

# Компьютер и телевизор в жизни Вашего ребенка



*Частичка или целый мир?*

# Возможности телевидения

- Помогает детям находить ответы на вопросы, на которые не отвечают взрослые из-за занятости;
- Понять что такое «хорошо» и что такое «плохо»;
- Развивает воображение, фантазию, эмоциональную сферу;
- Занимает свободное время ребёнка.

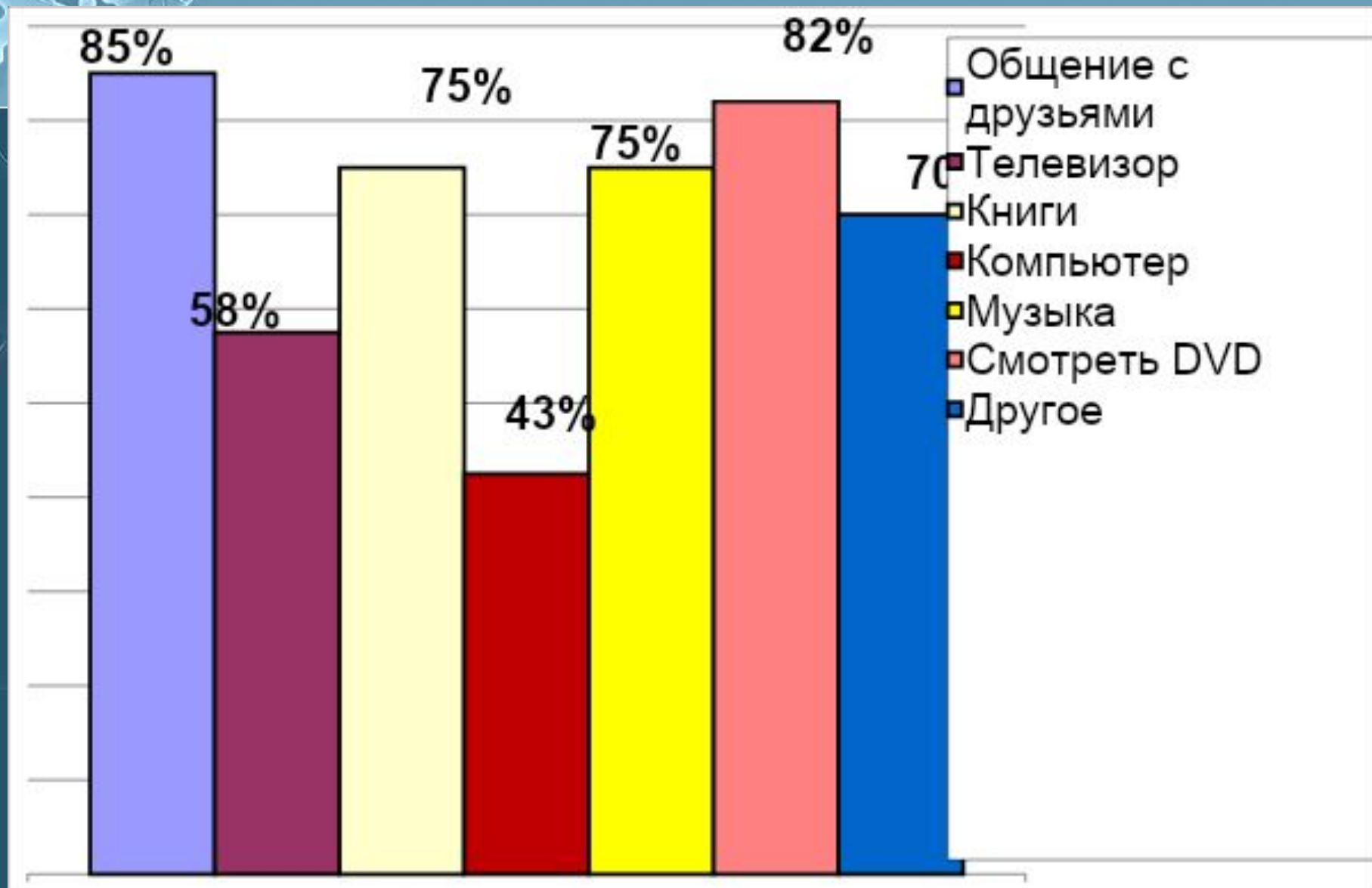
# Анкета

## 1. Что тебе больше всего нравится делать в свободное время?

- Читать книги
- Смотреть телевизор
- Смотреть DVD
- Встречаться с друзьями, подругами
- Слушать музыку
- Играть на компьютере
- Другое



