

# Родительское собрание

Компьютер и здоровье.  
Виды компьютерных игр.  
Безопасность в Интернете.

*Главный санитарный врач России  
Геннадий Григорьевич Онищенко запретил  
детям долго быть за компьютером.*



### **Продолжительность работы:**

- 5-6 лет ⇒ 10 минут
- 1-4 класс ⇒ 15 минут
- 5-7 класс ⇒ 20 минут
- 8-9 класс ⇒ 25 минут
- 10-11 класс ⇒ 50 минут (с перерывом 15 мин.)
- Взрослые ⇒ не более 2 часов



# ЧТО ДЕЛАТЬ? КАК БЫТЬ?

- Отлучить нас – детей от компьютера скорее всего не удастся, да и не нужно!
- Учёные выяснили, что при работе за компьютером, вырабатывается умение быстро принимать решения и не теряться.
- **Оградить наше здоровье от вредного воздействия компьютера можно – главное, чтобы мы все выполняли правила работы за компьютером и соблюдали режим времени.**



# ХОРОШО!

**Компьютерные игры развивают у ребенка:**

- быстроту реакции;
- мелкую моторику рук;
- зрительное восприятие объектов;
- память и внимание;
- логическое мышление.



**Компьютерные игры учат ребенка:**

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

# ПЛОХО!!!

- Ухудшение зрения.
- Психологическая зависимость.
- Нарушение режима.
- Раздражительность.
- Снижение качества учёбы



The background features a warm, orange-brown color palette. It is decorated with several overlapping, semi-transparent circular shapes and stylized leaf silhouettes in a lighter shade of orange. The leaves have a serrated edge and a central vein, resembling maple leaves. The overall aesthetic is soft and autumnal.

# Виды компьютерных игр

# Игры типа «Убей их всех!»



# Стратегии





# Игры - приключения



# Обучающие и развивающие игры



## *Факторы зависимости*

1. Сильное влечение к ПК.
2. Нарушение способности контроля самого себя.
3. Смена физиологического состояния.
4. Желание увеличить время.
5. Отказ от других альтернатив в пользу ПК.
6. Невозможность прекратить занятия.



## LimitedTime – защита детей от компьютера

- LimitedTime – программа для ограничения времени работы за компьютером. Для решения данной задачи в ней реализовано два способа мониторинга. **Первый** позволяет **выключить компьютер точно в указанное время**, а **второй** – **по истечению указанного периода**. Работа с ней выглядит следующим образом. Пользователь включает компьютер, входит в программу и активирует один или оба ограничения. В первом случае необходимо указать дату и время выключения. А во втором – «запустить» таймер, который начнет обратный отсчет. Кстати, LimitedTime может не только выключать компьютер, но и перезагружать его и блокировать Windows. После завершения настройки программы можно смело передавать ПК ребенку. Больше положенного времени он просидеть за ним не сможет.



## *Бесплатный интернет-фильтр для детей*

- Интернет Цензор – бесплатная версия программы, с неограниченным сроком действия.

Программа «Интернет Цензор» предназначена для предотвращения посещения сайтов, противоречащих законодательству РФ, а также любых сайтов деструктивной направленности лицами моложе 18 лет. «Интернет Цензор» обеспечивает родителям полный контроль за деятельностью в сети их детей. «Интернет Цензор» распространяется бесплатно, очень прост в использовании и хорошо защищен от удаления его ребенком.





ИНТЕРНЕТ  
ЦЕНЗОР



Интернет Цензор включен

Выключить

БЕЛЫЙ СПИСОК

my.something.ru

ЧЕРНЫЙ СПИСОК

anekdot.something.ru

Дополнительные настройки



Запретить интернет-пейджеры  
(ICQ, QIP, Mail.Ru Agent и др.)

Запретить файлообменные сети  
(BitTorrent, Emule и др.)

Запретить электронную почту  
(основные почтовые серверы)



Проверить обновления



Изменить пароль




Изменить почтовый адрес



О программе

# NetPolice

NetPolice - Персональный клиент фильтрации (для дома и семьи)

 **NetPolice**  
Персональный клиент фильтрации

Версия: 1.7.2 (build 39) [обновить](#)  
Личный кабинет: [my.netpolice.ru](#)  
Служба поддержки: [info@netpolice.ru](#)

Внимание! Отключение фильтра открывает доступ ко всем сервисам Интернета!

Фильтр:

Фильтр    Настройки    Мои ресурсы    Пользователи    Журнал

Профиль: **Пользовательский (по умолчанию)** [Создать...](#)

**Порнография и эротика:**  
  Блокировка доступа к ресурсам, содержащим порнографические материалы.

**Социальные сети:**  
  Блокировка доступа к социальным сетям и сайтам знакомств.

**Сервисы обмена сообщениями:** [Настроить список сервисов...](#)  
  Блокировка доступа к службам обмена сообщениями (ICQ, Google Talk, и т. д.), запрет передачи почтовых сообщений и сообщений в социальных сетях.

**Блокировка некатегоризированных ресурсов:**  
  Блокировка доступа к ресурсам, не прошедшим категоризацию в системе.

**Динамическая фильтрация:**  
  Блокировка ненормативной лексики и содержания ресурса по ключевым словам.

**Онлайн-казино и компьютерные игры:**  
  Блокировка доступа к услугам интернет-казино и компьютерным играм.

**Скачивание файлов:** [Настроить список файлов...](#)  
  Блокировка возможности скачивания файлов из Интернета.

**Другие фильтры:** [Настроить фильтры...](#)  
  В этом разделе можно настроить фильтры других категорий.

**Время работы профиля** [Расширенный режим...](#)

12


6 18 0

День

Ночь

Нажатиями левой кнопки мыши на временных отрезках вы можете настраивать время действия профиля. Области «День» и «Ночь» также являются кнопками.

**Пример**  
Выключен каждый день с 0:00 до 6:00...

 Сохранить и закрыть

[Изменить пароль...](#)

*Находите время для работы – это условие успеха.*

*Находите время для размышлений – это источник силы.*

*Находите время для игры – это секрет молодости.*

*Находите время для чтения – это основа знаний.*

*Находите время для дружбы – это условие счастья.*

*Находите время для мечты – это путь к звёздам.*

*Находите время для любви – это истинная радость жизни.*

*Находите время для веселья – это муза души.*



*Спасибо за внимание!*

**Мы желаем вам сохранять  
здоровье, получая массу  
полезной информации и  
удовольствия от общения с  
компьютером,  
без вреда для организма!**