществ в организме
- формируют жизненно важные двигательные навыки
- воспитывают морально-волевые качества
- развивают скоростно-силовые качества, быстроту, ловкость, выносливость



Каждому ученику
мы предлагаем
провести собственное
исследование и сравнить игры

# Мы предлагаем вам вот такие подвижные игры:

- Салки
- Охотники и утки
- Казаки-разбойники
- Лапта
- Удочка
- Пустое место
- Белые медведи
- Второй лишний

# А ты сделай свой правильный выбор!

или