# Анализ анкеты



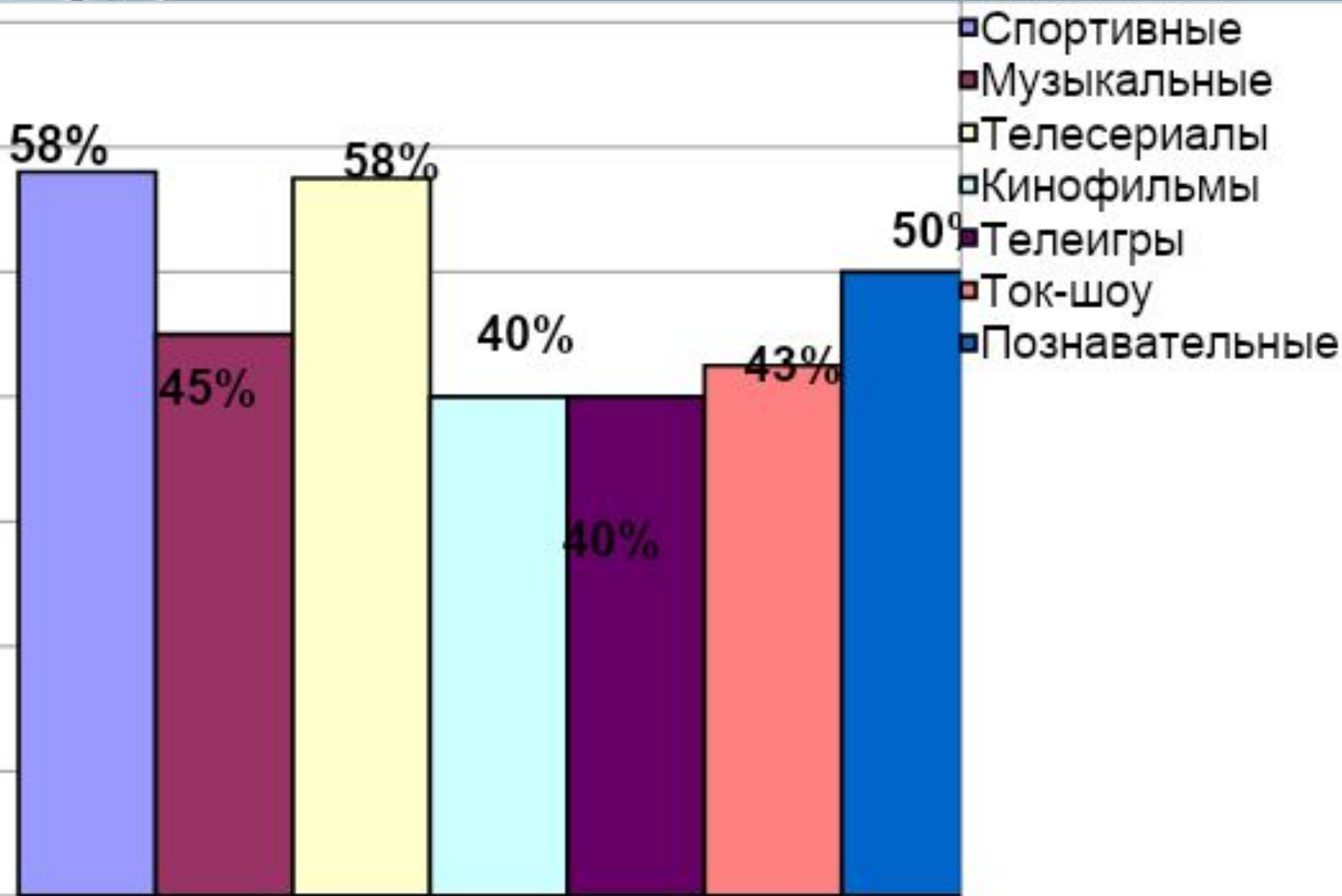
Какие телепередачи тебя больше всего интересуют?



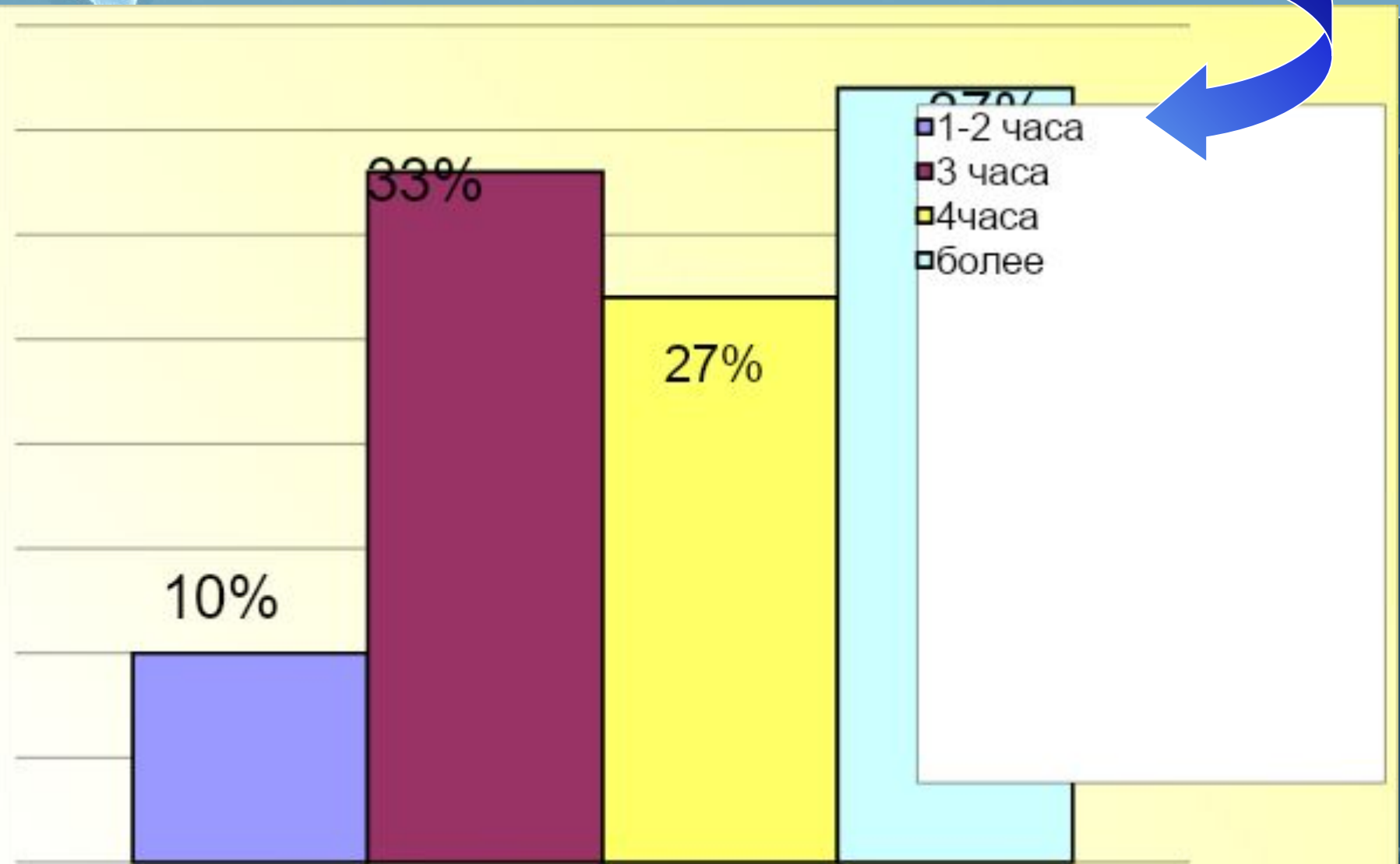
- Спортивные программы
- Телесериалы
- Кинофильмы
- Телеигры
- Познавательные и общеобразовательные
- Юмористические
- Другое




