

Počítačové hry

Určené rodičom detí vo veku 4-10 rokov

Mgr. Henrieta Popluhárová, CPPP a P Galanta

Výroky našich detí na tému: Prečo máte radi počítačové hry?

- Tamarka, 8 r.: „Kvôli zábave – ja mám rada hry vtedy, keď sa nudím.“
- Filipko, 9 r.: „Sú zábavné. Dajú sa na nich robiť veci, ktoré sa inak nedajú. Deti sa môžu pri tom ukládať – vybiť vztek, smútok a tak.“
- Karinka, 6 r.: „Ja mám rada, keď tam môžem niečo robiť – na varenie vyberať potraviny, variť a tak....“
- Sebi, 10 r.: Ja mám rád najmä akčné a strategické hry – kvôli tomu, že sa tam stále niečo deje, že musím plniť rôzne úlohy, že sa tá postavička zdokonaľuje, je „vymakanejšia“ atď.

Čím sú počítačové hry pre deti dôležité? Čo vďaka nim deti získavajú?

- posúvajú si vlastné hranice
- zdokonaľujú zručnosti uvažovania, rýchlych reakcií, rozhodovania...
- prekonávaním prekážok a ďalších levelov budujú sebavedomie
- učia ich niečo nové – o nových svetoch, o taktikách, o miestach, na ktorých neboli osobne atď.
- pomáhajú nájsť si virtuálnych priateľov, kedy najnovšie skypujú a hrajú určité typy hier
- rozvíjajú súťaživosť
- pomáhajú zapadnúť do kolektívu a byť in, mať sa o čom rozprávať
- zabíjajú nudu
- uvoľňujú napätie a stres

Čím sú nebezpečné?

Zdravotne:

- -častým sedením za počítačom a prídlhým pozeraním do obrazovky si deti kazia zrak
- - ničia si chrbticu a správne držanie tela
- - tým, že sú deti „prilepené“ na obrazovkách a málo sa pohybujú, prispievajú k obezite
- - môžu spôsobovať častejšie bolesti hlavy
- - môžu spôsobovať aj ťažkosti so spaním detí
- - svojou vizuálnou a auditívnou stránkou a prílišným množstvom podnetov dráždia CNS



Psychické riziká



- určité typy hier obmedzujú myslenie detí opakovaním tých istých úkonov, rovnakého spôsobu riešenia, rovnakých reakcií
- obmedzujú predstavivosť a fantáziu dieťaťa (napr. oproti knihe, ktorá fantáziu a snívanie dieťaťa podporí)
- ochudobňujú reč detí, tým, že deti len robia určité výkony a málo rozprávajú, majú obmedzený slovník

Sociálne riziká

- - deti netrénujú svoju schopnosť nadväzovať osobné kontakty
- - majú ťažkosti s komunikáciou a súvislým vyjadrovaním myšlienok
- - nedokážu udržiavať rozhovor
- - nevedia vhodným spôsobom riešiť konflikty
- - nedokážu reagovať na rôznorodosť a inakosť iných ľudí
- - nevedia sa navzájom rešpektovať



Test pre rodičov detí vo veku 4-10 rokov

Milí rodičia, pokúste sa čo najpravdivejšie zodpovedať na nasledujúce otázky. Odpovedajte iba *áno - nie*.

1. Máte vy sám/a nejaké kritériá k výberu hry?
2. Dovolíte dieťaťu, aby si kúpilo akúkoľvek hru, ktorú si vyberie?
3. Rozprávali ste sa niekedy s dieťaťom o výbere hry, o kritériách, podľa ktorých by si malo hru vyberať?
4. Dovolili by ste dieťaťu aj hru s agresívnymi prvkami, v ktorých sa niečo ničí, búra, demoluje, vybuchuje?
5. Dovolíte hrať dieťaťu hru s hrôzostrašnými prvkami?
6. Sedíte niekedy pri dieťati, keď sa hrá na počítači?
7. Poznáte názvy obľúbených počítačových hier vášho dieťaťa?
8. Viete o čom sú najobľúbenejšie počítačové hry vášho dieťaťa?
9. Má vaše dieťa vymedzený čas, koľko sa môže hrať na počítači?
10. Pýta sa vás vaše dieťa, či si môže zapnúť počítač a zahrať sa na ňom?
11. Tráвите vy sám/a veľa času pri počítači a počítačových hrách?
12. Má vaše dieťa počítač a prístup k hrám priamo u seba v izbe?

