**ΕΚΘΕΣΗ (Τα ηλεκτρονικά παιχνίδια, θετικά και αρνητικά χαρακτηριστικά) ΟΝΟΜΑ………..……**

Με τον όρο ηλεκτρονικό παιχνίδι αναφερόμαστε σε οποιοδήποτε παιχνίδι παίζεται με τη χρήση κάποιας ηλεκτρονικής συσκευής. Αυτή η συσκευή μπορεί να είναι ένας ηλεκτρονικός υπολογιστής, μια κονσόλα παιχνιδιών, ένα κινητό τηλέφωνο κ.τ.λ.

Τα ηλεκτρονικά παιχνίδια έχουν και αυτά εξελιχθεί μαζί με την "έκρηξη" της τεχνολογίας έτσι ένα πρωτοποριακό για την εποχή του παιχνίδι το "pong" να θεωρείται κατά πολύ ξεπερασμένο σήμερα και νέα παιχνίδια με 3d μορφή να θεωρούνται πολύ απλά και ολοένα να βγαίνουν νέα με καλύτερα γραφικά.

**Υπάρχουν πολλά είδη ηλεκτρονικών παιχνιδιών:**

Παζλ (Snipperclips, Portal 2 )

Παιχνίδια ρόλων (World of Warcraft, Star Wars)

Παιχνίδια δράσης προοπτικής πρώτου ή τρίτου προσώπου (Call of Duty, Grand Theft Auto)

Παιχνίδια στρατηγικής (Civilization, Total War)

Παιχνίδια περιπέτειας (adventure) (Grim Fandango, The Walking Dead)

Αθλητικά παιχνίδια (οι σειρές FIFA και NBA Live,  Pro Evolution Soccer)

Παιχνίδια εξομοίωσης (The Sims, MS Flight Simulator, SimCity) και άλλα είδη.

Η μέση ηλικία του παίκτη ηλεκτρονικών παιχνιδιών είναι τώρα 30,2 έτη, διαψεύδοντας τον μύθο ότι τα ηλεκτρονικά παιχνίδια είναι κατά ένα μεγάλο μέρος μια παρεκτροπή για τους εφήβους.

Εκτός από τα ηλεκτρονικά παιχνίδια, που βασίζονται σε δεδομένα που υπάρχουν εγκατεστημένα σε έναν ηλεκτρονικό υπολογιστή ή μια κονσόλα παιχνιδιών, τα τελευταία χρόνια ένα νέο είδος σημειώνει μεγάλη πέραση στον χώρο αυτό - τα Μαζικά Online παιχνίδια (massive online games), εκ των οποίων τα πιο πετυχημένα είναι τα World of WarCraft και Lineage 2. Τα παιχνίδια αυτά παίζονται από εκατομμύρια παίκτες σε όλον τον κόσμο και πολλά από αυτά είναι μεταφρασμένα σε πολλές γλώσσες.

90% των εφήβων έχουν παίξει ηλεκτρονικά παιχνίδια τουλάχιστον μία φορά και η πλειοψηφία τους συνεχίζει να παίζει συστηματικά.

83% των παιδιών 8 – 18 χρονών έχουν ηλεκτρονικό παιχνίδι στο σπίτι τους, από τα οποία 31% έχουν 3 ή και περισσότερα!

**Οι γονείς αναρωτιούνται: Να αφήνω το παιδί μου να παίζει με ηλεκτρονικά παιχνίδια;**

Τα ηλεκτρονικά παιχνίδια πρωτοεμφανίστηκαν τη δεκαετία του 1970 και από τότε έχουν γίνει πολύ δημοφιλή στα παιδιά… αλλά και στους ενήλικες. Έρευνες έχουν δείξει ότι ο χρόνος που ένα παιδί παίζει εκτός σπιτιού έχουν μειωθεί πολύ, συγκριτικά με τις παλαιότερες γενιές και τη θέση του αυτού του παιχνιδιού έχει πάρει η τηλεόραση και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια.

**ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ: Τα ηλεκτρονικά παιχνίδια όταν χρησιμοποιούνται σωστά μπορούν να ωφελήσουν το παιδί.**

* Ενισχύουν την ικανότητα των παιδιών για επίλυση προβλημάτων και τη γρήγορη

επεξεργασία μεγάλου όγκου δεδομένων.

* Αναπτύσσουν τη στρατηγική σκέψη.
* Εξοικειώνουν τα παιδιά με την τεχνολογία, απαραίτητο προσόν για την ενήλικη ζωή τους.
* Βελτιώνουν την ικανότητα συντονισμού ματιών – χεριών.
* Ενθαρρύνουν την αλληλεπίδραση καθώς πολλά παιχνίδια απαιτούν περισσότερους από

έναν παίχτες και προσφέρουν στα παιδιά ευκαιρίες για να συνεργαστούν εποικοδομητικά.

* Αποτελούν μια διασκεδαστική μορφή ψυχαγωγίας.
* Ενισχύουν τη δημιουργική σκέψη και επιτρέπουν στα παιδιά να χρησιμοποιούν τη

φαντασία τους.

* Ενισχύουν την αυτοπεποίθηση των παιδιών όταν π.χ. επιτυγχάνουν τον στόχο τους.

Ο μέσος χρόνος που ασχολείται ένας έφηβος με ηλεκτρονικά παιχνίδια είναι 13 ώρες την εβδομάδα.

90% των αγοριών και 40% των κοριτσιών, ηλικίες 8 – 18 χρονών παίζουν ηλεκτρονικά παιχνίδια.

1 στους 5 γονείς ελέγχει το περιεχόμενο των παιχνιδιών που παίζει το παιδί τους.

Η απάντηση λοιπόν στο αν πρέπει να επιτρέπουμε σε ένα παιδί να παίζει με ηλεκτρονικά παιχνίδια είναι ναι. Πρέπει όμως να ελέγχουμε τον χρόνο ενασχόλησης του με αυτά και το περιεχόμενο των παιχνιδιών και να φροντίζουμε να έχει καθημερινή ισορροπία με τον χρόνο φυσικής δραστηριότητας του παιδιού.

**ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ: Η πολύωρη απασχόληση με ηλεκτρονικά παιχνίδια μπορεί να έχει αρνητική επίπτωση στο παιδί, όπως:**

* Υιοθέτηση ενός καθιστικού τρόπου ζωής 60΄είναι ο χρόνος σωματικής δραστηριότητας

που πρέπει να κάνει καθημερινά κάθε παιδί.

* Τα βίαια παιχνίδια μπορεί να αναπτύξουν στο παιδί επιθετική συμπεριφορά ενώ τα ατομικά

μπορεί να το απομονώσουν 89% των ηλεκτρονικών παιχνιδιών έχουν βίαιο περιεχόμενο.

* Μπορεί να επηρεαστεί η ψυχική διάθεση των παιδιών και σε ορισμένες περιπτώσεις να

εμφανίσουν κατάθλιψη. Ένα παιδί εθισμένο στα ηλεκτρονικά παιχνίδια, θέλει να περνάει

πάνω από τριάντα ώρες την εβδομάδα παίζοντας με αυτά. **Σημάδια εξάρτησης είναι όταν:**  
1. Το παιδί θέλει να περνά όλον τον χρόνο του με το ηλεκτρονικό παιχνίδι και δε θέλει ούτε να δει τους φίλους του ούτε και να ασχοληθεί με κάποια δραστηριότητα που παλιότερα το ευχαριστούσε.  
2. Όταν πέφτει η απόδοσή του στο σχολείο.  
3. Όταν γίνεται οξύθυμο την ώρα που δεν παίζει.  
4. Όταν παραμελεί κάποιες βασικές του ανάγκες όπως είναι το φαγητό.

* Το παιδί χάνει τα πολύτιμα οφέλη που προσφέρει η φυσική δραστηριότητα όπως:
* Καλύτερη φυσική κατάσταση και υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής.
* Βελτίωση του συντονισμού των κινήσεων και της ισορροπίας.
* Βελτίωση της ποιότητας του ύπνου.
* Ψυχικά οφέλη, όπως καταπολέμηση του άγχους.
* Βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων.