

Компьютер и дети дошкольного возраста

МИФЫ О ВРЕДЕ КОМПЬЮТЕРА ДЛЯ ДЕТЕЙ...

На слуху страшные слова: компьютерная зависимость, вредные излучения губят здоровье ребенка, портят зрение; все игры отупляют и не дают развиваться ребенку.

В этих словах есть огромная доля правды, но если рассмотреть каждый минус отдельно, то «не так страшен черт, как его малюют».

Зависимость

Каждый родитель в состоянии установить лимит встреч компьютера и своего ребенка. Думаю, что каждый из нас в силах уберечь своего малыша от игровой зависимости, при условии, что он этого хочет. Очень часто случается, что родители оставляют ребенка перед компьютером, дабы заняться своими делами, при этом не ограничивая время пребывания за ним, и оставляя выбор игры за ребенком. Отсюда и плачевные последствия.

Совет — самостоятельно выбирать игры и лимитировать время пребывания перед экраном. Во избежание истерик, что хочу играть сейчас, а не потом, советую установить не только лимит, но и определенное время для игр, например, после завтрака, после сна или после прогулки.

Вред здоровью

Безусловно, компьютерные излучения могут быть вредны неокрепшему здоровью малыша. Чрезмерное напряжение глаз может ухудшить зрение, но 15 минут в день за монитором не испортят зрение, тем более, если применять все правила безопасности при работе за компьютером.

Игры отупляют и не дают развиваться ребенку

Игры должны быть развивающими и обучающими для детей. Развивающие игры способствуют развитию внимания, памяти, логики, мышления, учат счету и чтению, помогают познавать окружающий мир, различные головоломки, возможно легкие детские квесты или стратегии, которые развивают мыслительные способности ребенка, помогают научиться думать, решать задачи и выполнять задания. К счастью, таких игр сейчас очень и очень много в сети и найти их под силу каждому.

Как выбрать игры для ребёнка дошкольника

Отдавайте предпочтение *обучающе-развивающим программам*, а не развлекательным играм, так как дети отличаются повышенной эмоциональностью, впечатлительностью, из-за чего мир виртуальной игры может сильно увлечь малыша, стать значимым, исказить реальные представления и привести к дальнейшему неадекватному поведению в обычных ситуациях.

Развивающая программа должна:

- соответствовать возрасту ребёнка;
- состоять из мини-игр, которые он сможет пройти;
- занимать по времени одна игра или уровень, тур должен не более 15 минут, чтобы ее можно было прервать, не приводя малыша к раздражению.

Контроль родителей

Всегда нужно знать, чем ваш ребёнок занят на компьютере. *Помните:* как и любые занятия, компьютерные игры требуют времени, правильного применения, терпения и заботы со стороны взрослых;

Компьютер нельзя считать приходящей няней. В развитии навыков реального общения компьютерные навыки могут играть только вспомогательную роль.

Компьютер лишь дает новую возможность родителям и их детям интереснее проводить время и игры. Когда эта возможность используется мудро, то компьютеры могут предложить детям еще один мир для исследований, который поможет удовлетворить бесконечное любопытство и жажду знаний ребенка.

Рабочее место ребенка

- стул должен быть со спинкой и желательно с подножкой;
- монитор нужно устанавливать только на верхнюю столешницу, клавиатура и мышь должны располагаться перед монитором так, чтобы было место на столе для опоры предплечий рук ребенка;
- глаза должны быть на уровне середины или 2/3 экрана монитора;
- расстояние от глаз до экрана монитора должно быть в пределах 50-60 см;

Для того, чтобы компьютер стал вашим союзником в воспитании и развитии ребёнка, а не врагом, необходимо строго выполнять ряд требований:

1. Не рекомендуется допускать ребенка дошкольного возраста к компьютеру чаще 2 - 3 раз в неделю, больше одного раза в течение дня, а также поздно вечером или перед сном.

2. Продолжительность разовой работы ребенка на компьютере не должна превышать

10 минут для детей 5 лет,

15 минут – для детей 6 лет.

3. После игры за компьютером полезно провести с ребенком в течение 1 минуты зрительную гимнастику, чтобы снять напряжение с глаз, а также выполнить физические упражнения для снятия общего утомления и напряжения с мышц шеи, верхнего плечевого пояса.