

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

Консультация для родителей с использованием презентации.

### **Цель консультации:**

Познакомить родителей с развивающими функциями персонального компьютера для дошкольников; с влиянием компьютера на здоровье детей. Дать практические рекомендации по организации рабочего места ребёнка, осваивающего компьютер.

### **Ход консультации:**

(Слайд 1) Мы живём в XXI веке. Компьютеры настолько прочно вошли в нашу жизнь, что на тех, кто не умеет быть с ним на «ты», смотрят искоса. Споры относительно пользы и вреда от компьютерных игр ведутся на всех социальных уровнях, учёные проводят исследования о влиянии компьютерных игр на человека, дети спорят с родителями, родители – с педагогами, и так далее. И точного ответа всё равно нет.

(Слайд 2) Группа американских ученых провела исследование влияния активности использования компьютера детьми на их общее развитие. По результатам этого исследования оказалось, что **«компьютеризированные» дети дошкольного возраста имеют лучшие запоминающие способности по сравнению со своими сверстниками, не так активно общающимися с ПК.**

Ребенок, который с детства ориентируется в компьютере, чувствует себя более уверенно, потому что ему открыт доступ в мир современных технологий.

Игры на компьютере – это те же занятия, а ребенка всегда легче привлечь к игре, чем заставить учить алфавит или, скажем, складывать цифры.

Играя в компьютерные игры, ребенок попадает в волшебную сказку, где существует свой мир. Этот мир так похож на настоящий! Когда герои компьютерной игры предлагают малышу починить стену домика (правильно сложив пазл) или расположить цифры по порядку, чтобы добраться до сокровищ, дети ощущают свою значимость. А если в конце задания ему говорят «молодец, ты справился отлично», это вызывает у ребенка восторг!

(Слайд 3) Прекрасно нарисованные, весёлые и добрые детские компьютерные игры несут в себе много интересного, умного, забавного и полностью направлены на то, чтобы дети развивали и совершенствовали свои знания. А удобное и понятное управление и выполненное профессиональными актерами озвучивание сделают каждую игру настоящим праздником.

(Слайд 4) Итак, подведём итог. **Компьютерные игры:**

<b>Развивают у ребенка:</b>	<b>Учат ребенка:</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• быстроту реакции;</li><li>• мелкую моторику рук;</li><li>• память и внимание;</li><li>• логическое мышление;</li><li>• зрительно-моторную</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• классифицировать и обобщать;</li><li>• аналитически мыслить в нестандартной ситуации;</li><li>• добиваться своей цели;</li></ul>

координацию.

- совершенствовать интеллектуальные навыки.

Не смотря на это многие из вас, я уверена, мучаются угрызениями совести, глядя на увлечённо играющего на компьютере малыша, потому что все слышали о вреде компьютерных игр на здоровье детей. Отчасти это правда, и нам необходимо вооружиться специальными знаниями в этом вопросе, чтобы компьютерные игры отныне приносили к нам в дом только положительные эмоции.

(Слайд 5) Самое главное – знать, как влияет компьютер на детский организм и сколько времени ребёнок может проводить за монитором без вреда для здоровья. (Слайд 6) Существуют четыре основных вредных фактора: нагрузка на зрение, стеснённая поза, излучение и нагрузка на психику. 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. (Слайд 7) Обязательно помните о том, что для каждого детского возраста существует ограничение по времени для занятий: в 3-4 года – ребёнок может находиться у компьютера 25 минут, в 5-6 лет

– 35 минут, в 7-8 – 40 минут. После чего необходимо сделать перерыв и небольшую гимнастику для глаз.

(Слайд 8) Если у малыша проблемы со зрением, то садиться за монитор ему можно только в очках. 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. Огромную роль в этом играют наследственность, телевизор и чтение в темноте. При грамотном подходе и организации рабочего места ребёнка, его зрению ничего не угрожает.

### **Стеснённая поза**

(Слайд 9) 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. (Слайд 10) Очень важно правильно организовать компьютерное место для ребёнка. Проследите, чтобы кисти рук малыша находились на уровне локтей, а запястья – на опорной планке. Также необходимо сохранять прямой угол (90 градусов) в области суставов. Обязательно проследите, чтобы стул, на котором сидит ребенок, не был слишком высоким или слишком низким. (Если компьютером пользуются члены семьи разного роста, то можно приобрести

специальный конторский стул, высота сиденья которого легко регулируется). Следите, чтобы ребенок во время занятий за компьютером не горбился. Если вы выработаете у него привычку сидеть ровно и смотреть на компьютер прямо, то вероятнее всего ему удастся в будущем избежать проблем с мышцами и суставами. 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.

