



Мирошниченко Т.А. Система работы по внедрению здоровьесберегающих технологий в образовании. Волгоград, 2007.

Назавкина Л.С., Татарникова Л.Г. Валеологические основы педагогической деятельности. СПб., 2005.

Селевко Г.К. Технологии развивающего обучения. М., 2005.

Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образо-

вательные технологии в работе учителя и школы. М., 2003.

Соловьев Г.М., Соловьева Н.И. Здоровьесберегающая система образования и обеспечение здоровья и формирования культуры здорового образа жизни учащихся. М., 2007.

Чупаха И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательном воспитательном процессе. Ставрополь, 2006.

Родительское собрание на тему «Реальная виртуальность»

Г.Л. СОЛОМАТИНА,

школа № 2, г. Каменка, Каменский район, Пензенская область

Темы для обсуждения на собрании.

Опасности увлечения компьютером.

Значение компьютера в развитии интеллекта.

Использование компьютера в домашних условиях для подготовки к урокам.

Подготовительная работа.

Опрос учащихся и родителей по теме.

Подготовка выставки учебных пособий, энциклопедий и программ на компакт-дисках.

Подготовка памятки для родителей по использованию компьютера в домашних условиях.

Установка программного обеспечения для работы с Большой энциклопедией Кирилла и Мефодия.

Публикация на школьном сайте ссылок, полезных для младших школьников.

Ход собрания.

— Добрый день, уважаемые родители. Сегодня мы собрались для того, чтобы поговорить о роли компьютера в жизни ваших детей. Эта тема давно волнует вас, потому что с компьютером связано множество проблем. Судя по ответам на вопросы анкеты, которую вы заполняли до собрания, часть родителей не возражает против компьютерных занятий или игр, но материально не особенно поддерживает эти увлечения. Другая часть легко финансирует обновление домашнего компьютера, поку-

пает диски, программы, может дать дельный совет в этой области. Есть родители, полностью отвергающие такую форму времяпрепровождения для своего ребенка, как сидение за компьютером, есть и приветствующие ее, но испытывающие постоянное внутреннее сопротивление, так как долгое сидение за компьютером вредит здоровью ребенка, он мало общается со сверстниками. Что вы можете сказать о роли компьютера в жизни вашего ребенка?

Учитель слушает и комментирует ответы родителей.

— Цель нашего собрания — помочь найти оптимальный способ взаимодействия родителей и детей при использовании домашнего компьютера, убедиться в необходимости соблюдения требований и правил организации игровой и поисковой деятельности ребенка на компьютере, направленных на то, чтобы не навредить его физическому и психологическому здоровью.

— Каким образом влияет компьютер на организм ребенка?

Учитель слушает ответы родителей и комментирует их.

— При работе с компьютером усиливается нагрузка на зрение. Ребенок вынужден улавливать мельчайшие предметы, следить за их передвижением, реагировать на неожиданно появляющиеся предметы.



нам

80

В результате нагрузка на зрение становится колоссальной.

При частой работе с компьютером несформированный глазной аппарат ребенка не справляется с такой нагрузкой и зрение начинает падать. Исследования медиков показали, что снижение зрения наблюдается у 80 % детей, пользующихся компьютером, и лишь у 15 % детей, не играющих на компьютере.

Необходимость длительное время сохранять одну и ту же позу создает большую нагрузку на одни и те же мышцы. В результате происходит деформация еще неокрепших костей и появляется искривление позвоночника.

У детей, находящихся у компьютера длительное время, появляется лишний вес. Игра захватывает ребенка целиком, в результате очень много времени ребенок находится в неподвижном состоянии и у него формируется малоподвижный образ жизни и как следствие лишний вес. А это в свою очередь увеличивает нагрузку на сердце и печень.

С точки зрения психологии компьютер мешает полноценному общению со сверстниками, а некоторым полностью заменяет его. Подавляющее большинство компьютерных игр развивает только скорость реакции ребенка, но не воображение, мышление. Содержание игр часто провоцирует проявление детской агрессивности, жестокости, повышает состояние нервозности и страха при стремлении во что бы то ни стало добиться победы.

Мы поговорили о негативном влиянии компьютера, но есть ли у работы с ним положительный аспект? Компьютер — это добро или зло?

Родители высказывают свою точку зрения.

