

Консультация для родителей «Дети и компьютер»

Подготовила- Казанцева Татьяна Александровна

воспитатель МДОУ Д/С « АБВГДейка»

В современном образовательном пространстве практически нельзя обойтись без компьютерных технологий. Педагоги в образовательном процессе все чаще и чаще применяют традиционные и инновационные информационные технологии, предполагающие не только использование компьютера для освещения какой-либо информации, но и обучение детей с дошкольного возраста элементарной компьютерной грамотности. Таким образом, происходит приобщение современного поколения к информационной культуре, без которой невозможно обойтись в наше время.

Приобщение к информационной культуре - это не только овладение компьютерной грамотностью, но и приобретение этической, эстетической и интеллектуальной чуткости. То, что дети могут с завидной легкостью овладевать способами работы с различными электронными, компьютерными новинками, не вызывает сомнений; при этом важно, чтобы они не попали в зависимость от компьютера, а ценили и стремились к живому, эмоциональному человеческому общению (С.В. Гурьев).

Вместе с тем, в настоящее время существует множество мнений по поводу включения компьютера в жизнь ребенка. Многие родители, стремящиеся сохранить зрение ребенка-дошкольника, встают на позицию исключаящую возможность использования компьютера в домашних условиях. Другие родители, наоборот, стараются образовывать, приобщать своего малыша с раннего возраста к современному миру посредством компьютерных развивающих игр. На чьей же стороне правда? Попытаемся ответить на данный вопрос.

Компьютер вполне естественно вписывается в жизнь детского сада и семьи, являясь одним из эффективных современных технических средств, при помощи которого можно значительно разнообразить процесс воспитания, обучения и развития малыша. Компьютер уже сам по себе привлекателен для ребенка, вызывает у детей познавательный интерес. Каждое занятие с применением компьютера вызывает у дошкольников эмоциональный подъем, желание добиться успехов, сделать задание до конца. Однако при организации работы ребенка на компьютере необходимо учитывать многие факторы.

Возраст ребенка и временные ограничения работы на компьютере

Детям до 5 лет не рекомендуется пользоваться компьютером. Детям пяти - семилетнего возраста можно "общаться" с компьютером не более 10-15 минут в день 3-4 раза в неделю. Учащимся первого класса - 10-15 минут в день.

Технические характеристики компьютера

Желательно, чтобы монитор был жидкокристаллическим или плазменным. Размер экрана дисплея должен быть по диагонали не менее 35-38 см для того, чтобы ребенок мог четко видеть текст с расстояния 50-70 см. Дисплей должен быть подвижным, чтобы его можно было поворачивать и наклонять в разные стороны в зависимости от освещения.

Организация рабочего места ребенка

Монитор должен стоять на расстоянии не менее 60 см от окна, таким образом, чтобы окно располагалось слева от компьютера. При этом на экран ни в коем случае не должны попадать блики от окна или других источников освещения. Для этого оконные проемы можно завешивать занавесями или жалюзи для ограничения светового потока. Запрещается использование темных занавесей на окнах, так как они могут очень сильно затенять помещение.

Монитор должен располагаться на уровне глаз ребенка или чуть ниже. Наилучшим для работы с компьютером считается естественный дневной свет, т.к. только он содержит в себе весь цветовой спектр, поэтому, чем больше лампа соответствует дневному свету, тем лучше. Ни в коем случае нельзя использовать неоновые лампы, т.к. они мигают, излучают рассеянный свет, имеют недостаток цветового спектра и не создают четких теней. При работе с такими лампами возникает сильное напряжение глаз, что может провоцировать снижение зрения. К тому же эти лампы могут вызвать повышение возбудимости у детей, они начинают капризничать, плохо спят.

Мебель рабочего места должна быть удобной для ребенка. Стул должен быть со спинкой, а под ноги ребенка дошкольного и младшего школьного возраста всегда должны ставиться подставки.

Сколько времени можно проводить за компьютером?

Для предотвращения негативного влияния компьютера на здоровье ребенка, родителям следует строго ограничить время, которое ребенок может проводить за компьютером. Так, малышам до 6 лет можно заниматься не более 20 минут в день, и то желательно с 1-2 перерывами. Школьникам (7-8 лет) можно увеличить время до 30-40 минут в день, а ребятам с 9-11 лет можно проводить за компьютером не более полутора часа в день (естественно, с перерывами) .