# Анализ анкеты

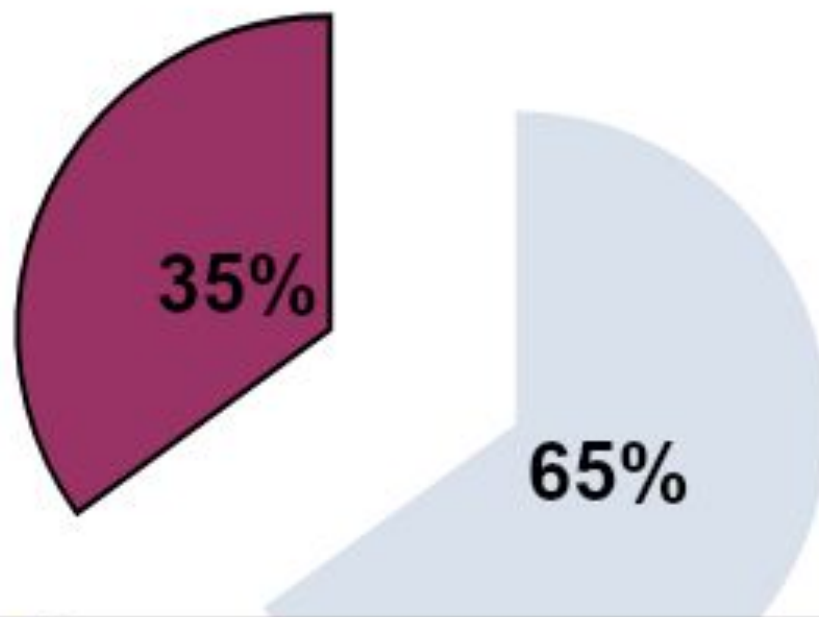


### 3. Сколько часов в день ты смотришь телевизор?





## 4. Рекомендуют ли тебе родители какие телепередачи смотреть?



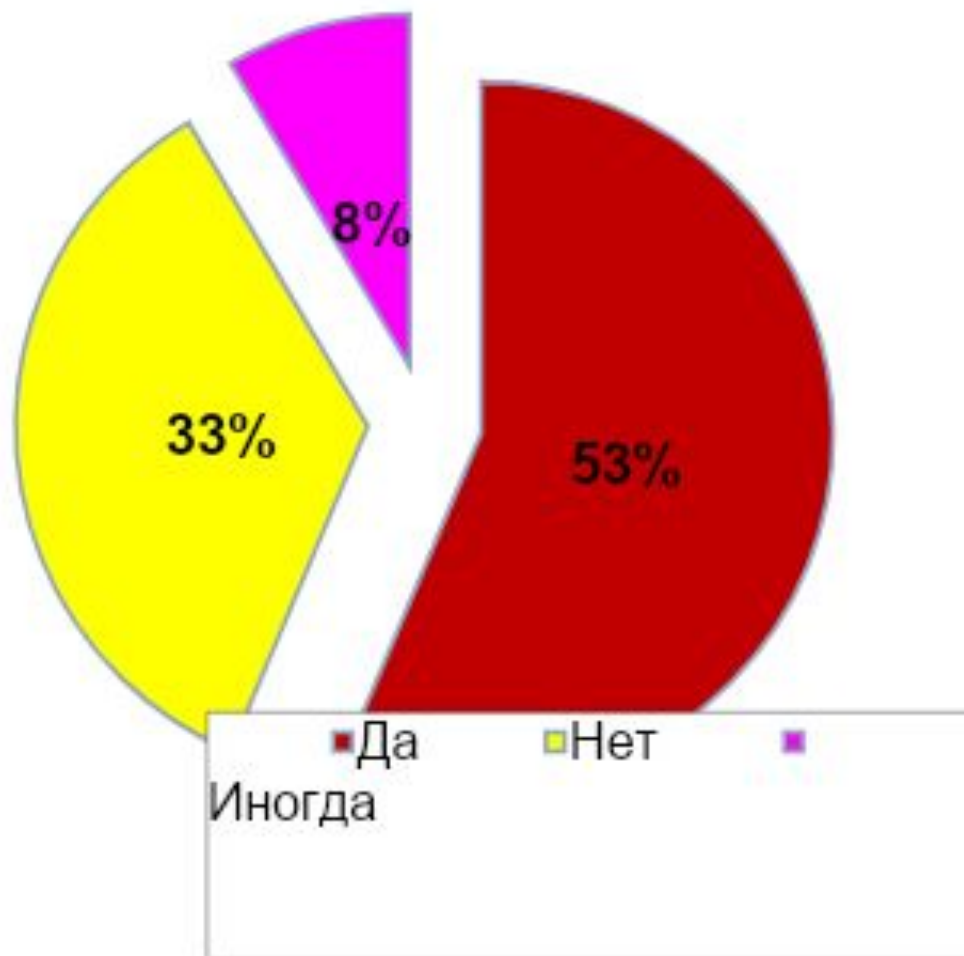
■ Рекомендуют смотреть


■ Нет





# Обсуждение телепередач





Сколько времени проводит ваш ребенок у телевизора?



