

## **Компьютер и ребенок: все за и против**

Добрый вечер, уважаемые родители. Сегодня мы собрались, чтобы обсудить тему "Компьютер и ребёнок". Современные дети способны с завидной легкостью овладеть навыками работы с различными электронными компьютерными новинками.

Мы постараемся вместе разобраться: компьютер - добро или зло? способствует ли он развитию ребёнка дошкольного возраста или, напротив, сдерживает его? А как считаете вы: можно ли и нужно ли дошкольнику общаться с компьютером?

*Высказывания родителей.*

Давайте попробуем выявить все "плюсы" и "минусы" влияния компьютера на развитие ребёнка - дошкольника.

**Конечно прежде всего, вас, родителей беспокоит вопрос здоровья и развития малышей, вынужденных проводить перед компьютерным монитором большую часть свободного времени, пока взрослые заняты решением финансовых проблем.**

Хочется развеять некоторые мифы о влиянии компьютера на ребёнка, которые так прочно сидят в сознании большинства родителей.

***Миф Первый «Общение с компьютером портит детское здоровье»***

Самое главное – знать, как влияет компьютер на детский организм и сколько времени ребёнок может проводить за монитором без вреда для здоровья. Существуют четыре основных вредных фактора: **нагрузка на зрение, стеснённая поза, нагрузка на психику, излучение.** Давайте разберём каждый из них по порядку:

### **Нагрузка на зрение**

Это первый и самый главный фактор. Продолжительная работа на компьютере приводит к зрительному переутомлению, что, в свою очередь, может привести к снижению остроты зрения. Ребёнок 4-5 лет может проводить за компьютером 30 минут, после чего необходимо сделать перерыв и небольшую гимнастику для глаз. Ни в коем случае не разрешайте ребёнку работать за компьютером в темноте. Расположите дисплей так, чтобы свет из окна не падал на экран и не светил в глаза. Проследите, чтобы расстояние от детских глаз до экрана составляло 50-70 см. И помните: компьютер не является основной причиной развития близорукости у детей. При грамотном подходе и организации рабочего места ребёнка, его зрению ничего не угрожает.

### **Стеснённая поза**

Сидя за компьютером, ребёнок смотрит с определённого расстояния на экран и одновременно держит руки на клавиатуре или органах управления. Это вынуждает его принять определённое положение и не изменять его до конца игры. Проследите, чтобы кисти рук малыша находились на уровне локтей, а запястья – на опорной планке. Также необходимо сохранять прямой угол (90 градусов) в области суставов. И, конечно, как можно больше разнообразьте досуг ребёнка: между компьютерными играми ребёнок должен играть в подвижные игры, гулять, заниматься спортом. Не разрешайте малышу перекусывать за компьютером: эта вредная во всех смыслах привычка может остаться на всю жизнь.

### **Психическая нагрузка**

Третий по важности фактор – нагрузка на детскую психику. Компьютер требует не меньшей сосредоточенности, чем вождение автомобиля. Интересные игры требуют огромного напряжения, которого практически не бывает в обычных условиях. И всё же психическую нагрузку можно уменьшить. Во-первых, в работе следует делать перерывы, а во-вторых, необходимо следить за содержательной стороной игр. Легче всего для детского восприятия крупное цветное изображение в сопровождении звука. Достаточно безопасно рассматривать картинки или фотографии в сопровождении дикторского текста. Настоящие вредители – игры, содержащие движущееся на высокой скорости изображение и мелкие элементы.

### **Излучение**

Изначально все родители боятся радиации от компьютерного монитора. Но у современных мониторов предусмотрены все меры безопасности: то, что называется радиацией монитор

вообще не производит. Но вы наверно заметили, что нигде в квартире пыль не скапливается с такой скоростью, как на компьютерном столе. Необходимо постоянно снижать количество пыли в помещении посредством влажной уборки. А малыша, вставшего из-за компьютерного стола, следует умыть прохладной водой или протереть лицо влажной салфеткой.

Многие родители думают: «Запретить – и всё! Вот вырастет – пусть сидит сколько хочет, а сейчас – нечего делать!» Но запретами и угрозами никому ещё ничего хорошего и достойного сделать не удалось. Осваивая с ребёнком компьютер, вы формируете развитую, социально адаптированную личность, а запреты и наказания ничего кроме ответной агрессии не вызовут. Интерес детей к компьютеру огромен, и ваша задача – направить его в полезное русло, сделав компьютерные средства привычными и естественными для повседневной жизни детей.

Соблюдение несложных правил работы на компьютере позволит вам сохранить здоровье вашего малыша и одновременно открыть ребёнку мир огромных возможностей, доступный сегодня маленькому пользователю.

