

## ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### **Организация взаимодействия общеобразовательных и медицинских организаций в целях организации прохождения старшекласниками медицинских осмотров (обследований), которые являются обязательными при приеме на обучение по некоторым специальностям и направлениям подготовки**

В соответствии с письмом Департамента государственной политики в сфере общего образования от 19.12.2017 № 08-2692 Министерство образования и науки Республики Дагестан направляет для использования в работе рекомендации, разработанные Минобрнауки России совместно с Минздравом России, по организации взаимодействия общеобразовательных и медицинских организаций в целях организации прохождения старшекласниками медицинских осмотров (обследований), которые являются обязательными при приеме на обучение по некоторым специальностям и направлениям подготовки, в том числе путем проведения таких осмотров (обследований) в медицинских организациях в специально отведенное для этого время.

- Письмо от 19.12.2017 №08-2692 от Департамента государственной политики в сфере общего образования Минобрнауки России

**С 1 января 2018 года начнет действовать новый порядок проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних,** приказ Минздрава России от 10.08.2017 года №514н "О порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних"

## **ПРАВДА О ВЛИЯНИИ КОМПЬЮТЕРА НА ПСИХИКУ И ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА**

К сожалению, современные дети значительную часть свободного времени проводят перед монитором. Наши дети рождаются и растут в то время, когда компьютер в доме — такая же естественная вещь, как кухонная плита. Родители порой даже умиляются, глядя, как ловко 3-4-летний малыш нажимает клавиши. Многие радуются, что их подросток до 10-13-летнего возраста чадо не болтается по улицам, а тихонько сидит дома за компьютером. Плохо то, что взрослые порой не знают, какую информацию черпает из компьютера (вернее, из Интернета) их ребенок. Не знают они и то, что компьютер со временем начинает заменять и книги, и спорт, и общение, и родителей, особенно если последние много работают.

## **КОМПЬЮТЕР И ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА**

### ***Как появляется компьютерная зависимость***

Однажды встревоженные родители обнаруживают, что понятия ребенок и компьютер в их семье стали нераздельными. Ребенок с головой ушел в компьютер.

Что он там делает? Общается с друзьями, играет в игры, конструирует сайты, смотрит мультфильмы, создаёт видеоклипы... Да мало ли интересных занятий в компьютере, который подключен к Всемирной Паутине! Только вот педагоги утверждают, что у детей падает уровень текстового мышления – дети попросту не могут адекватно пересказывать прочитанный или услышанный текст. Ругают компьютер и врачи. Оказывается, именно он повинен в том, что у детей портится осанка, снижается острота зрения.

Привлек внимание исследователей и ещё один любопытный факт. В ходе соцопроса детям задавали разные вопросы, и только один из них был связан с компьютером. В ответах детей слово «компьютер» фигурировало намного чаще – встречалось оно в половине полученных ответов. Так, на вопрос о том, чему ребенка научили родители, дети часто отвечали: ходить, говорить, пользоваться компьютером. На вопрос о том, должны ли родители наказывать детей, они отвечали, что телесных наказаний быть не должно, но можно лишить ребенка на какое-то время того, что ему нравится: денег, компьютера, телевизора. И наконец, на вопрос о компьютерных правах детей, которые они желали бы ввести, дети отвечали, что им хотелось бы проводить перед монитором не менее 2 часов в день, и чтобы родители не контролировали ребенка, когда он занимается компьютером.

## **ВЛИЯНИЕ НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА**

Есть специальные компьютерные игры, которые предназначены для самых маленьких. Дошколята могут раскрашивать картинки, заниматься с обучающими программами (математика, иностранные языки). Есть даже программы для детей до года, например «Вундеркинд с пеленок», основанная на методике Глена Домана. Развивающие игры не вредны малышам, но они зачастую имитируют то, что можно сделать на бумаге. Как вы думаете, что лучше развивает мелкую моторику вашего малыша – пользование компьютерной мышью или рисование карандашом? Конечно, карандаш. Ребенок 7-8 лет сознательно просит родителей приобрести для него компьютер. Психологи отмечают, что в этом возрасте работа с компьютером развивает у детей логическое и абстрактное мышление, помогает в получении некоторых навыков, необходимых для дальнейшей жизни (например, принимать самостоятельные решения, быстро переключаться с одной работы на другую). Но родителям следует контролировать компьютерные занятия ребенка и следить за тем, чтобы грязная и нехорошая информация из Интернета не оказала на сына или дочь негативного влияния.



## **ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА И КОМПЬЮТЕР**

Самый большой вред компьютера не во вредном излучении (слава Богу, современные модели подобной опасности не представляют), а в том, в чем и его преимущество – в увлекательности процесса. Вред для физического здоровья ребенка компьютер представляет тогда, когда ребенок (это, кстати, касается не только детей, но и многих взрослых) не соблюдает элементарные правила работы за компьютером. Если сидеть за столом правильно, делать перерывы в работе

(каждые 30-40 минут), не отказываться от других привычных занятий в пользу компьютерных игр, то ребенок не получит искривление позвоночника, не испортит зрение, не впадет в психологическую зависимость.



