

## **Консультация для родителей по организации совместной деятельности на тему: «Дошкольник и компьютер»**

Бирюкова Маргарита Олеговна, воспитатель Никольского филиала МБДОУ Платоновского детского сада Рассказовского района Тамбовской области

Ещё с раннего детства родители совершают первую ошибку, заменяя живое общение с малышом, давая ему поиграть в компьютер. Ведь пока мама или папа заняты или хотят отдохнуть, ребёнок занят, никуда не полезет, чему-то научится, посидит тихо. Красота. В этот момент у ребёнка появляется виртуальный друг. Давайте вместе разберёмся хороший это друг или плохой.

Как друг компьютер поможет вашему ребенку:

- развить важнейшие операции мышления как обобщение и классификация на более раннем периоде жизни, чем при обычном обучении;
- улучшить память и внимание;
- улучшить моторную координацию и умение координировать моторные и зрительные анализаторы;
- сформирует познавательную мотивацию, произвольную память и внимание, что обеспечит психологическую готовность к школе;
- пополнить багаж знаний;
- общение с другими сверстниками, возможность расширить круг общения за пределы города, страны;

Но, чрезмерное общение с компьютером приводит к:

- ухудшению зрения и осанки;
- при длительной игре происходит перегрузка суставов кистей рук;
- снижение двигательной активности, при долгом сидении застой в органах малого таза;
- может отрицательно сказаться на психическом здоровье ребёнка. Появится раздражение, головные боли, нарушение сна, утомляемость, агрессия;
- уход от реального мира, ребёнок плохо сопоставляет виртуальные и реальные события;
- отсутствие коммуникативных навыков;
- нежелательный багаж знаний (порно сайты, знакомство с сомнительными личностями и следующее общение, игры-боевики и др.)
- в комнате, где работает компьютер, температура воздуха повышается, а влажность снижается до 40%. Воздух насыщается тяжёлыми ионами.

Поэтому нужно соблюдать основные правила при работе с компьютером.

Основные правила при работе малыша за компьютером

*(которые также необходимо соблюдать и взрослым):*

- ребенок может играть за компьютером не более 15 минут в день
- лучше играть в первой половине дня
- 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

«Глазкам нужно отдохнуть.»

(Ребята закрывают глаза)

«Нужно глубоко вздохнуть.»

(Глубокий вдох. Глаза все так же закрыты)

«Глаза по кругу побегут.»

(Глаза открыты. Движение зрачком по кругу по часовой и против часовой стрелки)

«Много-много раз моргнут»

(Частое моргание глазами)

«Глазкам стало хорошо.»

(Легкое касание кончиками пальцев закрытых глаз)

«Увидят мои глазки все!»

(Глаза распахнуты. На лице широкая улыбка)

- игровую деятельность сменить физическими упражнениями
- При слабом зрении садиться за компьютер можно только в очках.
- Делать перерывы в работе и гимнастику для глаз через каждые 15-25 минут работы перед монитором.
- Соблюдать правильную рабочую позу.
- Не работать на компьютере в темноте.
- Следить за содержательной стороной игр и программ.
- После занятий умыться прохладной водой.

Общение с компьютером весьма привлекательно для ребенка, но длительное застывшее сидение за компьютером не редко приводит к перенапряжению нервной системы, нарушению сна, ухудшению

самочувствия, утомлению глаз. Конечно, чрезмерное утомление во многом зависит не только от продолжительности занятий, но и от их характера. Наиболее утомительными для детей считаются военизированные остросюжетные игры, получившие сленговые названия «стрелялки», «догонялки», «убивалки» и «бродилки», а также тактические военные игры.

Дети с удовольствием отдают им свое время играм красивым и увлекательным, хитрым и замысловатым, но агрессивные и кровожадные игрушки для мальчиков и девочек крайне опасны. Психика детей крайне неустойчива, поэтому чрезмерное увлечение компьютерными играми может стать причиной крайне тяжелых последствий - развивается повышенная возбудимость, ребенок становится капризным, перестает интересоваться чем-либо, кроме компьютера.

Следует помнить, что игра - это средство развития ребенка, поэтому основная ее функция должна быть развивающей, обогащающей его внутренний мир. Компьютер не должен быть средством замены общения родителей с собственным ребенком (мол занят и ладно, главное что бы не мешал).

Здоровье детей, как физическое, так и психическое, в руках их родителей. Не стоит спешить с знакомством малыша с компьютером.