Менее 1ч.	1 ч.	2-3ч.	4-5ч.	Без огранич.
2	5	9	4	10



# Что предпочитает смотреть?

- СЕРИАЛЫ-10
- МУЛЬТФИЛЬМЫ-13
- ФИЛЬМЫ- 10
- В МИРЕ ЖИВОТНЫХ-4
- СЕРИАЛЫ-14
- СКАЗКИ-2
- СМЕШНЫЕ ПЕРЕДАЧИ-1
- Спорт- 2
- Боевики-1
- Фантастика- 1
- Комедии-2
- Детские передачи-10

# Какие телепередачи на ваш взгляд, формируют личность ребенка?

Развивающие

Познавательные

О ЖИВОТНЫХ ДОКУМЕНТАЛЬНЫЕ

КИЕ

ИСТОРИЧЕСКИЕ


сказки

Спокойной ночи малыши

ВЕСТИ

нравственные умники и умницы

кател



# Опасности при просмотре телевизионных передач

- Переутомление
- перевозбуждение
- Телемания
- Ухудшение коммуникативных способностей детей





«В современном мире телевидения и компьютеров дети всё меньше становятся способны слушать и слышать друг друга, слушать родителей и нормально говорить сами»

Тейл Мак Клеланд



# Рекомендации

- Старайтесь не превращать телевизор в неизменного участника семейных ритуалов
- Затевая борьбу с экраном, прежде всего, начните с самих себя
- Будьте избирательны при выборе телевизионных программ
- Обсуждайте с детьми просмотренные телепередачи