**Итак, семь основных правил при работе малыша за компьютером (которые также необходимо соблюдать и взрослым):**

- ребенок может играть за компьютером не более 30 минут
- в течение недели ребенок может работать с компьютером не более 3 раз
- комната, в которой он работает должна быть хорошо освещена
- мебель соответствовать росту ребенка
- расстояние от глаз ребенка до монитора 60 см;
- после игры нужно обязательно сделать зарядку для глаз
- игровую деятельность сменить физическими упражнениями
- При слабом зрении садиться за компьютер можно только в очках.
- Соблюдать правильную рабочую позу.
- Не работать на компьютере в темноте.
- Следить за содержательной стороной игр и программ.
- После занятий умыться прохладной водой.

**Миф Второй «Компьютерные игры приносят только вред».**

Если в семье решено применять компьютер с целью воспитания и развития ребёнка, то взрослые должны понимать, как, зачем и во что играют современные дети, быть в курсе игровых новинок.

Специалисты выделяют следующие их виды:

- игры типа "убей их всех", в которых главный герой должен победить врагов
- игры – приключения, где герой проходит по страницам повестей и рассказов, игры стратегические, в которых приходится принимать решения по изменению стратегии в ходе игры
- развивающие игры, которые способствуют познавательному развитию
- обучающие игры, способствующие усвоению детьми навыков чтения, элементарных математических представлений
- диагностические (применяются специалистами)
- графические игры, связанные с рисованием, конструированием

Важно только правильно выбрать игру для ребенка.

**Итак, итоговые рекомендации для правильного применения игровых программ с целью воспитания и развития дошкольника:**

-Прежде всего, выбирайте жанр игры в соответствии с темпераментом и склонностями ребёнка: одним детям лучше подходят спокойные, размеренные игры, другим – активные, динамические.

-Продолжительность игры выбирайте в соответствии с возрастом ребёнка и характером игры.

-Ритм и продолжительность игры должны быть сбалансированы: если ритм игры напряжён, то игра не должна быть продолжительной.

-Не прерывайте игру ребёнка до завершения эпизода – малыш должен покинуть компьютер с сознанием успешно выполненного дела.

-Постарайтесь, чтобы ребёнок усвоил главный принцип продолжительности игровых сеансов – нельзя играть в игры в ущерб жизненно важным занятиям, таким как сон, еда, отдых, физкультура, игры на свежем воздухе и др.

### **Миф Третий «Компьютер – только для игр и развлечений»**

Основное, в чём может помочь компьютер родителям дошколёнка – это, конечно, подготовка малыша к школе.

В нашей стране первые попытки применения компьютера в дошкольных учреждениях относятся к 80-м годам прошлого века. Первый опыт применения компьютера в работе с дошкольниками связан с д/с города Шауляя (Литва). Здесь в подготовительных группах был оборудован компьютерный класс, где дошколята занимались два раза в неделю по 10 – 15 минут. Специально для них были разработаны учебные программы, направленные на подготовку к школе: освоение и закрепление знаний по математике и обучение грамоте.

Проведя исследования, педагоги пришли к выводу, что компьютер повышает интерес к обучению, ускоряет процесс усвоения новых знаний и представлений об окружающем мире.

**Итак, можно сделать следующий вывод: использование компьютера в качестве помощника в подготовке дошкольника к обучению в школе не только возможно, но и необходимо: оно способствует повышению интереса к учёбе, её эффективности и развивает ребёнка всесторонне.**

Одним из важных моментов применения компьютера в работе с дошкольниками является то, что ребёнок, управляя обучающей игровой программой, начинает сначала думать, а потом действовать.

Другой ценный аспект – это приобщение малыша к исследовательской работе. Компьютерные игры и программы побуждают ребёнка пробовать, проверять, уточнять, делать выводы.

Дети чувствуют большую уверенность в себе, повышается их самооценка. Даже робкие и малообщительные малыши начинают активно делиться своими впечатлениями и достижениями в освоении компьютерного мира. Дома, во дворе, в дошкольном учреждении дети с достоинством рассказывают друзьям о всех «тонкостях» работы на компьютере.

**Подводя итоги, хочется напомнить вам, уважаемые родители, что естественная среда развития ребёнка – это игра. Малыша не нужно учить или заставлять играть. Он играет спонтанно, с удовольствием, не жалея времени и не преследуя определённых целей.** Поэтому имеет большое значение разнообразие детских игр, в том числе и компьютерных, в которых ребёнок мог бы выдумывать всё новые повороты сюжета и принимать на себя разные роли. Развивая воображение ребёнка, важно помнить, что материалом для его фантазий служит вся окружающая жизнь, и чем больше в его мире разнообразия, тем больше простора для его развития.

Если соблюдать все требования и правила, то компьютер не нанесет вреда ребёнку, а польза его очевидна.