**МКОУ «Кетовская средняя общеобразовательная школа им. Контр-адмирала В.Ф.Иванова»**

***Ерохова Оксана Петровна*, учитель математики и информатики высшей квалификационной категории**

***Осипов Евгений Николаевич*, учитель математики и информатики первой квалификационной категории**

**Родительское собрание**

**"Компьютер и здоровье детей"**

**Возраст: родители учащихся 5-6 классов**

**Продолжительность: 30-40 минут**

**Цель собрания:**

Расширить информационное поле родителей о пользе и вреде занятий детей за компьютером.

**Задачи:**

1. Познакомить родителей с современной информацией о роли компьютера в жизни школьника.

2. Показать возможности использования компьютера для учебной деятельности в домашних условиях.

3. Обратить внимание родителей на возможные негативные воздействия компьютера на здоровье их ребенка и на то, как можно их избежать.

**Тип собрания:** *диспут.*

*Перед началом раздать зрителям и участникам красные и синие жетоны, для голосования по вопросу: «Компьютер приносит больше вреда или пользы?»*

**Оборудование:** медиапроектор, презентация Microsoft PowerPoint

**Ресурсы Интернета:**

* <http://www.ill.ru/news.art.shtml?c_article=870>
* <http://glamoure-life.ru/rebenok-i-kompjuter/>
* <http://www.solium.ru/forum/showthread.php?t=4854&page=2>
* <http://ru.wikipedia.org/wiki/%CA%EB%E0%F1%F1%E8%F4%E8%EA%E0%F6%E8%FF_%EA%EE%EC%EF%FC%FE%F2%E5%F0%ED%FB%F5_%E8%E3%F0>
* <http://starosta.homegate.ru/post/1476>
* <http://345-games.ru/kompyuternye-igry/>

**ПЛАН:**

1. Дискуссия
2. Основная часть «Чем опасен компьютер?»
3. Экспресс-анкетирование
4. Компьютер и учебная деятельность
5. Итог собрания

**Ход собрания:**

1. **Дискуссия**

С помощью жетонов для голосованияразделить родителей на группы «ЗА» и «ПРОТИВ».

Вводное слово:

*Отличительной чертой времени, в котором мы живем, является стремительное проникновение информационных технологий во все сферы жизни.*

*(2 слайд)*

*Сегодня мы постараемся ответить на следующие вопросы:*

1. *Стоит ли противостоять желаниям ребенка пользоваться этим чудом технического прогресса?*
2. *Как сделать общение ребёнка с компьютером безопасным и полезным?*
3. *Компьютерные игры бесполезны и вредны, это занятие для бездельников или совсем наоборот?*

*(3 слайд)*

1. ***Вопрос к родителям для обсуждения:***

Чем является компьютер в вашей семье? Приведите примеры ситуаций из вашей жизни, связанных с положительными и отрицательными эмоциями по поводу использования компьютера.

1. ***Анализ, обсуждение ситуаций и разработка рекомендаций.***

*(4 слайд)*

Сейчас мы предлагаем выявить «плюсы» и «минусы» влияния компьютера на ребенка (раздаём на карточках и предлагаем рассортировать).

|  |  |
| --- | --- |
| **«+»** | **«**–**»** |
| * вызывает положительный интерес к технике; * развивает творческие способности; * устраняет страх перед техникой; * формирует психологическую грамотность к овладению ПК; * развивает воображение, моделируя будущее; * навыки владения компьютером; * воспитывает внимательность, сосредоточенность; * помогает овладеть в быстром темпе чтением; * тренирует память, внимание; * развивает быстроту действий и реакции; * общение с друзьями из любой точки мира; * расширение кругозора; * воспитывает целеустремленность. | * отрицательное влияние на физическое развитие; * повышает состояние нервозности и страха при стремлении во что бы то ни стало добиться победы; * содержание некоторых игр провоцирует проявление детской агрессии, жестокости; * обязывает ребенка действовать в темпе, задаваемом программой; * способствует развитию гиподинамии; * ухудшает зрение; * уменьшает мотивацию к занятию спортом. |

***Вывод:*** проведённая работа показывает, что, компьютер способен стать эффективным средством развития ребенка, при правильном использовании.