### **Излучение**

(Слайд 11) Изначально некоторые родители боятся радиации от компьютерного монитора. Но должна вам сказать, что у современных ЖК-мониторов предусмотрены все меры безопасности: в частности, собственно то, что называется радиацией (гамма-лучи и нейтроны), монитор вообще не производит. В нём просто нет устройств со столь высокой энергией. Также ничего не излучает системный блок.

Но каждое устройство, которое производит или потребляет электроэнергию, создает электромагнитное излучение. Это излучение концентрируется вокруг устройства в виде электромагнитного поля. Некоторые приборы, вроде тостера или холодильника, создают очень низкие уровни электромагнитного излучения. Другие устройства (высоковольтные линии,

микроволновые печи, телевизоры, мониторы компьютеров) создают гораздо более высокие уровни излучения. Электромагнитное излучение нельзя увидеть, услышать, понюхать, попробовать на вкус или потрогать, но, тем не менее, оно присутствует повсюду.

Хотя вредное влияние обычных уровней электромагнитного излучения на здоровье детей и взрослых никем пока не доказано, но лучше бы поберечься. Вот несколько советов: (Слайд 12)

- Наиболее безопасно установить компьютер в углу комнаты или в таком месте, где те, кто на нем не работает, не оказывались бы сбоку или сзади от машины.
- Ребенок не должен надолго оставлять компьютер или монитор включенным. Если машина не используется, выключите ее.
- Следите за тем, чтобы ваши дети сидели по возможности дальше от экрана. Согласно испытаниям, проведенным журналом "Macworld", пользователи, сидевшие, по крайней мере, в 70 см от экрана, получили минимальную дозу электромагнитного излучения.

### **Психическая нагрузка**

(Слайд 13) Четвертый по важности фактор риска – нагрузка на детскую психику.

Компьютер требует не меньшей сосредоточенности, чем вождение автомобиля.

Интересные игры требуют огромного напряжения, которого практически не бывает в обычных условиях. Эта область ещё мало изучена. И всё же психическую нагрузку можно уменьшить. (Слайд 14) Во-первых, в работе (повторимся ещё и ещё раз) следует делать перерывы, а во-вторых, необходимо следить за содержательной стороной работы на компьютере. Легче всего для детского восприятия статическое, крупное цветное изображение в сопровождении звука. Достаточно безопасно рассматривать картинки или фотографии в сопровождении дикторского текста или музыки. Хуже для психики и для глаз воспринимается рисование на компьютере, напрягая зрение, малыш напрягается сам. Всё это происходит и во время чтения с экрана текста, поэтому поиск информации в Интернете нужно дозировать. Ну и, наконец, настоящие вредители для психики ребёнка – игры: (Слайд 15)

- содержащие движущееся на высокой скорости изображение и мелкие элементы
- содержащие агрессию, девиз, которых можно выразить следующими словами: «Убей их всех!».

Переутомление и напряжение детского организма после таких игр снять очень нелегко.

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

(Слайд 16)

- Прежде всего, выбирайте жанр игры в соответствии с темпераментом и склонностями ребёнка: одним детям лучше подходят спокойные, размеренные игры, другим – активные, динамические.
- Разрешайте дольше играть в игры с исследовательским содержанием, чем с развлекательным. Если ребёнок проявляет инициативу, пытается разрешить возникшую проблему, анализирует сложившуюся ситуацию и делает из неё выводы – такая игра, несомненно, содержит элементы исследования.
- 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 покидать 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.

(Слайд 17) Описанные нами все *за* и *против* пребывания за компьютером вашим ребёнком, отнюдь не преувеличены, но и не



преуменьшены. Следуя нашим советам и рекомендациям, вы сумеете создать в своей семье благоприятную и безопасную компьютерную среду. А ваши дети вырастут и здоровыми, и одновременно чувствующими себя уверенно и комфортно в мире новых технологий и компьютеров. (Слайд 18)