Vyhodnotenie:

- Milí rodičia, ak ste na nasledujúce otázky odpovedali:

1.áno, 2.nie, 3.áno, 4.nie, 5.nie, 6.áno, 7.áno, 8.áno,
9.áno, 10.áno, 11.nie, 12.nie,

ste rodičom, ktorý zodpovedne usmerňuje svoje dieťa vo výbere i pri samotnom hraní počítačových hier. Máte naše uznanie. Oceňujeme vás vo výchove vášho dieťaťa.

Ak ste odpovedali inak, ako sú naše odpovede, skôr ako sa začnete rozčuľovať nad tým, že vaše dieťa nič nerobí, len sedí za počítačom, opýtajte sa sám/a seba či ste vy sami niečo nezanedbali a ak áno, máte šancu to napraviť. Inšpiráciou by pre Vás mohli byť aj ďalšie naše stránky.

Ak ste rodičom, na čo je vhodné dbať pri výbere počítačovej hry?

- Na **vek** dieťaťa – dbajte o to, aby hra bola pre dieťa veku primeraná
- Na jeho **záujmy** – zohľadnite pri výbere hry záujmy dieťaťa, dajte mu to, po čom túži, čo ho baví.
- Na to, čo mu môže dať, čo **rozvíja** u dieťaťa (tvorivosť, myslenie, taktiku...)
- Na to, aby **nemala nevhodný obsah** (o tom bližšie na nasledujúcich stránkach)
- Ale hlavne ... aj na **čas**, ktorý dieťa strávi pri hre na počítači. Ideálne je, ak je pri hre max. ½ až 1hod. denne.

Piktogramy počítačových hier a ich význam

Každá počítačová hra je označená piktogramom, ktorý upozorňuje na vekovú primeranosť a na jej nevhodný obsah. Skúste sa s nami zahrať aj vy, pokúste sa k jednotlivým piktogramom priradiť ich význam (obrázok a text sú zámerne poprehadzované) :



Hra, ktorá nabáda alebo vyučuje hazardné hry



Odporúčaný vek 7+ hra je vhodná od sedem rokov pre každého. Deti do sedem rokov sa môžu hrať pod dohľadom dospelého



Hra zobrazuje násilie



Hra znázorňuje nahotu alebo iné sexuálne správanie



Odporúčaný vek 16+ hra je vhodná od šestnásť rokov pre každého, väčšinou je tam násilie a hrôza



Hra obsahuje diskriminačné prvky. Obsahuje zobrazenia alebo materiály, ktoré môžu nabádať k diskriminácii



Hra môže pôsobiť na dieťa desivo až hrozivo



Hra znázorňuje (obsahuje) užívanie drog



Hra obsahuje vulgarizmy

A takto by to malo byť:



Odporúčaný vek 7+. Hra je vhodná od sedem rokov pre každého. Deti do sedem rokov sa môžu hrať pod dohľadom dospelého



Odporúčaný vek 16+. Hra je vhodná od šestnásť rokov pre každého, väčšinou je tam násilie a hrôza



Hra obsahuje vulgarizmy



Hra môže pôsobiť na dieťa desivo až hrozivo



Hra zobrazuje násilie



Hra znázorňuje (obsahuje) užívanie drog



Hra, ktorá nabáda alebo vyučuje hazardné hry



Hra znázorňuje nahotu alebo iné sexuálne správanie



Hra obsahuje diskriminačné prvky. Obsahuje zobrazenia alebo materiály, ktoré môžu nabádať k diskriminácii

