

## Батьківські збори на тему "Безпека життєдіяльності дитини".

### Порядок денний:

1. **Безпека на вулиці.**
2. **Безпека при користуванні електро та газовими приладами.**
3. **Поводження з вибухонебезпечними предметами.**
4. **Безпека на відпочинку.**
5. **Поведінка з незнайомими людьми.**
6. **Попередження вживання наркотичних речовин, алкогольних напоїв та тютюнопаління.**
7. **Користь та шкода від Інтернету.**

### «Ознаки комп'ютерної залежності у дитини?»

1. Кожен день грає на комп'ютері.
2. Після початку гри втрачає відчуття часу.
3. Не бажає залишати гру незакінченою.
4. Їсть без відриву від монітору.
5. Не визнає, що дуже багато часу проводить за грою на комп'ютері.
6. Ви докоряєте дитині за те, що вона багато часу проводить за грою на комп'ютері.
7. Не закінчує гру, якщо досягає будь-якого рівня складності, іде далі.
8. Порівнює результати з старими і пишається цим, повідомляє про це всім, кому тільки можливо.
9. Грає замість виконання домашніх завдань.
10. Як тільки дорослі залишають домівок, дитина біжить до комп'ютера і починає грати. Якщо Ви позитивно відповіли на 5 питань із 10, то можете бути впевнені в тому, що Ваша дитина попала в залежність від комп'ютерних ігор.

- **Пам'ятка для батьків**

Привчайте дитину правильно відноситися до комп'ютера як до технічного пристрою, за допомогою якого можливо отримати знання і навички, а не до засобу отримання емоцій.

- Не дозволяйте дитині у віці 3-5 років грати у комп'ютерні ігри.
- Розробляйте з дитиною правила роботи за комп'ютером: 20 хвилин комп'ютерної гри, 30 хвилин заняття іншими видами діяльності.
- Не дозволяйте дитині їсти і пити біля комп'ютера.
- Не дозволяйте дитині грати в комп'ютерні ігри перед сном.  
Домовляйтесь з дитиною, виконувати ці правила. Обговорюйте з дитиною, що Ви застосуєте, якщо дитина порушить домовленість.
- Помічайте, коли дитина притримується Ваших вимог, обов'язково скажіть їй про свої почуття радості та задоволення. Таким чином, закріплюється бажана поведінка.
- Не використовуйте комп'ютер як засіб для заохочення дитини. Під час хвороби і вимушеного перебування вдома, комп'ютер не повинен стати компенсацією.

- Допомагайте дитині долати негативні емоції, які завжди присутні в житті кожної людини (розчарування, сум, образу, агресію тощо), і які можуть підштовхнути дитину отримати полегшення за комп'ютерною грою. Якщо ви помітили ознаки залежної комп'ютерної поведінки у дитини зверніться до наступних рекомендацій:
- Спостерігайте за поведінкою дитини під час її спілкування з друзями, якщо вони ще залишилися. Не залишайте без уваги телефонні розмови дитини, диски з іграми, які приносить вона від знайомих.
- Звертайте увагу на ігри, в які грає Ваша дитина, тому що деякі з них можуть стати причиною її безсоння, роздратованості, агресії, специфічних страхів.
- Обмежуйте час роботи за комп'ютером. Різко забороняти працювати на комп'ютері не можна. Якщо дитина схильна до комп'ютерної залежності, вона може проводити за ним дві години в будні дні і три у вихідні. Обов'язково з перервами.
- Запропонуйте інші можливості проведення часу. Спробуйте скласти список справ, якими можливо зайнятися у вільний час. Бажано, щоб у списку були сумісні заходи (походи в кіно, на природу, настільні ігри тощо).
- Не дозволяйте дитині розважатися в комп'ютерному клубі вночі.
- Навчайте дитину критично відноситися до комп'ютерних ігор, показуючи, що це мала частина доступних розваг, що життя різноманітне, а гра не замінить спілкування.
- У випадку, якщо ви не можете самостійно вирішити цю проблему, звертайтеся до психолога і в спеціалізовані психологічні центри. Комп'ютерний світ схожий з світом, в якому ми живемо. Він може бути різноманітним: і добрим, і жорстоким. Дитині і підлітку рости в тому світі, який ми маємо – з тим комп'ютерним бумом, за яким ми спостерігаємо. Обмежити дитину від комп'ютера означає викликати у неї неадекватну реакцію, коли вона все ж таки зустрінеться з цим проявленням сучасного світу. Інша справа, що потрібно давати собі раду: якщо батько надає перевагу спілкуванню з дружиною сидінню перед дисплеєм комп'ютера, якщо матері легше поринути у переживання «мильної опери», ніж поговорити з донькою або сином, то очікувати від дитини іншої реакції на комп'ютер або телевізор наївно. Біда не в тому, що в нашому житті є електронні засоби інформації і комунікації. Біда в тому, що самим дорослим зручно замінити ними спілкування з дитиною.
- Рецепт від будь-якої деструктивної залежності, будь-то комп'ютер, телевізор, алкоголь або наркотики, – повноцінне і гармонічне спілкування всіх членів сім'ї, а точніше, їх взаємна любов.