Вред или польза гаджетов для детей дошкольного возраста

Современные дети очень много общаются с телевидением, видео и компьютером. Если предыдущее поколение было поколением книг, то современное получает информацию через видео ряд.

На экране дисплея оживают любые фантазии ребенка, герои книг и сказок. Но также оживают и предметы окружающего мира, цифры и буквы. Попадая в компьютерную игру, они создают особый мир, похожий на реальный, но и отличающийся от него.

Компьютерные игры составлены так, чтобы ребенок мог представить себе не единичное понятие или конкретную ситуацию, но получил обобщенное представление обо всех похожих ситуациях или предметах. Таким образом, у детей развиваются такие важнейшие операции мышления как обобщение и классификация, которые при стандартном обучении начинают формироваться с 6-7 лет.

**Одна из важнейших функций компьютерных игр – обучающая.**

Поговорим об этом подробнее и посмотрим, что же нового может дать компьютер по сравнению с живым учителем. В этих играх ребенок начинает очень рано понимать, что предметы на экране - это не реальные вещи, но только знаки этих реальных вещей. В различных играх эти знаки или символы реальных предметов усложняются, становятся все более и более обобщенными и все меньше походят на окружающие реальные предметы.

Почти все родители знают, как трудно бывает усадить малыша за занятия. На компьютере ребенок занимается с удовольствием, и никогда не будет возражать против предложения позаниматься на компьютере. Это связано с тем, что компьютер сам по себе привлекателен для детей как любая новая игрушка.

**Итак, компьютер развивает множество интеллектуальных навыков.**

**Но есть одно "но".**

Нельзя забывать о золотой середине, о норме. Всякое лекарство может стать ядом, если принято в не разумных дозах.

Нужно понять, что компьютер - это не волшебная палочка, которая за один час игры сделает ребенка сразу умным и развитым. Как и любые занятия, компьютерные игры требуют времени, правильного применения, терпения и заботы со стороны взрослых.

**Существуют определенные ограничения по времени.**

Детям 3-4 лет не рекомендуется сидеть перед экраном больше 20 минут, а ребятам 6-7 лет можно увеличить время ежедневной игры до получаса. К сожалению, сейчас нередко встречаются дети, которые перешли грань разумного в общении с компьютером. Чрезмерное общение с компьютером может не только привести к ухудшению зрения ребенка, но и отрицательно сказаться на его психическом здоровье.

При всем преимуществе компьютерных игр они все же воздают иллюзию общения и не приводят к формированию навыков настоящего общения. Особенно это опасно для застенчивых детей. Реальное общение доставляет им психоэмоциональное напряжение, ставит их в состояние стресса, и тогда на смену ему приходит псевдообщение.

Компьютер дает возможность перенестись в другой мир, который можно увидеть, с которым можно поиграть.

В тоже время ребенок все больше отвергает реальный мир, где ему грозят негативные оценки и необходимость что-то менять в себе. Такой уход в искусственную реальность может сформировать у ребенка подобие психологической зависимости от компьютера.

В развитии навыков реального общения компьютерные навыки могут играть только вспомогательную роль.

**Как определить момент наступления утомления у детей при работе на компьютере?**

Уровень эмоциональной восприимчивости и степень сопереживания у детей при работе на компьютере могут быть различны как по причине приобретения определенных комплексов поведения под влиянием воспитания, так и в силу индивидуальных различий по состоянию здоровья, особенностям их нервной системы и других психофизиологических показателей. В связи с этим у разных детей и сроки наступления утомления могут быть различными: у одного - через полчаса, у другого - через 10 минут, а третий может вообще отказаться от работы в самом начале занятия на компьютере. Кроме того, следует также учитывать самочувствие ребенка в данный момент. Особое внимание необходимо обращать и на особенности личности ребенка: медленного или быстрого он темперамента, впечатлительный или заторможенный, самоуверенный или встревоженный, неуверенный в себе.

По мере утомления детей в процессе компьютерных занятий поведение ребенка изменяется и проявляется у разных детей по-разному. Например, у инертных детей увеличивается пассивность, которая проявляется в изменении позы (полулежа, лежа, иногда с задиранием ног, с поиском опоры у стола), в потере интереса к занятию, в увеличении двигательной активности (ерзание, частые перемены позы), в изменении настроения и др.

У подвижных детей утомление проявляется, как правило, иначе - с преимущественным увеличением нервно-мышечной напряженности. У детей усиливается двигательная активность (вскакивание с места, прыжки, хлопки в ладоши и т. п.), появляются всплески эмоциональных реакций (смех, плач, вскрикивание, пение, разочарование, бурное веселье и т. п.).

