



Dear Parents/Guardians:

We would like to bring to your attention the dangers of online games which have become increasingly popular among our students. We hope that this information will help you learn more about this trend and make educated decisions.

Fortnite, Fortnite Battle Royale, and PlayerUnknown's Battlegrounds (PUBG) are online games and apps, where players do not have to pay to play. In Battle Royale, 100 players compete against each other to be the last person standing in player vs player (PVP) combat. Users play against people of different ages from across the world, and can talk and interact with each other as they play through the in-game chat feature. These games are available on a multitude of platforms such as PC, PS4, Xbox, Nintendo as well as a mobile version on both IOS and Android making the game easy to play on a smartphone. Even though the game is rated for 12 years of age and above, younger children are playing it.

We would like to highlight the **dangers** of such games and the **harmful effects** of excessive gaming:

- A child could easily spend in excess of 6 hours playing during school nights and discard their studies, homework and even forego sleep. The lack of sleep not only affects their concentration level at school but can affect their immune system, memory and school performance.
- According to the American Psychological Association, playing violent video games promotes aggressive thoughts, emotions, and behaviors, as well as a decreased tendency to help others.
- Developing an addiction to video games *is* possible. In 2018, the World Health Organization declared gaming addiction as a mental health disorder. Addiction to video games can lead to depression and anxiety in children and can cause children to become socially isolated.
- Spending excessive amounts of time playing video games decreases the time spent on other activities such as reading, sports, interacting with family and friends, and more.
- Voice chatting with strangers might subject them to offensive and abusive language that can harm them and they may learn and repeat. There is no way to know who is playing with your child and what they are telling them.
- Playing violent video games could lead to bullying and cyberbullying.
- Watching the screen for long periods of time exposes children to blue light emission and results in headaches, neck/shoulder pain, eye strain, dry and irritated eye, reduced attention span, poor behavior, and irritability.
- Being sedentary for long hours while playing video games could lead to obesity.
- Distinguishing between the game and real life can become difficult for young children.
- After spending hours in the world of virtual reality, processing information in a classroom can become increasingly challenging for children because their brains are used to high levels of stimulation that video games provide. The inability to process lower levels of stimulation leaves children vulnerable to academic challenges.

We do not recommend the use of these games, and would urge you to encourage your children to use more educational websites and ensure that their online or gaming time is monitored, and most importantly limited. Have an open and honest conversation with your children about their online gaming habits, the effects of excessive gaming, online strangers, and the points above. Most importantly, involve yourself in your children's cyber life.

The well-being of your children is a priority for us and a shared responsibility with you, the parents.

Sincerely,



الأهل / الأوصياء الأعزاء:

نود أن نلفت انتباهكم إلى مخاطر الألعاب عبر الإنترنت التي أصبحت شائعة بشكل متزايد بين طلابنا. نأمل أن تساعدك هذه المعلومات في معرفة المزيد عن هذه الظاهرة الرّائعة واتخاذ قرارات تربية.

Fortnite و Fortnite Battle Royale و MatchUnknown's Battlegrounds (PUBG) هي ألعاب وتطبيقات على الإنترنت ، حيث لا يضطر اللاعبون إلى دفع المال للعب. في Battle Royale ، يتنافس ١٠٠ لاعب ضد بعضهم البعض ليصلوا في النهاية، الى تحدي لاعب مقابل لاعب (PVP) . يلعب المستخدمون ضد أشخاص من مختلف الأعمار من جميع أنحاء العالم ، ويمكنهم التحدث والتفاعل مع بعضهم البعض أثناء لعبهم من خلال ميزة الدردشة داخل اللعبة. تتوفر هذه الألعاب على العديد من الأنظمة الأساسية مثل PC و PS4 و Xbox و Nintendo بالإضافة إلى إصدارات الجوال على كل من IOS و Android مما يسهل اللعب على الهاتف الذكي. على الرغم من تصنيف هذه اللعبة لعمر ١٢ عامًا فما فوق ، إلا أن الأطفال الأصغر سنًا يلعبونها.

