

## Консультация для родителей «Дошкольник и компьютер: за и против»



Сегодня сложно представить нашу жизнь без компьютеров, ноутбуков, планшетов и смартфонов. Они стали неотъемлемой частью нашей жизни. Ими пользуются практически в каждой семье. Для некоторых взрослых компьютер – это часть работы, для других людей он является инструментарием для получения нужных сведений, для кого-то – это занимательная игрушка.

Сейчас есть разные взгляды о пользе и вреде компьютера для дошкольника. Вопрос о влиянии компьютерной техники на неокрепший детский организм является сегодня одним из наиболее актуальных. Те взрослые, которые хотят сберечь зрение своего малыша, выступают категорически против компьютера в жизни ребёнка, считают его пустой тратой времени. Есть другая позиция родителей, которые стараются с малых лет развивать сына (дочь) через определённые компьютерные игры, тем самым адаптировать дошкольника к сегодняшнему дню.

### **Кто же прав?**

В настоящее время ребёнок без особых затруднений овладевает компьютером и в этом виртуальном мире чувствует себя так же свободно, как при общении со сверстниками, при занятиях с игрушками.

Чем ему так интересен компьютер? Здесь он может сам активно участвовать в действии и влиять на события, а не быть пассивным зрителем, как при просмотре, например, мультфильма.

### **В чём польза и вред компьютера?**

Дошкольники, которые дозированное время занимаются на компьютере, психологически более готовы к школе. У них лучше развиты внимание, память, познавательная мотивация, умение построить план действий, принять и выполнить задание. С этим мнением согласны многие педагоги. Развивающие и обучающие компьютерные программы знакомят детей с буквами и цифрами, с цветом и формой, с окружающим миром. Работа с компьютером учит ребёнка компьютерной грамотности.

Но важно оградить малыша от чрезмерного увлечения играми, иначе это может негативно сказаться на психическом и физическом здоровье

ребёнка. Ведь занятие за компьютером происходит в ущерб двигательной активности, общению с людьми, природой, чтению книг, что так необходимо для полноценного и гармоничного развития личности.

Медики приходят к выводу, что для здоровья дошкольника компьютер скорее вреден, чем полезен. Нужно понимать, что любая, даже непродолжительная по времени компьютерная игра, может негативно сказаться на общем состоянии дошкольника. После эмоционального подъёма во время захватывающей игры малыш не сможет почувствовать момент, когда наступит утомление, и продолжит времяпрепровождение за компьютером. А это впоследствии может не в лучшую сторону повлиять на здоровье, на настроение, на сон.

Нельзя однозначно сказать, что правы те или другие. Как найти «золотую середину»?

Какие правила следует соблюдать, чтобы компьютер не приносил малышу вред?

Идеальный монитор - на жидких кристаллах, и соответствует международным стандартам безопасности.

Наилучшим для работы с компьютером считается естественный дневной свет. Иначе глаза напрягаются, и зрение ухудшается, а сами дети перевозбуждаются.

Обязательно в комнате, где ребёнок занимается за компьютером, нужно регулярно делать влажную уборку (не забывать протирать монитор, проветривать).

Нужно следить за осанкой ребёнка. Рабочее место для игры малыша должно быть обустроено с учётом возрастных и индивидуальных особенностей.

После игры за компьютером полезно провести с ребёнком зрительную гимнастику, чтобы снять напряжение с глаз, а также выполнить физические упражнения для снятия общего утомления и напряжения с мышц шеи, верхнего плечевого пояса.

Важно ограничить время нахождения за компьютером. Детям до 5 лет не рекомендуется заниматься за компьютером. Детям 6-7 лет можно пользоваться компьютером 15 минут в день 3 раза в неделю. Родителям при решении этого вопроса надо проявить, с одной стороны, настойчивость и последовательность, а с другой – преодолеть собственный соблазн отдохнуть от ребёнка, который, сидя за компьютером, не мешает заниматься домашними делами.

Взрослые иногда не могут лично контролировать использование домашнего компьютера ребёнком. Поэтому была создана программа КиберМама™. КиберМама™ - программа для родителей, позволяющая

планировать, контролировать и ограничивать работу детей на домашнем компьютере.

Лучше первое близкое знакомство малыша с техникой провести под контролем взрослых. Например, мама с ребенком сидит за компьютером, и спокойным голосом рассказывает о том, что происходит на экране. Лучше подготовиться заранее и подобрать несколько презентаций с обучающими картинками — это могут быть домашние или дикие животные, овощи или фрукты, геометрические фигуры или карточки с основными цветами.

Таким образом, кратковременные занятия на компьютере и игры для дошкольников принесут несомненную пользу, если прислушаться к рекомендациям и их выполнять. От этого зависит здоровье ребёнка. Компьютеры вызывают у детей огромный интерес и задача родителей направить этот интерес в нужное русло, научив ребенка азам компьютерной грамотности и правилам безопасной работы на компьютере. Ребенок должен воспринимать компьютер, как естественную, но далеко не самую главную составляющую его жизни.