По мере утомления в процессе общения ребенка с компьютером психическое состояние и поведение детей изменяется тоже по-разному: у одних появляется неуверенность, тревожность, ухудшается настроение, появляются негативные мысли, страх перед компьютером, отказ от занятий или при продолжении интересной игры уход в себя. Все это при злоупотреблении компьютером может привести к невротическим реакциям (астеническим, фобическим, соматовегетативным изменениям эмоционального статуса, аутизму, депрессии).

У других детей утомление сказывается в чрезмерной нервной возбудимости, агрессивности, раздражительности, бурном проявлении эмоций. При переутомлении происходит срыв адаптационных процессов в организме, желудочные расстройства, изменение сердечного ритма, мускульное и психическое напряжение, и, таким образом, создается реальная угроза для здоровья ребенка.

Итак, мы видим, что утомление при работе на компьютере проявляется у детей по-разному. Однако уже по внешним признакам поведения ребенка можно судить о начавшемся утомлении.

**Почему мы придаем такое значение внешним проявлениям утомления детей , связанного с компьютером?**

Прежде всего, потому, что это доступно для любого заинтересованного наблюдателя: будь то воспитатель, преподаватель или кто-то из родителей. Во-вторых, это объясняется особенностями проявления утомления при работе с компьютером, что требует особого подхода в оценке работоспособности и интенсивности нагрузки. Поэтому важно адекватно оценивать физиологическое состояние организма.

Ориентируясь на собственные самоощущения положительного настроя и отсутствие привычных (для какой-либо другой деятельности) признаков усталости, пользователь компьютера склонен недооценивать реальные изменения в функционировании физиологических систем своего организма и поэтому легко попирает установленные медицинской наукой нормы и правила взаимодействия человека с компьютером. К тому же компьютер увлекает. Он становится привычным в обиходе, и это обстоятельство провоцирует на неограниченное пользование компьютером. А дети в ограничении нуждаются. И сделать это должны родители (педагоги), удобно используя метод определения степени утомления по внешним показателям поведения за компьютером.

Кроме того, ориентация на внешние признаки утомления нам кажется целесообразной еще и потому, что компьютерные технологии все время обновляются, появляются новые марки компьютеров. Процесс же оценки влияния работы на компьютере с помощью инструментальных медицинских и физиологических методик трудоемок и не может быть мгновенным. Он требует длительного времени. Неблагоприятные изменения в организме могут накапливаться постепенно, поэтому последствия могут быть отдаленными.

Еще немаловажный фактор - это индивидуальный характер проявления утомления. В пределах одного и того же возраста сроки наступления утомления могут быть различны. Как мы выше убедились, причины могут быть самые различные. Это и типологические особенности нервно-эмоционального статуса ребенка, и особенности его темперамента, и состояние здоровья, и самочувствие в данный момент, и уровень подготовленности к работе на компьютере, и условия внешней среды (освещенность, температура, влажность, ионный состав воздуха помещений), и многие другие факторы санитарной обстановки.

На работоспособность влияет также качество и содержание компьютерных программ, возраст пользователя. Чем моложе ребенок, тем в большей мере выражены у него признаки внешнего утомления, и тем легче заметить их постороннему наблюдателю.

Следует иметь в виду, что утомление и переутомление ребенка на занятиях с компьютером зачастую не сопровождаются субъективными ощущениями усталости. Вследствие этого бесконтрольные компьютерные игры могут незаметно нанести непоправимый вред здоровью детей. Одним из удобных выходов из этого положения может быть использование метода наблюдения за поведением детей за компьютером, когда отдельные симптомы поведения ребенка становятся сигналами для прекращения занятия или для проведения общей и зрительной гимнастики, для переключения на другие виды деятельности (рисование, прогулка, подвижные или спокойные игры и т. д.). Для того, чтобы не допустить переутомления и связанных с ним нервных срывов и других нарушений, к сигналам для прекращения компьютерных занятий следует отнести такие признаки, как повышенная отвлекаемость, частая смена позы, непривычные движения рук, ног (трясение, стучание и т. п.), неприятная мимика (кривляние, тики), неудержимые всплески эмоций (крик, плач, прыжки и т. д.).

**При педагогической диагностике состояния детей следует ориентироваться на следующие 4 группы критериев утомления:**

1. Потеря контроля над собой: ребенок трогает лицо, сосет палец, гримасничает, трясет ногами, кричит и т. п.

