

# REPORT to PARENTS

RP 26:4

## Video and Computer Games

**V**ideo and computer games top the wish lists of many children. While they do have their advantages, electronic games can lure children away from activities such as outdoor play, reading, arts and crafts, and socializing with their friends and family. Here are some tips to help parents maintain the balance between video and computer game use and other activities:

- **Take advantage:** Electronic games do have their advantages. Playing these games can help children feel comfortable with technology; give them the chance to compete against themselves, rather than another child; and can help children learn to pay close attention, follow directions, and solve problems. Despite these advantages, computer and video games should never replace other types of play.

- **Demand active play:** Too many children today are overweight and out of shape. Electronic games and television don't help the situation. Require your children to spend at least as much time engaged in physical activities, such as sports or active outdoor games, as they do in front of a screen.

- **Provide an education:** If your children must play electronic games, buy ones that teach as well as entertain.

- **Check the ratings:** Before you let your children buy, rent, or play a game, look on the front of the box for its rating. Games rated "E" (everyone) are usually the best for school-age children. "T" (teen) games include questionable language, scenes, and themes, and are intended for those 13 and over. There's a good reason "M" (mature) and "AO" (adults only) games are not recommended for those under 17—they're usually loaded with violence, foul language, and sex.

- **Read the content descriptors:** In addition to the rating, every video and computer game contains a black and white content descriptor box on the back of the game's box. These descriptors give more details about the product in terms of violence, sexual themes, and language. For more information on ratings and content descriptors, visit the Entertainment Software Rating Board's (ESRB) Web site at [www.esrb.org](http://www.esrb.org) or call them at 800-771-3772.

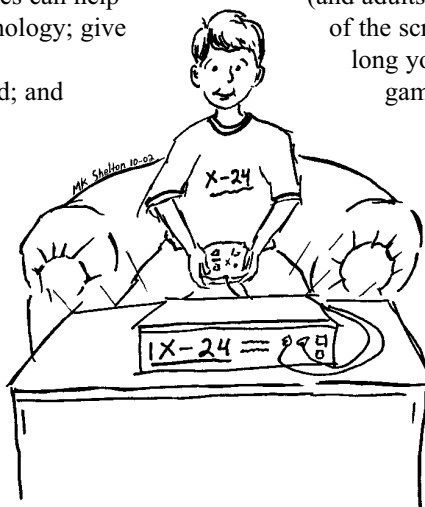
- **Set limits:** The desire to play "just one more" game can be overwhelming and can entice children (and adults) into spending too much time in front of the screen. Set firm limits on when and how long your child can play video or computer games.

- **Keep an eye on grades:** Too many children's grades slip because they're spending too much time with the latest game. Use game time as a privilege, not a daily activity, and insist that schoolwork always comes first.

- **Keep violence out of your home:** There's a strong link between watching/playing violent programs and acting aggressively. Keep violent games off limits, both at home and at friends' houses.

- **Avoid online games:** In the online environment, you never really know who's on the other end. If you allow your children to play online games, make sure their screen names don't reveal their age, grade, or other personal information. Check ESRB's Web site for the content and rating information for the online game sites your children frequent. Never allow your children to chat in online game rooms.

- **Play together:** Playing computer and video games together is a way to connect with your child while monitoring what he or she is playing. Just remember to spend time together away from the electronic games and television, too.





# INFORME a los PADRES

RP 26:4

## Los Juegos Electrónicos

**O**btener más juegos de video y para las computadoras son los mayores deseos de muchos niños. Aunque tengan algunas ventajas, los juegos electrónicos pueden alejar a los niños de actividades tales como jugar al aire libre, leer, artesanía, y socializar con sus amigos y familia. Aquí hay algunos consejos para ayudar a los padres en mantener el equilibrio entre el uso de juegos de video y para las computadoras y otras actividades.

• **Aprovéchelos:** Los juegos electrónicos tienen algunas ventajas. Jugar estos juegos puede ayudar a los niños a sentirse cómodos con la tecnología; darles la oportunidad de competir con ellos mismos en lugar de hacerlo con otro niño; y les pueden ayudar en aprender a poner atención, seguir instrucciones, y resolver problemas. A pesar de estas ventajas, los juegos electrónicos nunca deben reemplazar otras formas de juego.

• **Demande juegos activos:** Hoy día muchos niños tienen sobrepeso y están fuera de forma. Los juegos electrónicos y la televisión no ayudan esta situación. Exija que sus niños participen en actividades físicas, tales como los deportes o juegos al aire libre, además de sentarse delante de la pantalla.

• **Edúquelos:** Si su niño tiene que jugar juegos electrónicos, compre aquellos que enseñen y entretengan.

• **Examine las clasificaciones:** Antes de dejar que su niño compre, arriende, o juegue un juego electrónico, busque el exterior del envase para el símbolo de clasificaciones de acuerdo a la edad. Los juegos clasificados como “E” (para todos) generalmente son los mejores para los niños de edad escolar. Aquellos clasificados como “T” (para adolescentes) incluyen lenguaje, escenas, y temas cuestionables y son para niños mayores de 13 años. Hay buenas razones por qué los juegos clasificados como “M”(maduro) y “AO” (sólo adultos) no son recomendados para niños menores de 17 años— generalmente contienen violencia, lenguaje grosero, y actividades sexuales.



• **Lea los descriptores del contenido:** Además de la clasificación, cada juego electrónico incluye el descriptor del contenido, el cual se encuentra en un cuadro blanco y negro en la parte trasera de la caja. Estos descriptores dan más detalles acerca del producto en cuanto a violencia, temas sexuales, y lenguaje. Para mayor información acerca de las clasificaciones y descriptores del contenido, visite el sitio de la Web del Consejo de Clasificaciones de Programas para Entretenimiento (ESRB) en [www.esrb.org](http://www.esrb.org) o comuníquese por teléfono al 800-771-3772.

• **Establezca límites:** El deseo de jugar “un juego más” puede ser abrumador y puede tentar a los niños (y adultos) a pasar demasiado tiempo delante de la pantalla. Establezca límites firmes sobre cuando y cuanto tiempo su niño puede jugar los juegos electrónicos.

• **Controle las notas:** En muchos casos las notas de los niños bajan porque ellos pasan demasiado tiempo jugando el juego más reciente. Use el tiempo para jugar juegos electrónicos como privilegio, y no como una actividad diaria, e insista que sus niños siempre completen primero el trabajo escolar.

• **No permita la violencia en el hogar:** Hay una relación fuerte entre mirar y jugar programas violentos y actuar en una forma agresiva. No permita que su niño juegue los juegos violentos en su casa y en las casas de los amigos.

• **Evite los juegos en línea:** Usted nunca sabe quien está al otro lado de la conexión en línea. Si usted permite que sus niños jueguen juegos en línea, asegúrese que sus nombres de pantalla no revelen su edad, curso, u otra información personal. Para obtener información acerca del contenido y clasificación de los sitios de juegos en línea que frecuentan sus niños, visite el sitio de la Web de ESRB. Nunca permita que sus niños participen en las charlas de salas de juego en línea.

• **Jueguen todos juntos:** Jugar juegos electrónicos juntos es una buena forma de conectarse con su niño mientras controla lo que él o ella está jugando. Pero recuerde que también deben pasar momentos juntos alejados de los juegos electrónicos y la televisión.