***Телевидение- пена  
цивилизации,  
сверкающая ядовитыми  
красителями.  
В.Г. Кротов***



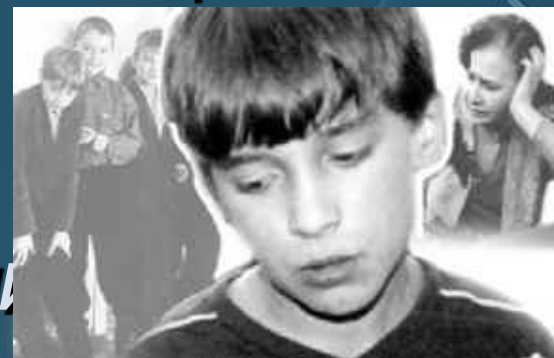




# Сравним две ситуации

Ребенок за

компьютером



*Многие родители наследнику персональный компьютер, вздыхают облегченно...*

Компьютера нет

# Компьютер: для чего?



## **Дети:**

*мне компьютер  
нужен для...*

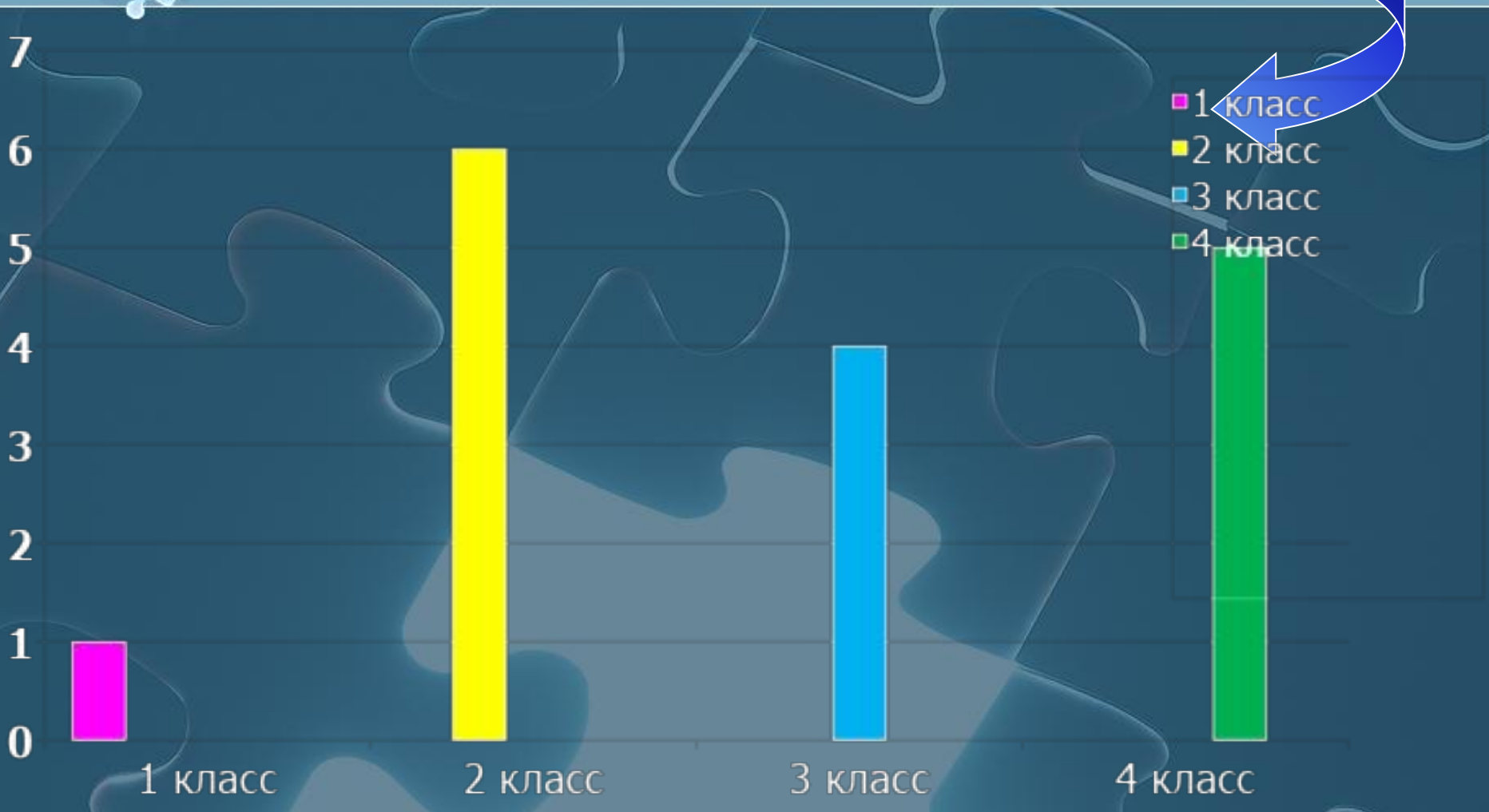
## **Родители:**

*нашему ребенку  
компьютер нужен  
для...*

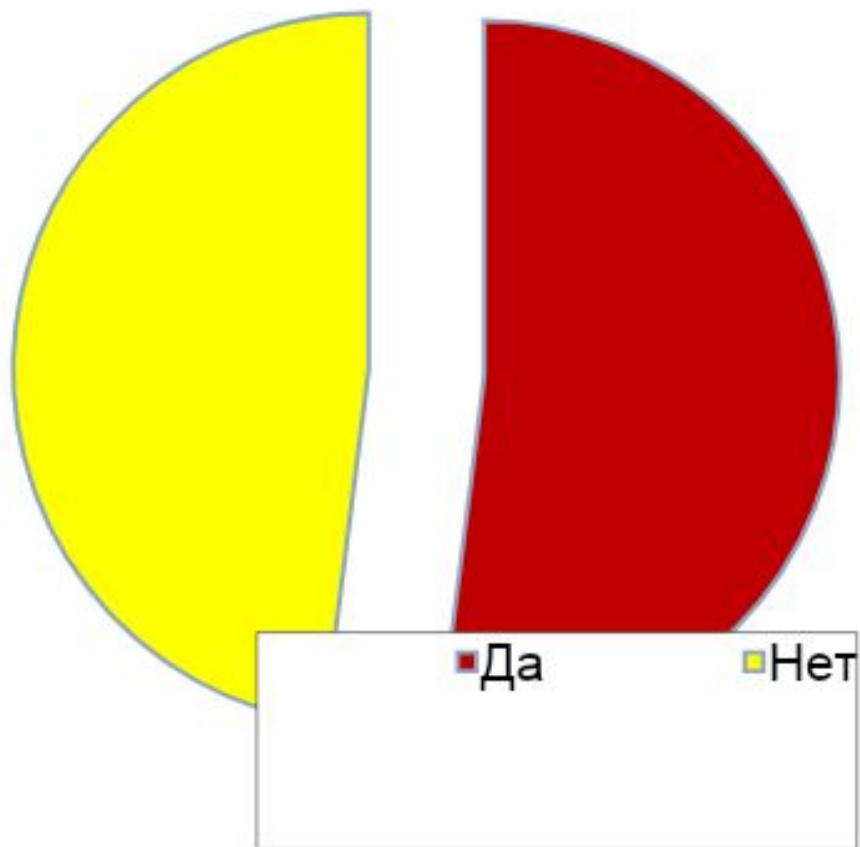
**Совпадают Ваши цели и цели ребенка?**




# Есть ли у тебя дома компьютер?




Тебя контролируют родители или ты проводишь за компьютером неограниченное количество времени?



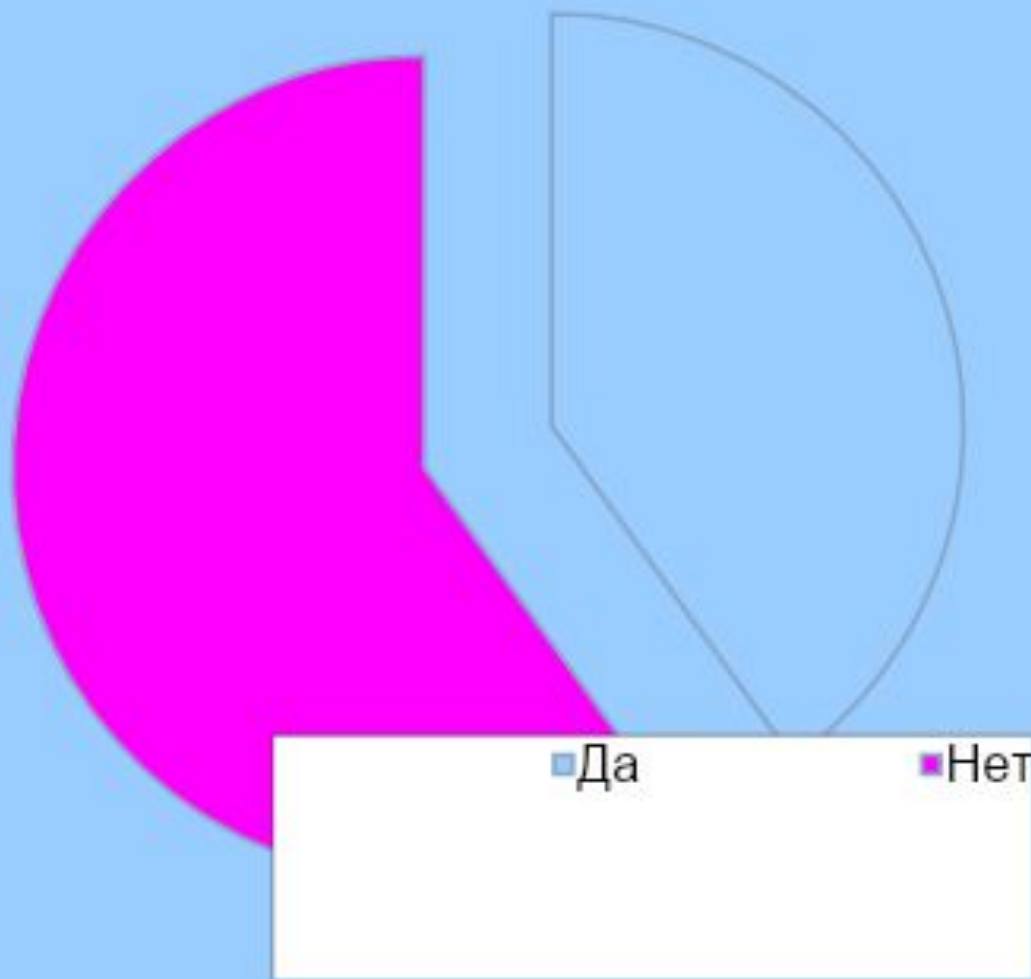


# Что тебя привлекает в работе на компьютере?

- **Игры**
- Музыка
- **Интернет**
- Картинки
- **Игры, в которых можно убивать, забирать деньги, угонять машины, стелять**
- **Развивающие игры**




Чувствуешь ли ты усталость после работы  
на компьютере?