Развивающая функция компьютера.

Подходящие по возрасту развивающие игры или даже просто взятые из Интернета картинки способны расширить кругозор ребёнка и в игровой форме дать ему необходимые знания. Использовать компьютер в обучающих целях можно уже с 1, 5 лет, когда ребенок проявляет активный интерес не только к окружающим его предметам, но и к изображениям, которые он видит в книжках. Разглядывая вместе иллюстрации с изображением животных, можно привлечь компьютер и Интернет в качестве дополнительного наглядного пособия. Ребенку будет интересно взглянуть на разнообразные изображения и фотографии слона или жирафа, а также узнать какими разными могут быть машинки и поезда.

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.

Положительное влияние компьютера на ребёнка.

Компьютерные игры развивают у ребенка:

- быстроту реакции
- мелкую моторику рук

- визуальное восприятие объектов
- память и внимание
- логическое мышление
- зрительно-моторную координацию

Компьютерные игры учат ребенка:

- классифицировать и обобщать
- аналитически мыслить в нестандартной ситуации
- добиваться своей цели
- совершенствовать интеллектуальные навыки

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!

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

Отрицательное влияние компьютера на ребёнка.

Самый большой вред компьютера в том же, в чём и его достоинство - в его бесконечной увлекательности. Вред компьютер приносит в том случае, когда дети не соблюдают простые правила, предназначенные для того, чтобы свести к минимуму дурное влияние компьютера на своё здоровье (не испортить зрение, не искривить позвоночник, не впасть в психологическую зависимость от электронной игрушки) :

- Дети, увлеченные компьютером, не замечают утомления и усталости глаз, они могут очень сильно их перегрузить. Тем более, если ребенок играет в компьютер, а не занимается какой-то обучающей программой. Поэтому, чтобы сохранить своему ребенку хорошее зрение, всегда контролируйте, сколько времени он проводит перед экраном.

- Растущий организм, нуждается в движении. Из-за длительного неподвижного состояния ухудшается самочувствие ребенка, происходят сбои в организме, это чревато развитием гиподинамии.
- Когда ребенок много играет в компьютерные игры, это сопровождается эмоциональным напряжением, что так же не проходит бесследно. В результате, просидев весь день перед компьютером, ребенок к вечеру приходит в возбужденное и раздраженное состояние, становится агрессивен и неуправляем, а ночью плохо спит.
- С компьютером дети, как правило, общаются один на один, что не способствует развитию навыков общения и игре в коллективе.
- Происходит падение умственных способностей. Ученые обнаружили, что компьютерные игры стимулируют лишь те участки головного мозга, которые отвечают за зрение и движение, но не способствуют развитию других важных его участков. Игры останавливают развитие лобных долей мозга, которые отвечают за поведение человека, тренировку памяти, эмоции и обучение.

Организация деятельности ребенка за компьютером

Игровые компьютерные задания должны быть незначительными по времени.

Следовательно, предпочтение стоит отдавать небольшим по объему играм, либо играм, предполагающим выполнение задания по определенным этапам с последующим сохранением полученных результатов.

Если ребенок уже умеет читать и использует печатный компьютерный текст, то размер шрифта должен быть не менее 14, цвет шрифта всегда должен быть черным, а цвет экрана белый. В цветовой гамме можно периодически использовать желто-зеленые тона.

Обязательно обращайтесь внимание на признаки утомления ребенка во время занятий за компьютером, т.к. в этом случае надо как можно быстрее прервать работу, чтобы избежать негативных последствий. Об утомлении ребенка свидетельствуют следующие признаки - потирание глаз и лица, зевота, отвлекаемость от задания, хаотичные движения, приближение к монитору, нарушение правильной посадки за столом, капризность и пр.

После окончания работы за компьютером для профилактики нарушений зрения и снятия напряжения с глаз и мышц всего тела рекомендуется выполнять несложную гимнастику для глаз и определенные двигательные упражнения.

Попросите ребенка потянуться, сидя спрятать руки за спиной, посмотреть перед собой. Затем, сделать повороты головы в правую и в левую стороны. Потом сделать движения плечами назад, расслабить руки и потрясти ими внизу, снять напряжения с мышц шеи, верхнего плечевого пояса и рук.