Druhy počítačových hier

- Hra je súčasťou života dieťaťa od nepamäti. Fenoménom dnešnej doby je hra na počítači, na hernej konzole alebo na mobile.
- Aké máme druhy počítačových hier?
 1. Dobrodružné (adventúry) – hry sú založené na pútavom príbehu, na riešení nejakej záhady a pod.
 2. Športové – kopírujú rôzne druhy športov, napr.futbal, box a pod.
 3. Akčné hry – ich obsahom býva násilie, hráč bojuje proti nepriateľom, prenasleduje zločincov, zabíja či zatýka ich.
 4. Rolové hry (RPG) – hráč sa vžíva do postavy vo virtuálnom svete. Plnením úloh si tú postavu zdokonaľuje, vylepšuje, dosahuje odmeny a vyššie úrovne, zažíva dobrodružstvá.
 5. Strategické – ich obsahom býva viac stratégia než akcia. Vyžadujú taktiku, myslenie a plánovanie.
 6. Simulátory – realisticky napodobňujú (simulujú) skutočnosť, napr.riadenie auta, lietadla atď.

Oblíbené počítačové hry u dětí



Minecraft – je variantou lega. Pre deti, ktoré sa radi hrajú tvorivé a staviteľské hry.



Farm Frenzy – učí budovaniu a rozrastaniu hospodárstva, starostlivosti o zvieratá, predaju výrobkov.....



Svet tankov- najrozšírenejšia bojová hra plná násilia a zabíjania učiaci síce taktike, ale v tomto veku je pre deti absolútne nevhodná.



Chaos faction 2– hra precvičujúca pohotovosť a rýchlosť, naozaj plná akcií založená na spolupráci a obrane pred nepriateľmi



Drakensang – akčná onlinehra založená na boji s príšerami v misiách a arénach



Pou – obľúbená hra stiahnuteľná aj do mobilného telefónu. Ak si odmyslíte a nevadí vám, že Pou je v preklade „hovienko“, hry samotné sú veselé a neškodné.

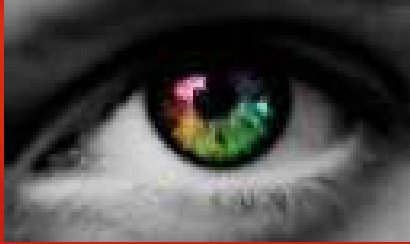
Bezpečné počítačové hry nájdete napr. na stránke: www.rexik.sk

Agresivita a násilie v hrách.

- Agresivita a násilie čoraz častejšie prenikajú do hier. Zabitie nožom, strieľanie do ľudí či zvierat, znázornenie, do ktorej časti tela ste trafili so zobrazením krvi sú bežnou súčasťou prevažne akčných hier. Dieťa agresívne správanie nielen sleduje, ale ho aj realizuje. **Za zabíjanie nepriateľa ste tu odmeňovaní a postupujete do vyššieho levelu.**
- Štúdia na Iowa State University uvádza množstvo alarmujúcich javov spojených s hraním agresívnych hier. **Zvyšujú tep, krvný tlak, hladiny adrenalínu.** Fyziologický stav hráča je podobný stavu počas boja. Osoba, ktorá hrá takéto hry, **vníma svet ako nepriateľskejší**, v dôsledku čoho **sa správa agresívnejšie**, **môže trpieť depresiami, negatívnym sebaponímaním a odmietaním v spoločnosti.** Takéto deti sa častejšie **pobijú** v škole (až 10x častejšie ako tie, čo násilné hry nehrajú). Dieťa si tak môže **zvyknúť na agresiu ako na prostriedok riešenia konfliktov.**
- Dôležitú úlohu zohráva **rodič** ako človek, ktorý **má právo obmedziť, zakázať a rozhodnúť, aby dieťa takéto typ hier** (ak mu ubližujú a negatívne ho ovplyvňujú) **nehralo!**