2. Потеря интереса к работе с ПЭВМ: частые отвлечения, разговоры, переключение внимания на другие предметы, отказ от продолжения работы.

3. Полное утомление: склонение туловища на бок, на спинку стула, задирание ног с упором коленей в край стола и т. д.

4. Нервно-эмоциональные реакции: крик, подпрыгивания, пританцовывание, истерический смех и др.

      Этот метод наблюдения позволяет выявить индивидуальные сроки наступления утомления для каждого ребенка в зависимости от его состояния здоровья, самочувствия, индивидуально-типологических особенностей нервной системы, качества компьютера, компьютерной программы и других факторов.

**Не стоит опасаться пагубного влияния компьютера, при правильном подходе, он будет приносить только пользу. Причем очень часто – неоценимую. Поэтому станет он верным другом нашим детям или врагом, зависит только от нас.**

**Компьютер и дошкольник. Вред или польза?**

[1](https://share.yandex.net/go.xml?service=odnoklassniki&url=http%3A%2F%2Fobmen-sadami.ru%2Farticles%2Fzdorove-rebenka%2Fprofilaktika-zabolevaniy%2Fid-56%2F&title=%D0%9A%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D1%8C%D1%8E%D1%82%D0%B5%D1%80%20%D0%B8%20%D0%B4%D0%BE%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%BA.%20%D0%92%D1%80%D0%B5%D0%B4%20%D0%B8%D0%BB%D0%B8%20%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%B7%D0%B0%3F)



Во многих семьях компьютер давно стал неотъемлемой частью жизни наряду с другими бытовыми приборами. Совершенно предсказуемо, что подрастающий малыш также будет тянуться к этому устройству. Как же в такой ситуации должны себя вести родители? Вред или пользу принесет приучение ребенка в раннем возрасте к компьютеру? Попробуем разобраться, с какого возраста нужно знакомить детей с этим «чудом техники». 

**А много ли вреда?**

Медики однозначно заявляют, что компьютер для маленьких детей – это вред. В первую очередь, страдают зрение и осанка. Так или иначе, возникает эмоциональная и психологическая нагрузка от мультфильмов и компьютерных игр. Малоподвижный образ жизни не самым лучшим образом сказывается на развитии малыша.

А что если использовать это устройство с умом, например, для обучения азам счета и чтению, но строго регламентировать временные рамки? Кстати, если родители сумеют подобрать красивое компьютерное детское кресло, то ребенок не будет ерзать на взрослом стуле или неудобной табуретке, сидя перед компьютером. Соответственно, не будет кривить позвоночник и горбиться.

**Польза может быть!**

С раннего детства ребенок стремится к познанию нового. Конечно, заниматься изучением разных наук можно и по книжкам, этого ведь никто не запрещает делать. Но современному ребенку будет гораздо интереснее учиться, видя перед собой яркую анимированную картинку.

Во-первых, малыш гораздо лучше воспринимает информацию в образах: яркий рисунок надолго отложится в его памяти. Во-вторых, у ребенка формируется художественный вкус. При желании он может внести какие-то коррективы или изменения в изображении.

В-третьих, любое нажатие на клавиши или кнопочку мышки развивает мелкую моторику.

Как видим, польза на лицо. Если еще родители подберут ребенку развивающие игры и программы, то малыш научится мыслить логически, давать характеристики предметам, классифицировать их. Многие программы позволяют малышу самостоятельно рисовать, разукрашивать, создавать образы, находить отличия и логические цепочки. С практической точки зрения, после занятий с компьютером обычно не бывает того беспорядка, который остается у некоторых после занятий с книжками и карточками.

**С какого возраста допускать к компьютеру?**

Этот вопрос очень индивидуален и требует персонального подхода в каждой семье. Начинать общение с компьютером можно с прослушивания детских песенок и сказок. Можно доверить малышу двигать мышку самостоятельно, включать картинки со сказками. А еще – обязательно ознакомить с действием клавиш на клавиатуре! Так, вы будете уверены, что ребенок знает, например, предназначение кнопки «Delete», и избежите нервных стрессов.

Приблизительно в трехлетнем возрасте можно показать малышу языковые игры. Он с удовольствием будет смотреть на яркие цветные буквы, повторять их самостоятельно или вместе с вами. Есть много чудесных игр, с помощью которых ребенок научится распознавать цвета и фигуры, узнает о размерах, высоте и расстояниях.

Постепенно, с возрастом уровень и сложность компьютерных игр – обучающих, а не только развлекательных – можно повышать. И помните, что все хорошо в меру!