И напоследок - памятки о правилах работы на компьютере «детям дошкольного возраста», и некоторые «Офтальмологические паузы» для работы с детьми дошкольного возраста, т.е. «Зрительная гимнастика».

Комплекс гимнастики для глаз № 1

Упражнение 1

Не поворачивая головы посмотреть медленно вправо, затем прямо, медленно повернуть глаза влево и снова прямо. Аналогично вверх и вниз. Повторить 2 раза подряд.

Упражнение 2

Стоя у окна, выставить руку вперед с поднятым указательным пальцем. Внимательно посмотреть на кончик пальца, после этого перевести зрение вдаль. Через 5 секунд снова вернуть зрение на кончик пальца и так 5 раз подряд.

Упражнение 3

Делать круговые движения глазами по часовой стрелке и против нее, не поворачивая головы. По 5 раз.

Упражнение 4

"Выписывание" глазами горизонтально лежащих восьмерок по часовой стрелке и против нее. По 5 раз в каждую сторону.

Упражнение 5

Стоя у окна, закрыть глаза, не напрягая мышц, затем широко открыть глаза и посмотреть вдаль, снова закрыть и т.д. 5 раз подряд.

Уважаемые родители! Помните, что работа ребенка за компьютером должна проходить всегда только под строгим контролем со стороны взрослых.

Комплекс зрительной гимнастики № 2

1. На счет 1-4 закрыть глаза, не напрягая глазные мышцы, на счет 1-6 широко раскрыть глаза и посмотреть вдаль. Повторить 4-5 раз.
2. Посмотреть на кончик носа на счет 1-4, а потом перевести взгляд вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
3. Не поворачивая головы, медленно делать круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз-вправо. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
4. Держа голову неподвижно, перевести взор, зафиксировав его, на счет 1-4 вверх, на счет 1-6 прямо; затем аналогично вниз-прямо, вправо-прямо, влево-прямо. Прodelать движение по диагонали в одну и другую стороны, переводя глаза прямо на счет 1-6. Повторить 3-4 раза.
5. Не поворачивая головы, закрытыми глазами "посмотреть" направо на счет 1-4 и прямо на счет 1-6. Поднять глаза вверх на счет 1-4, опустить вниз на счет 1-4 и перевести взгляд прямо на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
6. Посмотреть на указательный палец, удаленный от глаз на расстоянии 25-30 см, и на счет 1-4 приблизить его к кончику носа, потом перевести взор вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Будьте здоровы!

Зрительная гимнастика

«ЗАЯЦ»

Вверх морковку подними,

На неё ты посмотри.

(смотрят вверх)

Вниз морковку опусти.

(смотрят вниз)

Только глазками смотри:

Вверх-вниз, вправо-влево.

(глазами смотрят вверх-вниз, вправо- влево)

Ай да, зайчика, умелый!

Глазками моргает

(моргают глазками)

Глазки закрывает.

(глазки закрывает)

Зайчики морковки взяли,

С ними весело плясали.

Памятка для родителей

- ***Ребенок может работать за компьютером не более 15 минут (дошкольник), младший школьник – 10 минут, старший – 1,5 – 2 часа.***
- ***Лучше играть в компьютерные игры в первой половине дня.***
- ***В течение недели ребенок может работать с компьютером не более трех раз.***
- ***Комната, в которой он работает за компьютером, должна быть хорошо освещена.***
- ***Мебель (стол и стул) по размерам должны соответствовать росту ребенка.***
- ***Расстояние от глаз ребенка до монитора не должно превышать 60 см.***
- ***В процессе игры ребенка на компьютере необходимо следить за соблюдением правильной осанки ребенком.***
- ***После игры с компьютером нужно обязательно сделать зарядку для глаз, заняться физическими упражнениями и играми.***

Используемая литература

1. Габдуллина З. М. Развитие навыков работы с компьютером у детей 4 - 7 лет. М.: 2010. – 139 с.
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: дошкольник и компьютер М.: ВАКО, 2012. 235с.
3. Леонтьев В.П. Компьютерная энциклопедия школьника М.: ОЛМА-ПРЕСС Образование, 2014. 378 с.
4. Хлебалина Е. А. Энциклопедия для детей .М.: Аванта, 2004. Т.22. С.47-57.
5. <http://www.rjevka.com/kids/> Ребенок и компьютер