

Ребенок и компьютерные игры

Нормы времени

допустимые для игры на компьютере для детей разного возраста

ДО 5 ЛЕТ	5 ЛЕТ	6 ЛЕТ	7-12 ЛЕТ	13-16 ЛЕТ
Компьютер под запретом	15-20 минут в день	25-30 минут в день	1 час в день	2 часа в день с перерывом на 10-15 минут



Установить ✓

- Правило одного часа
- «Разгрузочный день»
- Режим «сначала уроки — потом игра» или «в будни уроки — по выходным игра»

Исключить ✗

- Сетевые и многоуровневые игры
- Игры со сценами жестокости, насилия, с признаками агрессии
- Игры на темы смерти

Предложить !

- Обучающие и развивающие игры: Квест-комнаты, стратегические игры, игры по принципу «настольные», игры по принципу «вопрос-ответ», онлайн ребусы, игры на логику и образное восприятие.

ФАКТ: После запрета на использование гаджетов в школе успеваемость учеников повышается на 6%.

Компьютерные игры

Минусы

- ухудшение зрения
- искривление позвоночника
- нарушение режима дня
- снижение качества учебы
- ухудшение навыков общения и устной речи
- агрессивность
- конфликтность
- раздражительность



Плюсы

- тренировка внимания, памяти
- повышение скорости реакции
- улучшение глазомера и мелкой моторики
- развитие воображения
- развитие интуиции
- развитие внимательности
- развитие логического мышления
- способность прогнозировать ситуацию и принимать решения