— Если игровую деятельность с компьютером организовать правильно, то нежелательной нагрузки, например, на зрение можно избежать. Для этого нужно соблюдать следующие правила:

- работать за компьютером не более 45 мин¹ в день;
- играть на компьютере в первой половине дня;
- делать перерыв через каждые 15 мин;
- комната, в которой работает компьютер, должна быть хорошо освещена;
- расстояние от глаз ученика до монитора должно быть 60 см;
- после игры нужно сделать зарядку для глаз.

Нарушение осанки и появление лишнего веса также можно избежать. Ведь при рисовании, лепке, чтении нагрузка на позвоночник не меньше, чем при игре на компьютере. Значит, в этом случае нужно учитывать, что мебель (стол, стул) по размерам должна соответствовать росту ребенка.

Если соблюдать эти требования и правила, то компьютер не нанесет ученику вреда, а польза его очевидна.

Немного отвлечемся от серьезного разговора и устроим небольшую паузу. Отгадайте загадки, которые вы можете загадать и детям.

Маленькая, удаленькая по коврику бежит, стрелочка дрожит. (Мышка.)

Две сестрички-невелички возле домика живут, громким голосом поют. (Колонки.)

Гляжу в тебя, как в зеркало, до головокружения, а вижу только букв движение. (Монитор.)

Без рук, без ног, из домика берет и в руки подает. (Принтер.)

С миром соединяет, в Интернет приглашает. (Модем.)

Маленький блинчик блестит, сверкает, в себе начинку скрывает. (Лазерный диск.)

— Как вы считаете: создает ли компьютер ребенку проблемы в общении? Уверена, что найдутся люди, которые ответят отрицательно. Далеко не у всех детей увлечение компьютером ограничивает круг общения со сверстниками. Некоторым застенчивым и не слишком коммуникабельным он помогает найти друзей со сходными интересами. Если

¹ Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», п. 10.19. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. СанПиН 2.2.2./2.4.1340-03», п. 2.4.



ребенок застенчив, но компетентен в компьютерной области, это поможет ему чувствовать себя уверенно в компании сверстников.

Поговорим о компьютерных играх. Они бывают разные. Специалисты выделяют следующие виды:

- игры типа «Убей их всех», в которых главный герой должен победить врагов;
- игры-приключения, где герой проходит по страницам повестей и рассказов;
- стратегические игры, в которых приходится принимать решения по изменению стратегии в ходе игры;
- развивающие игры, которые способствуют познавательному развитию;
- обучающие игры, способствующие формированию навыков чтения, элементарных математических представлений;
- диагностические (применяются специалистами);
- графические игры, связанные с рисованием, конструированием.

Важно правильно выбрать игру для вашего ребенка в соответствии с принципом «Не навреди!». Ведь компьютерная игра удовлетворяет его естественную потребность в игре. Он учится следовать определенным правилам, планировать свои действия, добиваться улучшения своих результатов.

Какие игры предпочитаете вы и ваши дети?

Учитель слушает ответы родителей.

— Компьютер приносит вред тогда, когда родители формально относятся к подбору игр для ребенка или не знают, как его осуществить, не создают условий для организации безопасной игровой деятельности (не следят за осанкой, не контролируют время игры и т.д.).

Специалистами разработаны требования, предъявляемые к компьютерной игре для младших школьников:

- в игре не должно быть текстовой информации;
- размер символов должен быть больше, чем традиционный;
- изображение на экране должно быть крупным, без мелких, отвлекающих деталей;
- темп движений на экране не должен быть быстрым;

- нежелательно применение системы оценок в баллах;
- программа должна иметь логическое завершение (построен дом, нарисован рисунок).

С помощью компьютера можно заняться творчеством. Для этого существуют разные программы, например *Paint*. Она входит в стандартный набор приложений. В ней можно рисовать, раскрашивать, корректировать картинки, создавать коллажи.

Учитель рисует цветок на компьютере.

— Существуют диски с играми, не углубляющими психологическое состояние ребенка.

Учитель показывает диски с развивающими играми для младших школьников.

— Создано множество электронных познавательных программ, например энциклопедии. Одной из самых доступных энциклопедий является электронная Большая энциклопедия Кирилла и Мефодия, которая может стать для вас и детей интересным источником информации, отличным и безопасным средством поиска дополнительной информации к урокам. Сейчас вы убедитесь в этом.