نود أن نسلط الضوء على مخاطر مثل هذه الألعاب والآثار الضارة للألعاب المفرطة:

- يمكن للطفل أن يقضي بسهولة أكثر من ٦ ساعات يلعب أثناء الليالي المدرسية ويتجاهل دراسته، والواجبات المنزلية ، والامتناع عن النوم. لا يؤثر عدم النوم على مستوى تركيزهم في المدرسة فحسب ، بل يؤثر أيضًا على نظام المناعة والذاكرة والأداء المدرسي..
- وفقاً لرابطة علم النفس الأمريكية، فإن لعب ألعاب الفيديو العنيفة يشجع الأفكار، والعواطف، والسلوكيات العدوانية ، فضلاً عن تخفيف الميل لمساعدة الآخرين.
- من الممكن الوصول إلى حالات إدمان على ألعاب الفيديو. ففي عام ٢٠١٨ ، صنفت منظمة الصحة العالمية إدمان الألعاب كاضطراب في الصحة العقلية. الإدمان على ألعاب الفيديو يمكن أن يؤدي إلى الاكتئاب والقلق لدى الأطفال وجعلهم معزولين اجتماعياً.
- إن إنفاق الكثير من الوقت في لعب ألعاب الفيديو يقلل الوقت المستغرق في الأنشطة الأخرى مثل القراءة والرياضة والتفاعل مع العائلة والأصدقاء وغير ذلك.
- قد تتضمن الدردشة الصوتية مع الغرباء لغة هجومية ومسيئة يمكن أن تضر بهم وقد يتعلمون ويكررون هذه العبارات. لا توجد طريقة لمعرفة من الذي يلعب مع طفلك وماذا يقول لهم.
- قد يؤدي لعب ألعاب الفيديو العنيفة إلى التمر والعنف في الحياة اليومية وعبر الإنترنت مشاهدة الشاشة لفترات طويلة من الزمن يعرض الأطفال لانبعاثات الضوء الأزرق ويسبب الصداع ، آلام الرقبة / الكتف، إجهاد العين ، مما يؤدي الى جفاف والتهاب في العين، تقليل مدى الانتباه ، سوء السلوك ، وحدة الطبع.
- الجلوس لساعاتٍ طويلةٍ في أثناء لعب ألعاب الفيديو قد يؤدي إلى السمنة



قد يصبح التمييز بين اللعبة والحياة الواقعية صعباً بالنسبة للأطفال الصغار.

- بعد قضاء ساعاتٍ في عالم الواقع الافتراضي ، قد تصبح معالجة المعلومات في الفصل الدراسي أمراً صعباً على نحوٍ متزايدٍ بالنسبة للأطفال، لأنّ أدمغتهم اعتادت على مستويات عالية من التحفيز التي توفرها ألعاب الفيديو. إن عدم القدرة على معالجة المستويات المنخفضة من التحفيز يترك الأطفال عرضةً للتحديات الأكاديمية.
- نوصي بعدم استخدام هذه الألعاب ، ونحثك على تشجيع أطفالك على استخدام المزيد من المواقع التعليمية والتأكد من مراقبة وقتهم عبر الإنترنت أو الألعاب ، والأهم من ذلك أن يتم تحديد الوقت. قم بإجراء محادثة مفتوحة وصادقة مع أطفالك حول سلوكياتهم في اللعب عبر الإنترنت ، وتأثير هذه الألعاب المفرطة ، والغضب عبر الإنترنت ، والنقاط المذكورة أعلاه. والأهم من ذلك هو إشراك نفسك في حياة الأطفال وخاصةً بالأمور المتعلقة بالإنترنت..

إن مصلحة أطفالكم تمثل أولويةً بالنسبة لنا ومسؤولية مشتركة مع أولياء الأمور.