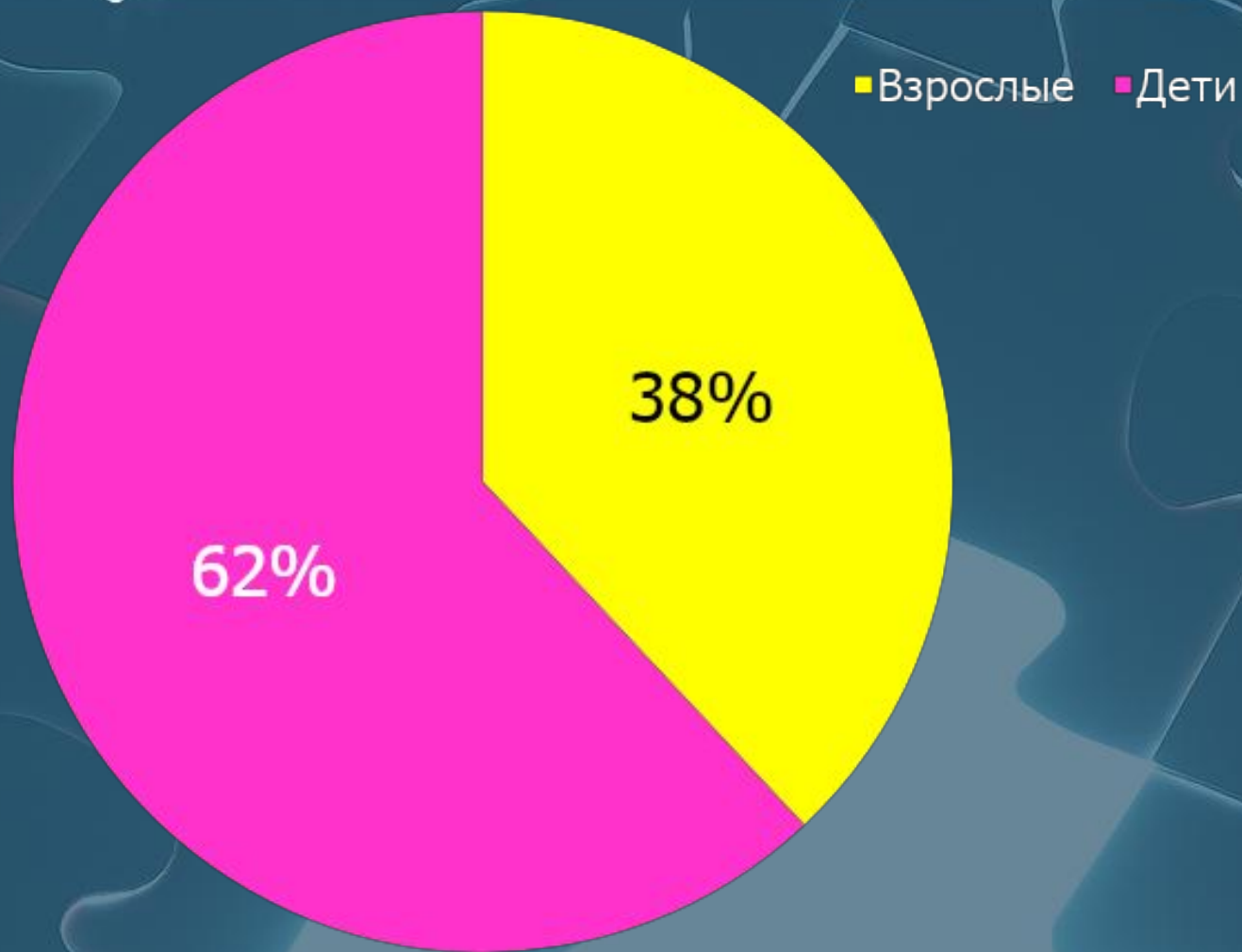


# Что тебе не нравится в общении с компьютером?


- Зависает
- Долго загружается
- Слезятся глаза
- Теряет документы
- Много ненужных функции



