

# «Ребенок и компьютер»

## Консультация для родителей



© www.ClipProject.info

Современные дети все активнее используют в качестве главных источников информации телевидение, видео, компьютеры, порой в ущерб чтению книг, общению с окружающими людьми, природой, двигательной активности, необходимым для гармоничного развития личности.

Широкое использование компьютеров в системе образования привело к необходимости проведения специальных исследований влияния компьютерной техники на детский организм. Этот вопрос особенно актуален в последнее время в связи с повсеместным внедрением здоровьесберегающих технологий.

С тех самых пор, как впервые ребенок сел к монитору компьютера, ведутся споры о пользе и вреде раннего обучения детей играм по определенным правилам и азам компьютерной грамотности.

**Аргументы «за»**, имеющие научное обоснование и подтверждение, выдвигают многие педагоги и родители, говоря о том, что компьютер способствует интеллектуальному росту ребенка, так как развивает важнейшие операции мышления.

У детей, периодически проводящих время за компьютером, очень рано развивается так называемая «знаковая функция сознания», улучшаются произвольная память и внимание, формируется познавательная мотивация, моторная координация и координация совместной деятельности зрительного и моторного анализаторов. А развитие этих качеств во многом обеспечивает психологическую готовность ребенка к школе.

Озабоченность здоровьем детей высказывают медики, приводя немало **аргументов «против»**: воздействие электромагнитного излучения монитора, сидячее положение в течение длительного времени и как следствие этого – появление утомления, нервно-эмоционального напряжения, эмоциональных стрессов, ухудшение зрения и осанки. Из этого напрямую следует, что «виртуальный мир» скорее опасен для физического и психического здоровья ребенка, чем полезен.

Кто же прав в этих бесконечных спорах и дискуссиях? Подпускать или нет дошкольников к компьютеру? Благо это для растущих малышей или вред? Вопрос остается открытым. Конечно, нельзя бездумно идти на поводу бурно развивающегося прогресса, принося на его алтарь здоровье будущего поколения, но вместе с тем нельзя забывать, что компьютеры – это наше будущее. Иными словами, нужна **«золотая середина»**.

А чтобы найти эту «середину» необходимо учитывать следующие **рекомендации**:

1. Для ребенка 6 лет максимальный предел одноразовой работы на компьютере – **10 минут**. При этом периодичность занятий с одним ребенком должна быть не **более 2 раз в неделю**. Детям до трех лет работать за компьютером и играть в компьютерные игры не рекомендуется
2. Важную роль в уменьшении физической нагрузки на ребенка при работе с компьютером является **правильно подобранная мебель**, соответствующая возрасту и росту ребенка. Хороший стул снижает нагрузку вдвое. Подойдет специальный операторский стул на роликах, с регулируемой

спинкой, без подлокотников, вращающийся вокруг своей оси. Он позволяет изменять позу во время работы. Дети с удовольствием ерзают на таких стульях, а значит, их грудная клетка и позвоночник работают. Стол должен быть компьютерным, со специальной выдвижной доской под клавиатуру. Когда ребенок рисует или играет, ему нужен высокий стол. Для печатания клавиатура должна располагаться на 7-10 см ниже. Выдвижная доска позволяет соблюсти эти требования, к тому же заставляет ребенка периодически изменять позу.

3. Во время работы за компьютером нужно сидеть прямо напротив экрана, так, **чтобы верхняя часть экрана находилась на уровне глаз. При этом расстояние от глаз до монитора должно составлять 45-60 см**

4. Очень полезно принимать в пищу витамин А. Он отвечает за чувствительность глаз к яркому свету и резкой смене изображения.

5. Ни в коем случае нельзя работать за компьютером лежа. Нельзя работать за компьютером во время еды, а также сидеть, ссутулившись, иначе нарушится нормальная работа внутренних органов.

6. Компьютер должен устанавливаться в хорошо проветриваемом помещении, где регулярно проводится влажная уборка.

7. Комната должна иметь хорошее, равномерное освещение, не допускающее бликов на экране монитора.

8. Нельзя работать за компьютером в болезненном или ослабленном состоянии. Это еще больше утомит организм и замедлит процесс выздоровления.

9. Самые жесткие требования необходимо предъявлять к монитору. Монитор должен соответствовать международным стандартам безопасности. На современном этапе лучшими по безопасности признаются мониторы на жидких кристаллах. В связи с этим желательно, чтобы дети (особенно дошкольники) пользовались компьютером, оснащенным именно таким монитором.

#### **Какие компьютерные же игры полезны для детей?**

Примерно с двух лет компьютер можно задействовать более интенсивно и с большей пользой, предлагая ребенку совсем простенькие flash-игры, помогающие выучить цвета и научиться различать и сопоставлять геометрические фигуры. Причем, наряду с интеллектуальным развитием происходит и развитие мелкой моторики, поскольку на этом этапе ребенок учится пользоваться компьютером самостоятельно, а значит, осваивает компьютерную мышь и клавиатуру.

Для детей от трех лет выбор развивающих компьютерных игр значительно богаче. К примеру, достаточно удачной можно назвать серию развивающих игр про Лунтика и его друзей, которые уже успели полюбить малыши благодаря передаче «Спокойной ночи малыши». Данная серия ориентирована на детей самых разных возрастов и включает в себя игры, в ненавязчивой форме обучающие ребенка считать, читать, разукрашивать картинки и решать головоломки.

Полезным ресурсом в подготовке ребенка к обучению в школе может служить сайт <http://samouchka.com.ua/>, содержащий интерактивные компьютерные игровые упражнения (флэш-игры) по обучению грамоте, математике для старших дошкольников.

<http://www.igraemsa.ru/> – портал развивающих и обучающих онлайн-игр разной степени сложности. Здесь содержатся игры на развитие внимания и памяти, логического мышления.

История изобретений», «Как все начиналось». Зарегистрировавшись, любой посетитель сайта, может задать свой вопрос.

Сайт «Сто тысяч почему» (<http://allforchildren.ru/why/index.php>) также содержит разнообразные детские вопросы и ответы на них. У посетителей сайта имеется возможность задать свой вопрос.

<http://viki.rdf.ru/> – сайт с большим количеством детских мультимедийных презентаций для детей дошкольного и школьного возраста. Тематика представленных презентаций обширна и многообразна: человек, природа, искусство и др.

Проект «Потому.ру» (<http://potomy.ru/>) – это детская онлайн – энциклопедия, содержащая огромное количество материала по разделам «Мир вокруг нас», «Человеческий организм», «Флора и фауна».

