

Компьютер и ребенок



Вечная тема – компьютер и ребенок, ребенок и компьютер. Существуют как ярые противники, так и сторонники среди любящих пап и мам. С одной стороны – это устройство способствует умственному развитию, но с другой – есть риск ухудшения здоровья и появления зависимости от разноцветных пикселей.

Компьютер: аргументы «против»

1. Самый первый и наиболее весомый аргумент со знаком минус – нагрузка на зрение. Во время работы за компьютером происходит переутомление и, как следствие, острота зрения постепенно снижается, а если есть генетические предпосылки, то спад идет стремительно. Глаза внимательно фокусируются то на экране, то на клавиатуре – мышцы очень устают от такой активности.
2. Также страдает осанка, ведь чаще всего дети сидят за компьютером сгорбившись. В будущем это может привести к остеохондрозу и другим заболеваниям суставов, потому что межпозвоночные диски изнашиваются на раннем этапе развития. Плюс ко всему – есть вероятность возникновения проблем с дыхательными путями, так как грудная клетка сдавливается из-за неправильной позы.

3. Не менее важным аспектом в развитии вашего ребенка является его психическое состояние, на которое компьютер оказывает огромную нагрузку. Нервно-эмоциональное напряжение постепенно увеличивается, потому что все, что происходит на экране, требует огромной сосредоточенности,



быстрой ответной реакции – даже если это будет простая развивающая игра. Малыш испытывает неосознанный стресс – это способствует частым переменам в настроении, вспышкам агрессии или, наоборот, он становится замкнутым и необщительным.

4. Компьютерные игры отображают лишь иллюзию живого общения и не приводят к формированию коммуникативных навыков в реальности – особенно это опасно для застенчивых и робких детей. Компьютер дает возможность отправиться в другой мир. Такой уход в искусственную реальность может спровоцировать у ребенка **зависимость** от компьютера.

Компьютер: аргументы «за»

Выдающийся детский психолог Леонид Венгер считал, что компьютер помогает быстрому интеллектуальному росту ребенка, ведь на экране оживают самые различные фантазии малыша, начиная от сказочных персонажей, заканчивая всевозможными инсталляциями из букв и цифр. Получается, что дети сами создают мир чем-то похожий на реальный, именно свой мир – такой, какой нравится им.

1. Большинство компьютерных программ составлены так, чтобы ребенок получил обобщенное представление обо всех похожих ситуациях и предметах. Посредством этого стремительно развиваются важные операции мышления: классификация и обобщение.
2. Ребенок рано начинает понимать, что предметы на экране – это не сами реальные вещи, а только их знаки. Таким образом, у детей очень рано начинает развиваться знаковая функция сознания – понимание того, что существует несколько уровней реальности.
3. Раннее знакомство с компьютером улучшает память и внимание детей. Все дело в том, что им свойственно запоминать только очень яркие эмоциональные случаи и детали, ведь детская память произвольна. Здесь как раз и помогут веселые пиксели – усвоение материала будет более осмысленным и долговременным.
4. К тому же, одновременно со всеми мыслительными процессами происходит формирование моторики, мелкой мускулатуры, зрительной координации, что в дальнейшем позволит малышу не

испытывать проблем со сложными физическими упражнениями, не путать право и лево, ведь при работе с компьютером действия рук нужно сочетать с визуальными процессами на экране.

5. Плюс ко всему – ребенок занимается с удовольствием, искренним любопытством и интересом. Познавательная мотивация – один из главных факторов, который обеспечивает хорошую психологическую готовность ребенка к школе.

Советы родителям

1. Изображение на экране должно быть качественным, поэтому не экономьте – желательно приобрести монитор с высоким разрешением, частотой обновления и хорошей видеокартой, ведь самое первое о чем стоит подумать – это зрение. Организм дошкольника находится в процессе постоянного интенсивного развития – именно в 5-6 лет формируется нормальная рефракция глаза, поэтому время за компьютером не должно превышать более 10-15 минут, в 7 лет – 30 минут. Далее – необходимо сделать гимнастику для глаз, которая улучшит кровоснабжение.
2. Следите за тем, чтобы расстояние от экрана до глаз составляло около 50-70 см. Еще малышу не желательно сидеть за компьютером в темноте, так как это может поспособствовать развитию близорукости. Расположите монитор так, чтобы свет от окна не падал на экран и, в то же время, не слепил ребенка.
3. Важно обустроить рабочее место для малыша правильным образом: стул обязательно должен быть с устойчивой спинкой, плюс – регулировка высоты тоже не помешает, так как линия от головы ребенка до монитора должна выдерживать строгий перпендикуляр. Проследите, чтобы кисти рук малыша находились на уровне локтей, запястья – на опорной планке.
4. Следите за содержательной стороной игр. Лучше всего будет восприниматься крупное цветное изображение со



звуковым сопровождением. Хуже – рисование, которое довольно сильно напрягает зрение и малыша в целом. Также это касается чтения текста с экрана и игр с мелкими, быстро движущимися элементами.

5. Необходимо постоянно проводить влажную уборку из-за большого количества пыли – мягкой, слегка влажной тряпочкой или специальными салфетками. После работы с компьютером лицо ребенка можно умыть прохладной водой.

6. Не разрешайте малышу перекусывать за компьютером, потому что в будущем эта вредная привычка может сохраниться. Также недопустимо присутствие двоих детей за одним компьютером, так как это резко ухудшает условия просмотра изображения.



Не забывайте о том, что все вышеперечисленные правила подходят для детей без каких-либо нарушений, генетических предрасположенностей и отклонений в развитии.

Интерес детей к компьютеру огромен и ваша цель – задать правильный курс с учетом сохранения здоровья. Для этого достаточно выполнять простые правила предосторожности, больше внимания уделять ребенку, следить за его досугом – проводить и организовывать подвижные игры, прогулки, занятия спортом.



Ни в коем случае нельзя наказывать и поощрять малыша посредством компьютера – «если ты плохо будешь кушать, то сегодня не сядешь за компьютер». Таким образом, очень легко развить зависимость ребенка от увлекательного экрана – разве вам это нужно? Компьютер должен, прежде всего, стать помощником и уместным дополнением в развитии любопытного малыша.