**Семь шагов к спасению от компьютеромании.**

* Самим ориентироваться в том, что интересно ребенку.
* Как можно больше времени проводить вместе.
* Первое время сидеть за компьютером вместе, тогда машина не станет для него большим авторитетом.
* Больше разговаривайте с ребенком.
* Прививайте ребенку «компьютерный вкус».
* Не покупайте жестокие игры.
* Не забывайте, что дети по-прежнему с удовольствием рисуют, раскрашивают, играют с друзьями, лепят, занимаются спортом.

**Правила, которые обезопасят здоровье вашего юного гения.**

* Соблюдайте чувство меры;
* Отдыхайте не от ребенка, а с ребенком;
* Время должно быть строго регламентировано;
* Сделай паузу;
* Оптимальные настройки монитора;
* Правильная частота обновления экрана.

**Реальные плюсы:**

1. Доступность полезной информации;
2. Есть развивающие и обучающие игры;
3. Помощь при стихийных бедствиях;
4. Можно хранить много информации;
5. Существуют программы улучшающие зрению;
6. Быстрая и дешевая отправка сообщений;
7. Заказы и покупки через Интернет;
8. Главный помощник в учебе, работе и отдыхе;
9. Помогает в общении между людьми.

**Реальные минусы:**

1. Бесконтрольная работа -ухудшает зрение;
2. Человек ведёт малоподвижный образ жизни;
3. Желание общаться больше с виртуальными или незнакомыми людьми, чем с живущими рядом;
4. Есть игры пропагандирующие насилие. Игры, поглощающие в себя играющего человека;
5. Существуют вирусы, портящие компьютеры;
6. Большой процент информации несёт в себе неэтическое или аморальное содержание;
7. Отрицательно воздействует на нервную систему человека.

***Наш адрес: Амурская обл., г. Свободный, ГБУ АО СКЦСОН «Лада»***

***ул. Орджоникидзе 50***

***Телефоны: 8(41643) 5-72-70,***

***5-88-25***

ГБУ АО «Свободненский комплексный центр социального обслуживания населения «Лада»

Клуб «СемьЯ»

**Программа «Профилактика семейного неблагополучия м социального сиротства детей в Амурской области**

**на 2015-2017 годы «Дорога домой»**

**(при финансовом содействии Фонда поддержки детей находящихся в трудной жизненной ситуации)**

**Компьютер и ребёнок**



**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.

1. **Игры типа «убей их всех»**

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, утрачивая инстинкт самосохранения и притупляя чувство опасности.



1. **Игры - приключения**.

Это игры  на основе мультипликационных фильмов. Они очень красочны и эмоциональны, но здесь необходимо тоже быть настороже. Японскими врачами были описаны массовые эпилептические припадки у детей, которые смотрели компьютерные мультфильмы. Оказалось, что световые мелькания на дисплее навязывают свой ритм коре головного мозга, вызывая судороги.

1. **Игры – стратегии**.

Формируют внутренний план действий, развивают память, мышление, воображение. Но психологи говорят о том, что такие многоуровневые игры особенно опасны для 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.

1. **Обучающие и развивающие игры**

Они очень эмоциональны, сопровождаются весёлой детской мелодией или песней. При их создании использованы красивые яркие краски, которые привлекают внимание детей. Они очень познавательны: дети получают знания об окружающем мире. Происходит развитие творческих способностей, мыслительных процессов.