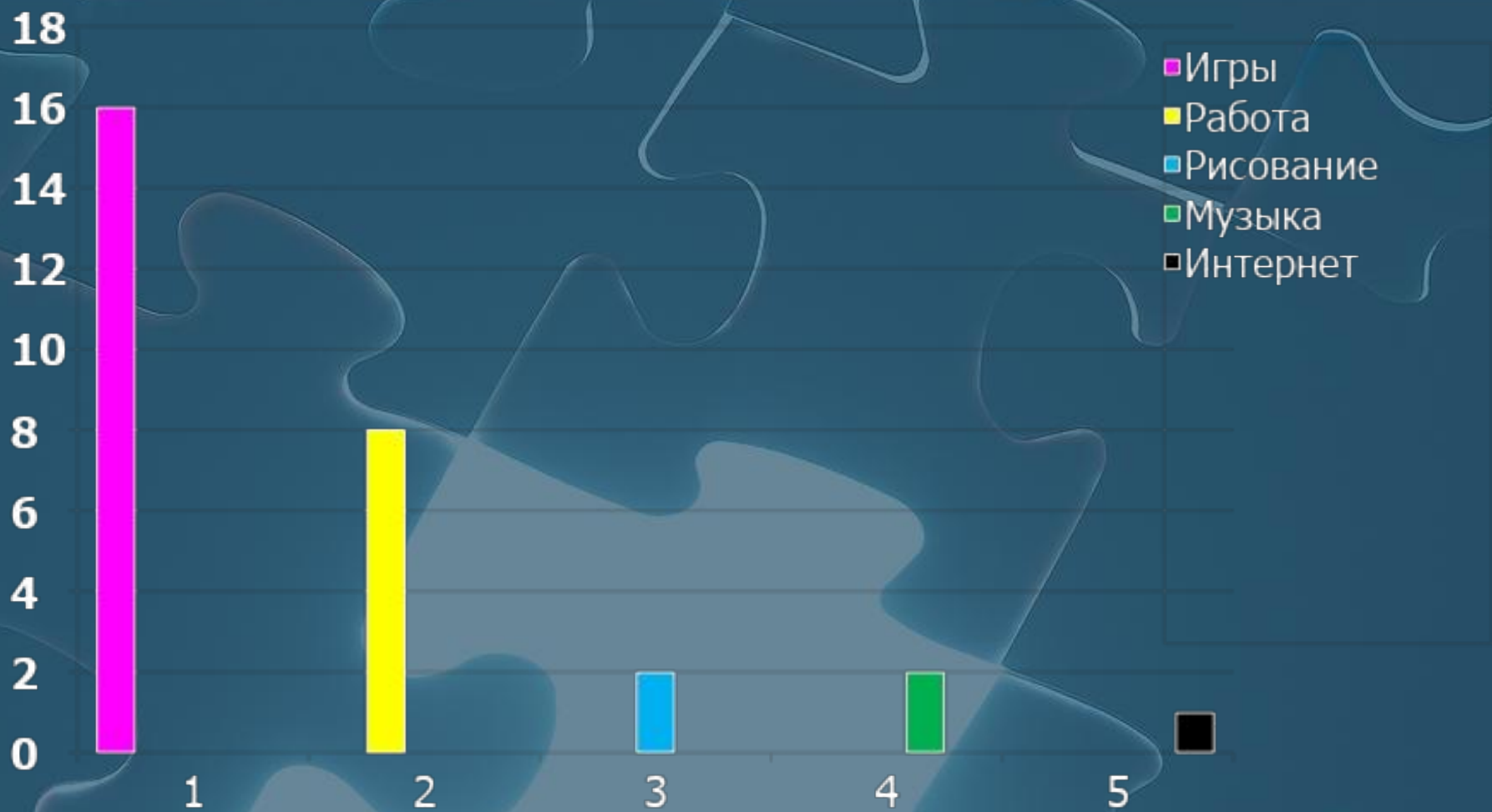
# Кто больше общается с компьютером? - 16 чел.