*(5 слайд)*

1. **Чем опасен компьютер?**

**1.Организация рабочего места.**

Для правильной организации компьютерного рабочего места Вам помогут несколько советов **(раздать родителям памятку РАБОЧЕЕ МЕСТО).**

*(6 слайд)*

Компьютером в большинстве семей пользуется только ребенок, таким образом, родители имеют весьма поверхностное представление о том, чем же на самом деле занят ребенок. И родители, прежде всего, должны владеть азами компьютерной грамотности, чтобы вовремя успеть сориентироваться, да и не потерять авторитет у собственного ребенка.

1. **Нагрузка на зрение.**

Влияющие факторы здесь: качество монитора, содержание изображения и время работы за монитором. Однако заметим сразу, компьютер не является основной причиной развития близорукости у ребенка. Огромную роль в этом играют наследственность, телевизор, чтение в темноте.

Итак, практика показывает, что ученики за компьютером в среднем проводят 1,5-2 часа, а то и больше. Это немало, если не сказать, что много!

*Сколько, по вашему мнению, должен ребёнок непрерывно проводить за компьютером?*

*(7 слайд)*

Родителям предлагаемся диаграмма «Примерная непрерывной продолжительности работы за компьютером».

Здесь, прежде всего, учтены требования врачей и СЭС к урокам информатики. Мы видим, что для 5 класса непрерывная работа за компьютером должна составлять 15 минут. Т.е. 15 минут работаем, отдыхаем и т.д. Так ли это на самом деле???

*(8 слайд)*

После каждого занятия с компьютером необходимы, как минимум, **упражнения для глаз**. Давайте попробуем эту гимнастику на себе **(раздать родителям памятку УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГЛАЗ).**

*(9слайд)*

**3.Кроме зрительного переутомления компьютер может быть опасен:**

*-* ***для позвоночника*** *(для профилактики заболеваний позвоночника следует правильно организовать место за компьютером, как можно чаще менять позу или вставать из-за компьютера и, конечно же, по возможности делать гимнастику)*

*-* ***для органов дыхания*** *(пыль, которая скапливается и от которой не так легко избавиться)*

*-* ***синдром запястного канала***

1. **Психическая нагрузка.**

*(10 слайд)*

Компьютер требует сосредоточенности. Психическую нагрузку можно уменьшить.

Легче всего для детского восприятия статическое, крупное цветное изображение в сопровождении звука. Достаточно безопасно рассматривать картинки или фотографии в сопровождении дикторского текста.

Хуже для психики и для глаз воспринимается рисование на компьютере: здесь звук не играет отвлекающей роли, а всю работу выполняют глаза. Напрягая зрение, ребёнок напрягается сам. Всё это происходит и во время чтения с экрана текста, поэтому поиск информации в Интернете нужно дозировать.

Часто нервные расстройства, возникающие у ребенка, связаны и с компьютерными играми.

*(11 слайд)*

***Во что играет Ваш ребенок?*** *Чему посвящены эти игры? Какие виды игр вы можете выделить?*

Специалисты выделяют следующие виды компьютерных игр:

• игры типа «убей их всех»

• игры – приключения

• игры стратегические, в которых требуется принимать решения

• развивающие игры

• обучающие игры,

• игры диагностические

• графические, связанные с рисованием, конструированием.

***Опишем некоторые из них:***

*(12 слайд)*

***1. Игры типа «убей их всех»***

Слайды говорят сами за себя. Это игры с воинственными сюжетами, лужами проливаемой крови и горами трупов. Естественно это всё провоцирует вспышки гнева, зла и насилия у детей.

Герои «стрелялок» и «бродилок», как правило, имеют несколько жизней. И увлеченный игрой ребенок, «проживая» за день несколько десятков жизней, теряет уважение к своей собственной, а также чужим, утрачивая инстинкт самосохранения и притупляя чувство опасности. Нередко правила виртуальной игры заменяют собой поведение в реальной жизни.