مع جزيل الشكر

دايك و باوك و سهريه رشتياراني خو شهويست،

دهمانه ویت ناگادارتان بکینهوه لهه ندیک مهترسییه کانی یاری کردنی مندالان له پیکاری تهتهرنیت که زور بلاوه له نیوان قوتابییانماندا. هیوادارین ئەم زانیارییانە یارمهتیت بدات بۆ زانیانی زیاتر له سهه ئەم دیارده بلاوه و وهگرتنی برپاری پهروهدهی.

Fortnite و Fortnite Battle Royale و Player's Unknown Battle Ground (PUBG)

ئهمانه چهند یارییه که له سهه تهتهرنیت، که کهسی یاری دهکات ناچار ناییت بۆ دانی پاره بۆ ئەم یاریه له Battle Royale ۱۰۰ کهسی یاریزان کیکرکی دژی یه کتر ده کهن بۆ گه یشتن به کوتایی، له دوایین قوناغی ئەم یارییه دوو کهس بهرامبهه یه کده بن (PVP) به کارهینهه یاریزانان دژی یه کتر به کاردههینن که له ته مهنی جیاوزدان و لهه موو ولاتانی جیهاندان، ده توانن قسه و گفتوگو له گهل یه کتری بکهن له کاتی یاریکردنه که، ئەم یارییه به شیوهی جیاواز ههیه وه کو PC و PS4 و Xbox و Nintendo ههروهه ناو موبایلی IOS و Android که زور یارمهتیده و ئاسانه بۆ یاریکردن. هههچهنده ئەم یارییه پۆلین کراوه بۆ سهرووی تهمهه ۱۲ سالی بهلام مندالانی تهمهه بچوو کتر یاری تیدا ده کهن.



دهمانه ویت زیاتر مهترسییه کانی ئەم یاریبانه و کاریگه‌ری خراپی زۆری ئەم یاریبانه روونبکهینهوه:

- مندال زۆر به ئاسانی ده توانیبت زیاتر له ٦ کاتژمیر له سهر ئەم یارییه شهوانه یاری بکات و خهوتن خویندن و ئه‌رکه کانی قوتابخانه‌ی فه‌رامۆش بکات. نه‌خه‌وتن ته‌نها کاریگه‌ری نایبته له سهر ئاستی تیگه‌یشتنی له قوتابخانه به‌لکو کاریگه‌ری خراپی له سهر به‌رگری و زیره‌کی هه‌لسو که‌وتی قوتابخانه ده‌یبت.
- به‌گوێهری کۆمه‌له‌ی زانستی کۆمه‌لناسی ئەمریکی ، یاریکردن له‌سهر یارییه شه‌رانگێری و توندوتیژه‌کان هه‌لس و که‌وتی دژوار لای به‌کاره‌ینه‌ر دروست ده‌کات زیاتر له‌وه‌ی ئاره‌زوویان بو‌ به‌یارمه‌تیدانی که‌سانی تر هه‌یبت.
- هه‌روه‌ها ده‌توانن بگه‌نه‌ باریک که نه‌توانن ده‌سته‌بردارای یارییه قیدیۆییه‌کان بن. له‌سالی ١٩١٨ ریک‌خراویکی ته‌ندروستی جیهانی تویژینه‌وه‌که‌یان ده‌رباره‌ی ئەوه‌یه که ده‌سته‌بردارنه‌بوون له‌م یاریبانه وه‌کو ناجیگه‌یری و بوونی کیشه‌یه له ته‌ندروستی مێشک. وه به‌رده‌وام بوون له‌م یاریبانه و ده‌سته‌برده‌انه‌بوون ده‌یبت هه‌ی خه‌موکی و نا‌ئارامی دووره‌په‌ریزی کۆمه‌لایه‌تی.
- له‌بری ئەو کاتانه‌ی بو‌ ئەم یارییه قیدیۆییه‌کانه‌ باشتره له‌چالاکی تر به‌کاری به‌یبن وه‌کو چوونه‌ سه‌ر سایتی فیربوون و ماله‌په‌ری به‌ سوود و خویندنه‌وه‌ی چیرۆک و وه‌رزش کردن و تیکه‌لی له‌که‌ل خیزان و براده‌ران هتد.....
- ئەو گفتوگۆیه ده‌نگییه‌ی له‌گه‌ل نه‌ناس و بیگانه‌کان زمانیکی خراپی تیدا به‌ کارده‌هینیری و که کاریگه‌ریان لیده‌کات کاتیگ ده‌سته‌واژه‌کان دووباره‌ده‌که‌نه‌وه‌و فیری ده‌بن. ریکایه‌ک نییه بو‌ ئەوه‌ی بزانیته کیه یاری له‌گه‌ل منداله‌که‌ت ده‌کات و چی ده‌یبت.
- ئەم یارییه قیدیۆییه توندپه‌وانه کاریگه‌ری خراپی هه‌یه ده‌یبت هه‌ی توندپه‌وه‌ی له‌ژبانی رۆژانه‌دا ، له‌ریگه‌ی ئەنته‌رنیته‌وه‌ بینینی شاشه به‌به‌رده‌وامی و کاتی زۆر واده‌کات کاردانه‌وه‌ی روناکی شین بیته دروستبوونی سه‌ر ئیشه، ئیئش و ئازاری مل / شان ، ماندوووونی چاو ، که ده‌یبت هه‌ی وشکبوونه‌و و هه‌وکردنی چاو ، کهم کردنه‌وه‌ی ئاگا لیبوون و خراپی هه‌لس و که‌وت، دووره‌په‌ریزی.
- دانیشتن بو‌کاتی درێژخایه‌ن له‌کاتی یاریکردن ده‌یبتهم مایه‌ی قه‌له‌وی که ده‌یبتهم مایه‌ی زه‌حمه‌تی بو‌ جیاکردنه‌وه له‌نیوان یاری و واقیعه‌تی ژبان له‌لایه‌ن مندال و ته‌مه‌نی بچووک.
- دوا‌ی به‌سه‌ربردنی چه‌ند کاتژمیریک له‌ جیهانی واقعی داخوا‌زراو ، چاره‌سه‌رکردنی ئەم زانیاریانه له وه‌رزی خویندن کاریکی گرانه زیاتر بو‌ مندالان ، له‌به‌ر ئەوه‌ی مێشکیان راهاتوو به‌ئاستیکی به‌رز له هاندانکه



له یارییه قیدوئییه کاندایا بهدی ده کریت. توانای نه بوونی چاره سهری ئاسته نزمه کان له هاندان مندال وای لی ده کات بو نمایشی و کیپرکی ئه کادیمی.

● ئاگادارتان ده کهینه وه به به کار نه هیئانی ئه م یارییانه، هاندانی منداله کهت به به کار هیئانی سایتی زانستی و جه ختکردنه وه له سهر کاته کانیاں بو به کار هیئانی ئه نته رنیئت و یارییه کان، گرنکتر له هه مووی دیاریکردنی کاته . گفتوگوئییه کی کراوه و راستگوئیانه له نیوان خوئت و منداله کهتدا ئه نجام بده ده رباره ی هه لئس و کهوتیان له یاریکردنی قیدوئییه کان له سهر ئه نته رنیئت. وه کاریگه ری زوری ئه م یارییانه ، بیگانه کان له رپیگه ی ئه نته رنیئت ، وه خاله کانی له سهر وه ئاماژه ی پیکراوه . گرنکتر له مه به شدار بوونی خوئت له ژیا نی منداله کهت به تایبه تی له باره ی به کار هیئانی ئینته رنیئه وه.

به رژه وه ندی منداله کهتان زور گرتگه بو ئیمه وهاوبه شین له بهر پر سیاریه تی له گه ل دایک و باوکان.



له گه ل ریژماندا