

Тема: «Компьютер в жизни школьника: влияние на развитие ребёнка»

Задачи:

1. Обсудить с родителями проблему влияния компьютера и сети Интернет на развитие личности младшего школьника.
2. Познакомить родителей с рекомендациями СанПиНа при использовании компьютера.
3. Дать рекомендации родителям по организации контроля использования ресурсов сети Интернет младшим школьником в домашних условиях.

Компьютер уже прочно вошёл в нашу среду. Им уже умеют пользоваться не только взрослые, но и дети. Сегодняшние школьники – представители нового цифрового поколения пользователей интернета, они чувствуют себя в глобальной сети естественно и непринужденно. Интернет является полноценной частью образа жизни современных детей. В новых стандартах начальной школы предполагается, что каждый ребенок должен иметь доступ к компьютеру и интернету.

Если начать дискуссию о том, как влияет на ребенка компьютер, то мнения разделятся. Вы находите, что компьютер оказывает как положительное, так и отрицательное влияние на развитие личности ребенка.

Поэтому попрошу вас объединиться в 2 группы. 1 группа - попытается найти положительные моменты использования компьютера. 2 группа - попытается найти отрицательные моменты использования компьютера (*выслушиваются ответы родителей*).

Компьютерным программам отводится ряд функций:

- образовательная,
- развлекательная,
- коммуникативная.

Но вместе с тем исследования врачей-гигиенистов доказывают отрицательное влияние компьютера на здоровье детей.

Как влияет компьютер на здоровье и самочувствие детей?

Более всего при этом страдает нервная система, слух и зрение. Не только медики, но и наиболее внимательные родители сами замечают, что под воздействием Интернета, в его поведении резко проступает раздражительность и апатия. Он всё чаще жалуется на усталость и головную боль. Увлечение компьютерными играми и общение в сети Интернет разрушает режим дня ребёнка: резко сокращает время сна и пребывания на свежем воздухе. Недосыпание и кислородное голодание снижает сопротивляемость детского организма к заболеваниям. Нередко при этом ухудшается память, ослабевает внимание. Успехи в учёбе даются всё с большим трудом.

А ведь по нормам СанПиНа без ущерба для здоровья ребенок может работать за компьютером не более 15 минут подряд, после этого необходимо делать 15 минутный перерыв. Общее время работы на компьютере не должно превышать 1,5 часа в день.

На самом деле дети проводят за компьютером намного больше времени. Психика ребёнка ещё недостаточно устойчива, поэтому компьютерные игры и некоторая информация из Интернета могут привести к изменениям мировоззрения, пересмотру моральных норм.

Как вы думаете, так ли опасен Интернет?

Как показывают исследования, компьютер вытесняет из жизни некоторых детей чтение книг, прогулки, спорт и реальное общение, а у некоторых из них наблюдаются признаки зависимости от компьютера, Интернета или компьютерных игр. Сидя за компьютером, дети забывают о времени, перестают замечать дискомфорт или усталость. Компьютер становится для ребенка не только няней или источником знаний, но начинает эмоционально заменять ему

окружающих людей. Может развиваться зависимость (различают психологическую зависимость от Интернета и компьютерных игр).

Специалисты выделяют следующие **признаки зависимости ребенка** от компьютера:

- Большую часть свободного времени (6-10 часов в день) ребенок проводит за компьютером.
- У него практически нет реальных друзей, зато много виртуальных.
- Если на ваш запрет сидеть за компьютером школьник реагирует агрессивно или становится тревожным.
- Ребенок вас обманывает, пропускает школу, чтобы посидеть за компьютером, стал хуже учиться, потерял интерес к школьным предметам.
- Во время игры подросток начинает разговаривать сам с собой или с героями игры так, как будто они реальны.
- Он становится более агрессивным.
- Ребенок, увлеченный игрой или общением в Интернете, забывает про еду и личную гигиену.
- Школьник трудно встает по утрам, просыпается в подавленном состоянии. Настроение повышается только тогда, когда ребенок садится за компьютер.

Давайте узнаем, насколько зависимы от интернета ваши дети. Для этого я предлагаю вам ответить на вопросы теста.

Тест на детскую Интернет-зависимость (С.А. Кулаков, 2004)

Ответы даются по пятибалльной шкале:

1 – очень редко, 2 – иногда, 3 – часто, 4 – очень часто, 5 – всегда

1. Как часто Ваш ребенок нарушает временные рамки, установленные вами для пользования сетью?
2. Как часто Ваш ребенок запускает свои обязанности по дому для того, чтобы провести больше времени в сети?
3. Как часто Ваш ребенок предпочитает проводить время в сети вместо того, чтобы провести его в кругу семьи?
4. Как часто Ваш ребенок формирует новые отношения с друзьями по сети?
5. Как часто Вы жалуетесь на количество времени, проводимые Вашим ребенком в сети?
6. Как часто учеба Вашего ребенка страдает из-за количества времени, проведенном Вашим ребенком в сети?
7. Как часто Ваш ребенок проверяет электронную почту, прежде чем заняться чем-то другим?
8. Как часто Ваш ребенок предпочитает общение в сети общению с окружающими?
9. Как часто Ваш ребенок сопротивляется или секретничает при вопросе о том, что он делает в Интернете?
10. Как часто Вы заставляли своего ребенка пробивающимся в сеть против Вашей воли?
11. Как часто Ваш ребенок проводит время в своей комнате, играя за компьютером?
12. Как часто Ваш ребенок получает странные звонки от его новых сетевых «друзей»?
13. Как часто Ваш ребенок огрызается, кричит или действует раздраженно, если его побеспокоили по поводу пребывания в сети?
14. Как часто Ваш ребенок выглядит более уставшим и утомленным, чем в то время, когда у Вас не было Интернета?
15. Как часто Ваш ребенок выглядит погруженным в мысли о возвращении в сеть, когда он находится вне сети?
16. Как часто Ваш ребенок ругается и гневается, когда Вы сердитесь по поводу времени, проведенного им в сети?
17. Как часто Ваш ребенок предпочитает своим прежним любимым занятиям, хобби, интересам других нахождение в сети?

18. Как часто Ваш ребенок злится и становится агрессивным, когда Вы накладываете ограничение на время, которое он проводит в сети?
19. Как часто Ваш ребенок предпочитает вместо прогулок с друзьями проводить время в сети?
20. Как часто Вы чувствуете подавленность, упадок настроения, нервничает, когда находится вне сети, а по возвращении в сеть все это исчезает?

При сумме баллов 50-79 родителям необходимо учитывать серьезное влияние Интернета на жизнь вашего ребенка и всей семьи. При сумме баллов 80 и выше, у ребенка с высокой долей вероятности Интернет-зависимость и ему необходима помощь специалиста.

Особенно пугает то, что больше половины пользователей сети в возрасте до 14 лет просматривают сайты с нежелательным содержанием, посещают порносайты, наблюдают сцены насилия, увлекаются азартными играми, интересуются наркотическими веществами и алкоголем.

Увлечение интернетом таит реальную опасность нарушения семейных отношений, ослабления эмоциональных связей между близкими людьми. В то непродолжительное время, когда семья собирается дома, включенный компьютер лишает людей возможности общаться друг с другом. Нередко такие отношения способствуют своеобразному бегству ребёнка в “интернетные дебри”. Он привыкает к пассивной роли “наблюдателя со стороны”. Особенно страдают в этом случае робкие, застенчивые и неконтактные дети. Им интернет заменяет товарищей, собеседников, советчиков.

Кроме этого, детей в сети Интернет подстерегают серьезные опасности: злоумышленники, вредоносные программы, азартные игры, недостоверная информация, материалы нежелательного содержания.

Как защитить ребенка от нежелательного влияния интернета?

Защита детей от информации, причиняющей вред здоровью, репутации и развитию детей, регулируется: нормами международного права, федеральным законодательством, нормативными правовыми актами субъектов Российской Федерации; Приказом Генерального прокурора Российской Федерации.

Согласно российскому законодательству *информационная безопасность детей* – это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией, в том числе распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию (Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию").

Но вместе с тем, на родителях лежит основная ответственность по защите детей от влияния интернета. Что же можем сделать мы, взрослые, чтобы защитить детей?

Родительский контроль за деятельностью ребенка в сети должен быть обязательным.

Основные функции:

- фильтровать вредоносное содержимое;
- выяснить, какие сайты посещает ваш ребенок;
- установить временные рамки использования компьютера.

Памятка для родителей

1. Для начала объясните детям, что вся информация, размещенная в интернете, была помещена туда обычными людьми. Люди бывают хорошими и плохими. И плохие люди, преследуя свои цели, размещают неправдивую информацию.

2. Объясните детям и установите четкие правила, какие сайты они не должны посещать. Контролируйте деятельность детей в Интернете с помощью современных антивирусных программ и программ «Родительский контроль». Они помогут отфильтровать вредное содержимое, выяснить, какие сайты посещает ребенок, и с какой целью и если нужно ограничат время пребывания ребёнка в Интернете.

3. Не оттягивайте начало обучения, любое обучение тем эффективнее, чем раньше начато. Никогда не бывает рано говорить с детьми об их безопасности.

4. Научите детей, как следует поступать при столкновении с подозрительным материалом. Расскажите, что не нужно нажимать на ссылки в электронных сообщениях от неизвестных источников, открывать различные вложения. Такие ссылки могут вести на нежелательные сайты, или содержать вирусы, которые заразят ваш компьютер.

5. Расскажите, что нельзя разглашать в Интернете информацию личного характера: номер телефона, домашний адрес, название / номер школы и т.д), а также «показывать «свои» фотографии.

6. Не разрешайте личных встреч с новыми знакомыми из Интернета без вашего ведома.

7. Будьте в курсе того, что ваш ребенок делает в Интернете. Чаще беседуйте с ребенком о том, что он делает в Сети.

8. Обращайте внимание, сколько времени проводят ваши дети в Интернете, чтобы вовремя заметить признаки возникающей интернет-зависимости.

9. Поощряйте детей делиться с вами их опытом в Интернете. Посещайте Сеть вместе с детьми. Объясните ребёнку, если ему приходят письма с неприятным и оскорбляющим содержанием, если кто-то ведёт по отношению к нему неподобающим образом, чтобы он сообщал об этом вам, родителям, немедленно.

10. Воспользуйтесь позитивными возможностями компьютера – может быть, ребенок начнет овладевать дизайном, займется компьютерной графикой или анимацией...

11. А главное, что необходимо для искоренения компьютерной зависимости, – близкие и честные отношения между всеми членами семьи. Станьте ребенку другом и помощником: пусть он знает, что всегда может на вас положиться и доверить вам свои проблемы.

Если вы считаете, что существует угроза для безопасности ребенка, то должны обратиться в правоохранительные органы или на линию помощи «Дети онлайн» по телефону: 8-800-25-000-15 (по России звонок бесплатный) или по e-mail: helpline@online.org. Специалисты подскажут, как лучше поступить.

Будьте внимательны к вашим детям!!!