Čím je dieťa mladšie, tým je riziko používania počítačovej hry vyššie, lebo:

- U dieťaťa ešte nie je dostatočne rozvinuté kritické myslenie
- V predškolskom veku a v mladšom školskom veku je najviac rozvinutá predstavivosť dieťaťa
- Čo dieťa nepozná, to si domyslí
- Ak je niečo istým spôsobom znázornené (a dieťa s tým nemá skúsenosť), verí znázornenému obrazu
- Podporuje to agresivitu dieťaťa a neučí ho to riešiť konflikty a prekážky inými spôsobmi
- Svet fantázie sa stáva preňho reálnym až do takej miery, že môže prerásť do fóbií, úzkostí, a pod. je plný strachu, vražd, násilia (pri agresívnych hrách)
- Jeho dôvera v svet je najmä na začiatku obdobia bezhraničná , a teda verí, že tak ako je to znázornené, tak to aj je
- Jeho mozog je usposobený na to, že spracúva len určité množstvo podnetov – ak je toho priveľa, môže to vyvolať predráždenosť, napätie, nervozitu (nedokáže sa uvoľniť a upokojiť)



Aký je význam očného kontaktu?

A prečo ho nenahradí hra na počítači?

- Pomáha nadviazať a udržiavať kontakt, a tým napomáha k budovaniu vzťahu
- Pomáha reagovať na iného človeka
- Učí „čítať“ v tvári iných ľudí, reagovať na ich šťastie, prekvapenie, ale aj na ich smútok, hnev...
- Pomáha budovať citlivosť a súcit
- Učí riešiť konflikty (spolu so schopnosťou komunikácie)
- Pomáha vyjadrovať rešpekt, úctu voči druhému človeku tým, že mu venujem záujem a plnú pozornosť
- Potvrdzujeme ním priebežne, že počúvame osobu, s ktorou sa zhovárame
- „Oči sú zrkadlom duše“ – odzrkadľujú to, ako sa cítime mi sami

Doporučenia:

- Dávame do Vašej pozornosti film ***Ralf, rozbi to!*** Je to vhodné aj pre malé deti. Vo filme je vykreslené, ako sa zlá počítačová postavička - Ralf - snaží byť dobrou a užitočnou. Nie je zmierený s tým, že ubližuje a rozbíja. Poukazuje nie na obdiv k ničeniu a demolovaniu (ako to býva v akčných počítačových hrách), ale na využitie sily pozitívnym spôsobom.
- Pozrite si aj knihu *Deti v sieti* (nájdete aj na internete), ktorá upozorňuje aj na riziká hrania počítačových hier, zvlášť aby neprerástli do závislosti.

Nápady pre rodičov

Najlepšia investícia do výchovy našich detí je to, že im venujeme svoj čas, záujem, blízkosť. Spolu s deťmi môžete:

- Ísť na výlet
- Rozprávať sa s dieťaťom
- Zahrať si divadielko
- Zahrať si spoločenskú hru
- Kresliť si spolu
- Zatancovať si
- Uvariť si spolu obľúbené jedlo
- Ísť sa spolu bicyklovať , hrať futbal...

Ako možno zmysluplne byť s dieťaťom



Použitá literatúra

- Satirová, V.: Kniha o rodine. Vydavateľstvo Práh 2006.
- Satirová, V.: Vytváranie kontaktu. Interný materiál pre pracovníkov CPPS. Bratislava 2003.
- www.zodpovedne.sk
- www.e-deti.sk
- www.pegi.info
- www.pegionline.eu
- [www. google.com](http://www.google.com) –obrázky
- <http://referaty.aktuality.sk/zaporne-stranky-pocitacovych-hier/referat-9954>
- http://www.solen.sk/index.php?page=pdf_view&pdf_id=5062 Benkovič, J., Hil'ovská, Z., Dubovcová, Z.: Počítačové hry, dôsledky na život a fungovanie mladého jedinca
- http://www.zodpovedne.sk/kapitola3.php?kat=Hry_a_ga_mbling