[Компьютерная зависимость у дошкольников](http://pochepgazeta.ru/?p=7335)

**[](http://pochepgazeta.ru/wp-content/uploads/2014/02/dziecko_komputer_1.jpg)**

**Компьютерная зависимость? Разве может быть такое? Вроде бы все так хорошо, так благоприятно: дети занимаются интересным делом — такое  мнение часто слышно среди родителей нашего детского сада.  Тем самым родители не понимают, что компьютерная болезнь — это недуг, который формируется постепенно.**

Почему формируется компьютерная зависимость? Часто психологи считают причиной возникновения компьютерной зависимости у детей дошкольников — неуверенность в себе и отсутствие возможности самовыражения, когда ребенком овладевает чувство внутренней тревоги и чувство неудовлетворенности. Ребенок в компьютерной игре может одновременно, и «выплеснуть» свою агрессию на виртуальных персонажей, и укрыться от безрадостной для него реальности. Но откуда возникает повышенная тревога и неудовлетворенность? Поводом становятся проблемы в семье, недопонимание между родителями и ребенком, «заброшенность» детей, завышенные требования, которые предъявляются к ребенку взрослыми.

Современный ребенок рано знакомится с компьютером. Многим родителям нравится, что дети не балуются, не носятся по улице, а мирно сидят дома за компьютером. В результате взрослые порой не подозревают, какую информацию черпает их ребенок из компьютера. Они не догадываются, что машина не только становится для ребенка игрушкой или источником знаний, но и начинает эмоционально заменять ему родителей, особенно много работающих. Постепенно ребенок проводит за компьютером все больше времени. За неимением других средств выражения своих мыслей и энергии они обращаются к компьютеру и компьютерным играм, которые создают иллюзию реальности безграничных возможностей, лишенной ответственности. Такая иллюзия оказывает разрушительное действие на психику детей. И в результате этого в своей практической профессиональной работе прослеживаются эмоциональные нарушения у детей старшего дошкольного возраста. У дошкольников выявляются затруднения в общении со сверстниками и взрослыми: неуравновешенность, возбудимость, бурные аффективные реакции (гнев, истерический плач, демонстрация обиды), которые сопровождаются соматическими изменениями (покраснение, усиление потоотделения и т.д.); негативизм, упрямство, конфликтность, жестокость, устойчивое негативное отношение к общению, застревание на отрицательных эмоциях, эмоциональная холодность, отчуждение, скрывающее неуверенность в своих силах.

Компьютерные игры таят в себе не только серьезные опасности, но и могут выявить печальные последствия для здоровья ребенка (нарушения зрения, дефицит движений, испорченная осанка). В последнее годы родители и педагоги все больше жалуются на задержки речевого развития — дети позже начинают говорить, мало и плохо разговаривают, их речь бедна и примитивна. Специальная логопедическая помощь нужна практически каждой группе детского сада.

Лечение компьютерной зависимости — сложная проблема, которая требует согласованной работы специалистов различных областей медицины. В таких случаях родители должны поддерживать ребенка и помогать ему разобраться с возникшими проблемами. Абсолютно неправильно критиковать ребенка, проводящего слишком много времени за компьютером. Это может только углубить проблему и отдалить ребенка от родителей. Если ребенок страдает игровой зависимостью, нужно постараться понять его и какой-то мере разделить его интерес к компьютерным играм. Это не только сблизит ребенка с родителями, но и увеличит его доверие к ним, а значит, ребенок с большей уверенностью будет следовать советам родителей и с большим доверием делится с ними своими проблемами. Критика воспринимается ребенком, как отказ родителей понять его интересы и потому вызывает замкнутость и в некоторых случаях агрессию.

Сказанное выше отнюдь не означает призыва исключить компьютер из жизни и воспитания детей. Но в раннем и дошкольном возрасте, когда внутренняя жизнь ребенка только складывается, экран несет в себе серьезную опасность. Компьютерные игры можно вводить только после того, как ребенок освоил традиционные виды детской деятельности — рисование, конструирование, восприятие и сочинение сказок. И главное — когда он научился самостоятельно играть в обычные детские игры (принимать роли взрослых, придумывать воображаемые ситуации, строить сюжет игры и пр.) и научился отличать игру от реальности. Предоставлять свободный доступ к информационной технике можно за пределами дошкольного возраста (после 6-7 лет), когда дети уже готовы к ее использованию по назначению, когда экран будет для них именно средством получения нужной информации, а не властным хозяином над их душами и не их главным воспитателем.