*(13 слайд)*

***2. Игры - стратегии***

Формируют внутренний план действий, развивают память, мышление, воображение. Но психологи говорят о том, что такие многоуровневые игры особенно опасны для эмоционально-неустойчивых детей. Психоэмоциональное возбуждение ребенка подрастает с каждым уровнем, приводя к повышению артериального давления, учащенному сердцебиению, повышению уровня адреналина в крови, требуя физической разрядки, нередко с агрессивной направленностью по отношению к окружающим.

*(14 слайд)*

***3.Обучающие и развивающие игры***

*Аркадные* игры развивают реакцию и способность принимать решения в сложной обстановке.

*Логические* игры развивают мышление, сообразительность и находчивость.

*Аркадно-логические* игрыразвивают сообразительность и скорость реакции.

*Деловые игры*помогают почувствовать себя специалистом в какой-нибудь профессии познакомиться с интересными профессиями.

Большинство *квестов* сделаны на английском языке, поэтому они помогают изучать язык.

*(15 слайд)*

***4. Интернет*** позволяет получить доступ к колоссальному объему информации по любой интересующей теме, общаться в социальных сетях, играть в развивающие онлайн-игры и т.д. Но в настоящее время интернет наводнен сайтами с сомнительным содержанием. Поэтому необходимо контролировать домашний интернет посредством контент-фильтров. Наиболее популярный бесплатный контент-фильтр net police для домашнего использования можно скачать с сайта skf.edu.ru. Там же можно найти инструкции по установке и применению.

*(16 слайд)*

**Вывод:** Развивающие компьютерные игры для детей – это отличный способ самообразования, а умение пользоваться Интернетом, может стать хорошей школой общения и навыков по поиску и отбору информации.

1. Компьютер помогает выявить и развить способности ребенка.
2. Является великолепным способом самообучения.
3. Развивает самостоятельное мышление.
4. Усиливает концентрацию внимания.
5. Учит ребенка быстро переключаться с одного действия на другое.

Учите ребенка работать за компьютером!

*(17 слайд)*

Можно сделать небольшой **обзор компьютерных игр**, программ, энциклопедий, справочников, которые могут быть полезны ребенку.

*(18 слайд)*

1. **Экспресс анкетирование родителей:**
2. Сколько времени проводит ваш ребёнок за компьютером?
3. В какие игры играет ваш ребёнок? Знакомы ли Вам название, правила этих игр?
4. Какие сайты посещает ваш ребёнок и с какой целью?
5. Помогаете ли Вы ребёнку использовать компьютер как средство образования и получения информации?
6. Часто ли ваш сын (дочь) “призывают” Вас на помощь для выполнения каких-либо заданий с использованием компьютера?

*Если Вы ответили “нет” или “не знаю” на вопросы №2-№5, и при этом ответ на вопрос №1 – более 30 минут, Вам надо срочно пересмотреть свои отношения с ребёнком, т.к. компьютер для него более верный и надёжный “товарищ” чем вы.*

*(19слайд)*

1. **Компьютер и учебная деятельность**

Обратим ваше внимание на то, как компьютер может помочь ребенку в учебной деятельности, которая у 5-6-классников является ведущей.

*(20 слайд)*

На слайде отражены основные положительные моменты и преимущества использования компьютера на уроках.

*(21 слайд)*

***Приведем расшифровку формулы эффективного использования компьютера в семье***:

М+П+Р+К= В.У.М. + П.А.Р.

(Мама + папа + ребенок + компьютер = Высокая учебная мотивация и познавательная активность ребёнка)

1. **Итог собрания**

Повторное голосование на тему вреда компьютера «ЗА» и «ПРОТИВ».

*(22 слайд)*

**И напоследок…такой призыв…**

***Компьютер предназначен, прежде всего, для развития ребенка: его интеллекта, талантов и способностей! Но надо помнить, что компьютер может в равной степени как помочь, так и навредить.***

***И наша с вами задача – сделать компьютер ПОМОЩНИКОМ ребенка!***

*(23-24 слайды)*