Автор: admin
07.06.2014 16:33 -

Как влияют компьютеры на здоровье детей?

С каждым годом компьютерные технологии развиваются всё активнее и активнее. Появляются новые модели персональных компьютеров, реалистичнее становятся и компьютерные игры. Несомненно, всё это очень хорошо и даже очень нужно, ведь наука не стоит на месте, а постоянно прогрессирует.

Но есть в этом и свои минусы. Сейчас редко можно увидеть на улице гуляющих детей, а если и увидишь, то наверняка не по их собственной воле отправили туда родители. Объясняется это тем, что у многих детей сейчас есть компьютер, и всё своё свободное время уделяется только ему. И это не удивительно! Ведь в компьютерных играх можно убить ненавистного инопланетянина или, к примеру, переехать на машине старушку.

Порой родители панически боятся того, что от компьютеров их дети могут ослепнуть. Но это убеждение ошибочно. Учёные уже давно доказали, что для того чтобы полностью ослепнуть от компьютера, нужно просидеть перед ним безотрывно около… 650 лет! Теперь подумайте сами: даже если человек всю свою жизнь просидит перед компьютером, то он нанесет мало заметный урон своему зрению.

А опасаться родителям нужно другого. Множество детей имеют сейчас болезни сердечно-сосудистой системы. И многие из этих детей ухудшают свое состояние, просиживая в напряженной позе за компьютером и переживая по поводу своих успехов в игре. Компьютер отрицательно влияет и на другие системы организма человека. Например, на нервную систему. Давайте обратим внимание на те компьютерные игры, которые сейчас заполнили все рынки. Во-первых, даже в играх для детей младшего возраста нужно что-нибудь украсть, кого-нибудь убить… Что же тут говорить об играх с пометкой 16+? Во-вторых, игры с этой самой пометкой (16+) свободно продаются первоклассникам. Продавцам всё равно, кому и что продавать, им главное сделать прибыль. А ведь все эти игры наполнены сценами насилия, в них полно ненормативной лексики. После того, как ребёнок поиграет в подобную игру, он начинает подражать главному герою игры, который, например, должен поймать кошку и насадить её на дробовик в качестве глушителя. В каком возрасте этим детям потребуется помощь психиатра?..

Самое интересное, что помочь детям могут только их родители. Нужно самим покупать детям компьютерные игрушки, в которых главной задачей является собирание

цветочков и ягодок, решение головоломок, а не убийство иноземного существа, которое делает из людей зомби. Также постарайтесь ограничить детей от слишком долгого нахождения за компьютером. До 5 лет такая работа вообще не желательна, после - 7-15 минут в день. Старайтесь приучить детей к книгам. Хотя это будет очень сложно. Как написано в книге «Гарри Поттер», она смогла оторвать от экрана мониторов миллионы детей. Что-то сомнительно. Сейчас есть целая серия компьютерных игр на тематику «Гарри Поттер». А мнение детей такое: «Зачем читать, когда можно и попробовать себя в роли легендарного волшебника?»

Автор - **Денис Саликов**
Источник