## СКОЛЬКО ВРЕМЕНИ МОЖНО ПРОВОДИТЬ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ?

Для предотвращения негативного влияния компьютера на здоровье ребенка, родителям следует строго ограничить время, которое ребенок может проводить за компьютером. Так, малышам до 6 лет можно заниматься не более 20 минут в день, и то желательно с 1-2 перерывами. Школьникам (7-8 лет) можно увеличить время до 30-40 минут в день, а ребятам с 9-11 лет можно проводить за компьютером не более полутора часа в день (естественно, с перерывами). Как правильно обустроить место за компьютером. Помните, что рабочее место должно быть хорошо освещено, но при этом на монитор не должны попадать блики от лампы или прямой солнечный свет. Стол обязательно должен подходить ребенку по росту. Ноги не должны висеть или быть поджатыми под себя. Под ноги поставьте подставочку и следите за тем, чтобы ребенок держал спину ровно, а голову прямо. Экран должен быть расположен на расстоянии 70 см от глаз вашего чада.

## НУЖНО ЛИ ОТРЫВАТЬ РЕБЕНКА ОТ КОМПЬЮТЕРА?

Если с ребенком случается истерика, когда его отрывают от компьютерных игр, возможно, политика взрослых относительно умной машины изначально неправильна. Бывает так, что родители то сильно беспокоятся о здоровье ребенка, запрещая ему долго играть, то словно забывают об этом, позволяя сидеть за компьютером часами. Когда в семье нет единого мнения взрослых по поводу компьютера, ребенок поступает так, как считает нужным. Если вы видите, что ребенок чрезмерно увлекся компьютерными играми, постарайтесь переключить его внимание на другое увлечение (спорт, подвижное хобби). Если ребенок предпочитает получать информацию из интернета, честно поговорите с ним о качестве той информации, которую он изучает. Компьютер не принесет вреда ребенку при разумном подходе. Если у школьника будет персональный компьютер, он потихоньку научится пользоваться им, поймет, как работает эта техника. Возможно, ребенок сможет создать и свои творческие проекты, а такие навыки, возможно, пригодятся ему в будущем или даже станут частью профессии.

Источник

## ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ О ДОРОЖНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ.

Дети в силу своих возрастных особенностей не всегда способны правильно оценить дорожную ситуацию и распознать опасность. Сделайте все необходимое, чтобы в Вашу семью не пришла опасность. Своевременное обучение детей умению ориентироваться в дорожной ситуации воспитывайте потребность быть дисциплинированными на улице, осторожными и осмотрительными!

Помните, если Вы нарушаете Правила, Ваш ребенок будет поступать так же! Научите своих детей правилам безопасного перехода проезжей части дороги! Вместе обсуждайте наиболее безопасные пути движения, ежедневно напоминайте ребенку: ПЕРЕЖДЕ ЧЕМ ПЕРЕЙТИ ДОРОГУ – УБЕДИСЬ В БЕЗОПАСНОСТИ! Объясните ребенку, что остановить машину сразу – невозможно! Учите предвидеть скрытую опасность!



Вместе обсуждайте наиболее безопасные пути движения! Важно, чтобы ребенок запомнил, что опасной может быть даже знакомая привычная дорога.

Посвятите отдельную прогулку правилам перехода через дорогу, проверьте, правильно ли Ваш ребенок их понимает, умеет использовать эти знания в реальных дорожных ситуациях. Для этого потренируйтесь вместе переходить по пешеходному переходу через проезжую часть с односторонним движением, через регулируемый и не регулируемый перекрестки.

Пройдите вместе с ребенком по привычному маршруту в школу и обратно. Поговорите о том, почему очень важно ходить одной и той же дорогой. Обратите внимание ребенка на все опасности и скрытые «ловушки», которые могут подстеречь его на пути, продумайте маршрут так, чтобы он стал более безопасным.

Следите за тем, чтобы у ребенка всегда был запас времени, но если ребенок все же куда-то опаздывает, объясните ему, что спешка на дороге не допустима, и лучше опоздать, но остаться живым и здоровым.

Прежде чем воплотить мечту ребенка в реальность и приобрести велосипед, родителям следует обратить внимание на район проживания и убедиться в наличии безопасных мест – велосипедных дорожек, стадиона, парка или школьного двора.

Допуская непоседливость детей, стоит учесть, что в любой момент он может выехать из своего двора и направиться к другу или однокласснику в соседний двор. Оказавшись на проезжей части в потоке автотранспорта, ребенок может

растеряться, начать паниковать и действовать неадекватно. Не следует забывать, что велосипед – транспортное средство, одно из самых неустойчивых и незащищенных, и даже незначительные столкновения могут повлечь за собой очень серьезные последствия.



Если Вашему ребенку нет 12 лет, он не имеет права ездить на переднем пассажирском сиденье автомобиля, самое безопасное место в машине – за спиной водителя. Обязательно используйте специальное удерживающее устройство и ремни безопасности, пристегивайтесь сами и следите за тем, чтобы были пристегнуты пассажиры автомобиля. Около 30% пострадавших в ДТП детей – пассажиры.

Во время каникул необходимо использовать любую возможность напомнить детям о правилах дорожного движения. Не разрешайте детям играть вблизи проезжей части, для игр существуют закрытые детские площадки, стадионы, спортзалы.