

Тематическое родительское собрание-практикум

«Компьютер – не забава»

Цель:

- расширить информационное поле родителей о пользе и вреде занятий детей за компьютером;
- познакомить с комплексом упражнений для рук и плечевого пояса, глаз, туловища и ног, правилами работы за компьютером.

Ход собрания

I этап. Выступление ведущего:

Уважаемые родители!

Сегодня мы собрались обсудить тему: «Компьютер – не забава». Отличительной чертой времени, в котором мы живем, является стремительное проникновение информационных технологий во все сферы жизни; в школах везде есть компьютерные классы, при приеме на работу требуется знание ПК.

Нет сомнения, что современные дети способны с завидной легкостью овладеть навыками работы с различными электронными компьютерными новинками. Но главное, чтобы наши дети не попали в зависимость от «компьютерного друга», а ценили живое, эмоциональное человеческое общение и стремились к нему.

Цель нашей встречи – познакомиться с правилами работы за ПК, гимнастическим комплексом, положительным и отрицательным влиянием ПК на ребенка.

II этап. Обсуждение проблемы:

1) Вопрос к родителям:

Чем является компьютер для ребенка? В чем особенность компьютера и чем он отличается от любой другой игрушки?

Ответы родителей.

Вывод:

- Компьютер является интерактивным средством;
- Компьютер - это универсальная игрушка, меняющая назначение при смене программы;
- Компьютер – дополнительное педагогическое средство развития ребенка;
- Компьютер – многовариативный дидактический материал.

Но у ПК есть как сторонники, так и противники применения.

2) Работа в микрогруппах:

Инструкция: Выявите все «плюсы» и «минусы» влияния компьютера на ребенка.

Варианты групп заслушиваются и дополняются.

«Подсказка»

«+»	«-»
<ul style="list-style-type: none"> - вызывает положительный интерес к технике; - развивает творческие способности; - полностью захватывает сознание ребенка; - устраняет страх перед техникой; - формирует психологическую грамотность к овладению ПК; - развивает воображение, моделируя будущее; - воспитывает внимательность, сосредоточенность; - помогает овладеть в быстром темпе чтением, письмом и т. д.; - тренирует память, внимание; - развивает быстроту действий и реакции; - воспитывает целеустремленность. 	<ul style="list-style-type: none"> - отрицательное влияние на физическое развитие; - повышает состояние нервозности и страха при стремлении во что бы то ни стало добиться победы; - содержание игр провоцирует проявление детской агрессии, жестокости; - обязывает ребенка действовать в темпе, задаваемом программой; - способствует развитию гиподинамии; - снижает интеллектуальную активность; ухудшает зрение.

Вывод: Несомненно, компьютер способен стать эффективным средством развития ребенка, но при этом очень важно, что находится внутри вашего компьютера, т. е. в какие компьютерные игры играют ваши дети.

Мини – информация:

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.

III этап. Самоанализ:

Анкетирование родителей по теме (Анкета). Выслушивается мнение родителей, высказывания, их желания.

1. Кто больше «общается» с компьютером Вы или ребенок?
2. В каких целях чаще всего используется компьютер дома Вами и ребенком?
3. Сколько времени (в среднем в день) Ваш ребенок проводит за компьютером? Регулируете ли Вы время?
4. Как Вы относитесь к увлечению компьютерными играми?
5. Подключен ли Ваш домашний компьютер к Интернету? С какой целью?
6. Посещает ли Ваш ребенок компьютерный клуб?

7. Вызывает ли у Вас это тревогу?
8. Считаете ли вы целесообразным использование компьютерных технологий в учебном процессе и при подготовке домашних заданий?

Вывод: по результатам анкеты можно увидеть есть ли у Вашего ребенка зависимость от компьютера.