# В каких целях чаще всего используется компьютер дома Вами и ребенком?



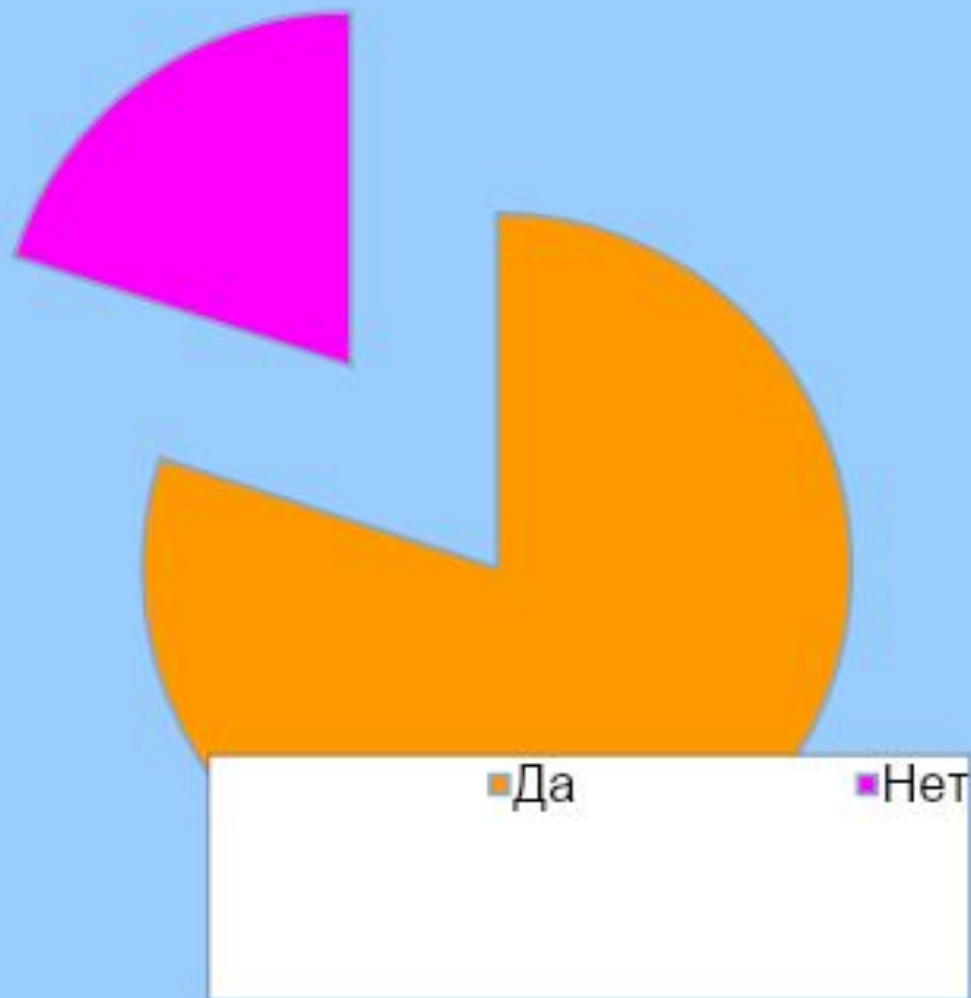


# Продолжительность работы за компьютером






# Регулируете ли Вы время?



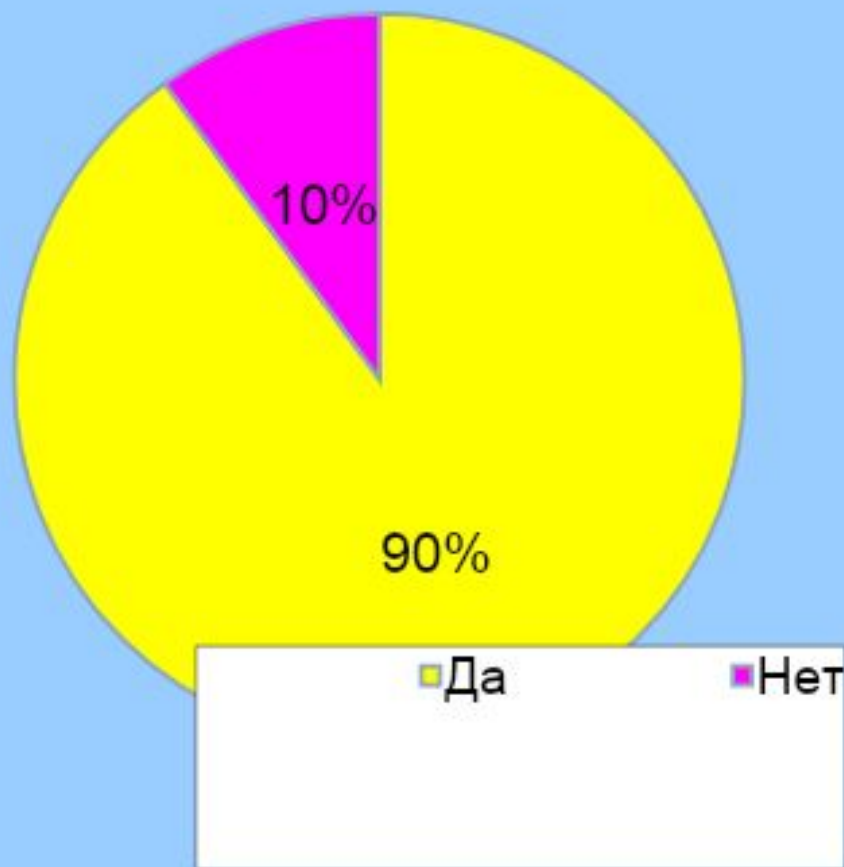


# Как Вы относитесь к увлечению компьютерными играми?





**Считаете ли вы целесообразным использование компьютерных технологий в учебном процессе и при подготовке домашних заданий?**





# Чем опасен компьютер?

1. Нагрузка на зрение.
2. Стесненная поза.
3. Нагрузка на психику.
4. Излучение.

**Обратите  
внимание!**



# ПОВЫШЕННАЯ НАГРУЗКА НА ЗРЕНИЕ

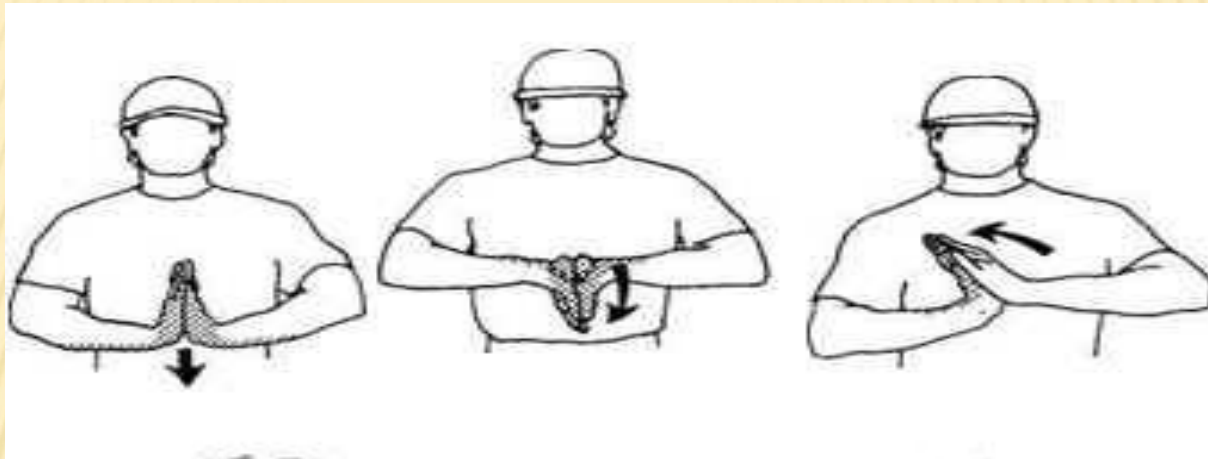
- Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, затем раскрыть глаза.
- расслабить мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
- Посмотреть на переносицу и задержать взор на счет 1-4. Затем открыть глаза.
- Посмотреть вдаль на счет 1-6.
- Не поворачивая головы, посмотреть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







# ПЕРЕГРУЗКА СУСТАВОВ КИСТЕЙ



## СИДЯЧЕЕ ПОЛОЖЕНИЕ В ТЕЧЕНИЕ ДЛИТЕЛЬНОГО ВРЕМЕНИ

- Сядьте прямо.
- Спину держите ровно, корпус разверните строго к монитору (нельзя сидеть вполоборота).
- Ноги не скрещивайте, поставьте обе ступни твердо на пол или на подножку.
- Поясница слегка выгнута, опирается на спинку кресла.
- Расслабьте плечи, руки расслабленно положите на стол (или на клавиатуру и мышь), расслабьте пальцы.
- Локти согнуты и находятся примерно в 3 см от корпуса.
- Голову держите прямо, по желанию - с небольшим наклоном вперед.





# ЭЛЕКТРОМАГНИТНОЕ ИЗЛУЧЕНИЕ

- Жидкокристаллический монитор, поскольку его излучение значительно меньше, чем у ЭЛТ мониторов.
- Сократите время работы за компьютером и чаще прерывайте работу
- Не оставляйте компьютер включённым на длительное время, если вы его не используете.
- Системный блок и монитор должен находиться как можно дальше от вас.



# Компьютерные игры

- Приключенческие
- Стратегии
- Аркадные
- Ролевые
- 3D- Action
- Логические



**Береги платье снову,  
а здоровье смолоду!**