Учитель показывает возможные приемы работы с энциклопедией.

— Немаловажную роль в жизни каждой семьи играет и другой способ общения с компьютером — нахождение во Всемирной компьютерной сети. Интернет предоставляет невероятные возможности для совершения открытий, общения и творчества. Тем не менее с использованием Интернета связаны риски — в нем можно найти материалы, не подходящие для детей.

Представьте себе, что ваш ребенок попал на запрещенный для детей сайт. Как правильно поступить?

Учитель проводит беседу, в ходе которой родители ищут ответ на вопрос.

— Использование Интернета является безопасным, если выполняются основные правила. Наиболее важным из них является обеспечение безопасности личной информации на собственном компьютере, что связано с регулярным обновлением программного обеспечения и защитой от вирусов. Любой антивирус, если он установлен на компьютере, заблокирует и сайты, содержа-



щие вирусы, и сайты, информация которых может обидеть, запугать или даже оскорбить. Позаботьтесь о такой защите ваших детей.

Другой надежной защитой является руководство собственным здравым смыслом.

Если вы сами увлекаетесь Интернетом и знакомы со всеми его аспектами, то это поможет вам при обсуждении особенностей его использования с детьми. Кроме того, вам будет проще выяснить, как ваш ребенок использует Интернет, и непрерывно вести с ним соответствующий диалог.

У ребенка могут быть превосходные навыки использования Интернета, но жизненный опыт взрослых может оказаться бесценным при объяснении принципов поведения в виртуальном мире.

Какие правила мы можем выработать для безопасного нахождения ребенка в Интернете?

В ходе коллективного обсуждения могут быть сформулированы следующие правила.

1. Установите компьютер в общей для всей семьи комнате. В этом случае разговор об Интернете и наблюдение за его использованием станет естественным в повседневной жизни. Кроме того, Интернетом можно пользоваться вместе.

2. Проявляйте интерес к действиям ребенка и его друзей как в Интернете, так и в реальной жизни. Расскажите ему о прекрасных и увлекательных вещах, которые возможны в Интернете, а также о трудностях, с которыми можно столкнуться. Обсудите с ребенком действия, которые необходимо предпринять, если чувствуется неловкость в какой-либо ситуации в Интернете.

3. Узнайте больше об использовании компьютера. Если вы сами являетесь пользователем Интернета, то вам будет проще определить правильную тактику для детей и помочь им найти в Интернете полезный материал.

4. Используйте Интернет вместе. Найдите сайты, которые подходят для детей, или узнайте о способах поиска полезной информации: запланируйте совместную ту-

ристическую поездку, просмотрите образовательные сайты для помощи в выполнении школьных заданий или найдите информацию об увлечениях детей. Просматривая вместе веб-сайты в Интернете, можно помочь ребенку оценить значимость найденной информации. Добавьте любимые сайты в папку «Избранное», чтобы просмотренные ранее веб-сайты можно было открыть одним щелчком мыши.

5. Договаривайтесь с ребенком о способе и времени использования Интернета. Полезно согласовать с ним время, которое он проводит за компьютером, а также список веб-сайтов, которые он может посещать. Это необходимо обсудить с детьми и прийти к решению, которое устроит всех.

6. Не сообщайте ребенку контактную информацию и другие реквизиты вашего домашнего компьютера. Если нужно установить контакт по сети *Skype* или *ICQ*, то сделайте это сами. Будьте осторожны с вашим семейным фотоархивом.

— Чтобы облегчить вам и вашим детям поиск невредных сайтов, на школьном сайте опубликованы ссылки на познавательные и развлекательные порталы Интернета.

Учитель показывает презентацию школьного сайта и детских порталов.

— При наличии соответствующих программ и вашего личного примера компьютер окажет положительное влияние на способность младшего школьника постигать и любить окружающий мир, научит его быть усидчивым, пытливым, любознательным.

Учитель раздает родителям памятки по использованию компьютеров детьми и желает удачи в виртуальном мире познания и общения.

ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ

- <http://i001.radikal.ru>.
- <http://img.sunhome.ru>.
- <http://img-fotki.yandex.ru>.
- <http://kamenkaschool2.ucoz.ru>.
- <http://lisyonok.ucoz.ru>.
- <http://school47.ucoz.com>.
- <http://shperk.ru>.
- www.themegallery.com.