Критерии зависимости (Факторы зависимости):

1. сильное влечение к ПК (непреодолимое)
2. нарушается способность контролирования (начинает и не может остановиться)
3. смена физиологического состояния (если мало времени сидит за ПК, то ощущает дискомфорт и подавленное настроение)
4. желание увеличивать время
5. отказ от других альтернатив в пользу ПК
6. невозможность прекратить занятия

Наличие уже трех признаков свидетельствует о формировании зависимости.

IV этап. *Правила, которые рекомендуют соблюдать при организации деятельности за ПК (Памятка для родителей):*

1. Ребенок может работать за компьютером не более 15 минут (дошкольник), младший школьник – 10 минут, старший – 1,5 – 2 часа.
2. Лучше играть в компьютерные игры в первой половине дня
3. В течение недели ребенок может работать с компьютером не более трех раз
4. Комната, в которой он работает за компьютером, должна быть хорошо освещена.
5. Мебель (стол и стул) по размерам должны соответствовать росту ребенка
6. Расстояние от глаз ребенка до монитора не должно превышать 60 см
7. В процессе игры ребенка на компьютере необходимо следить за соблюдением правильной осанки ребенком
8. После игры с компьютером нужно обязательно сделать зарядку для глаз
9. Игровую деятельность с компьютером нужно сменить физическими упражнениями и играми.

V этап. *Гимнастика за компьютером.*

Комплекс упражнений для рук и плечевого пояса

1. Поднять плечи. Опустить плечи. Повторить 6-8 раз. Расслабить плечи.
2. Руки согнуты перед грудью. На счет 1-2 – пружинящие рывки назад согнутыми руками, на счет 3-4 – то же, но прямыми. Повторить 4-6 раз. Расслабить плечи.
3. Ноги врозь. На счет 1-4 – последовательные круговые движения руками назад; 5-8 – вперед. Руки не напрягать, туловище не поворачивать. Повторить 4-6 раз. Расслабиться.
4. Руки вперед. На счет 1-2 – ладони вниз, 3-4 – ладони вверх. Повторить 4-6 раз. Расслабиться.

5. На счет 1 махом развести руки в стороны, слегка прогнуться. На счет 2, расслабляя мышцы плеч, уронить руки и поднять их скрестно перед грудью. Повторить 6-8 раз.

Комплекс упражнений для туловища и ног

1. На счет 1-2 – шаг влево, руки к плечам, прогнуться. На счет 3-4 – то же, но в другую сторону. Повторить 6-8 раз.
2. Ноги врозь, руки за голову. На счет 1 – резкий поворот налево, на счет 2 – направо. Повторить 6-8 раз.
3. Ноги врозь, руки на поясе. На счет 1-2 – наклон туловища налево, 3-4 – направо. Повторить 6-8 раз.
4. Ноги врозь, руки на поясе. На счет 1-2 – прогнуться назад, 3-4 наклониться вперед. Повторить 4-6 раз.
5. Ноги врозь, руки в стороны. На счет 1-2 – резкий поворот направо, 3-4 налево. Повторить 4-6 раз.

VI этап. *Мифы о компьютере. Работа в микрогруппах (высказываются мнения и опровержение).*

МИФ 1. Компьютер очень вреден для физиологического здоровья человека (зрение, электромагнитное излучение, шум).

МИФ 2. Компьютер бесполезен для школьника, только отвлекает от учебы. Пока ребенок учится в школе не надо его покупать.

МИФ 3. Компьютерные игры делают из детей психически неуравновешенных людей.

МИФ 4. Чтение книг гораздо полезнее компьютерных игр.

МИФ 5. Программисты становятся людьми «не от мира сего».

МИФ 6. Дети настолько увлекаются компьютером, что теряют ощущение реальности.

МИФ 7. «Интернет – сплошное зло». Помимо различных сайтов сомнительного содержания, он еще и вызывает зависимость, подобную наркотической.

Рефлексия:

- Что нового вы узнали на собрании?
- Какие вопросы в рамках этой темы вы хотели бы обсудить дополнительно?

Спасибо за работу.