Ребенок и компьютер.

Компьютер – необходимость или удовольствие?

Повсеместное распространение персональных компьютеров служит источником постоянных споров за и против их использования.

Как обратить в пользу увлечение компьютером и не допустить причинения вреда физическому и психическому здоровью ребенка?

Задумайтесь над фактом:

Преувеличенное значение компьютера, которое придают ему взрослые, повышает его значимость в глазах ребенка.

Что предпринять:

Не делайте компьютер главным членом семьи. Уделяйте занятиям на компьютере незначительную часть своего времени: этот пример обязательно войдет в практику Вашего малыша.

Посвятите свое свободное время общению с ребенком!

Чем вреден компьютер для здоровья?

Почему вредно для здоровья долго находиться перед компьютером?

Задумайтесь над фактом:

Мелькающее изображение вызывает нагрузку на зрение, неменяющаяся поза приводит к нарушениям костно-мышечного аппарата ребенка, малоподвижный образ жизни способствует появлению избыточного веса.

Что предпринять:

Правильно установите монитор относительно источника света.

Подберите мебель в соответствии с ростом малыша (лучше ту, которая регулируется по высоте).

Увеличивайте физическую нагрузку ребенка.

Эти страшные компьютерные игры

С помощью компьютерных игр ребенок переносится из реального мира в виртуальный, отождествляя себя с разными персонажами. Испытываемые при этом эмоции далеко не всегда являются положительными.

Задумайтесь над фактом:

Неотрывное слежение за персонажем игры и необходимость совершать игровые действия приводят к чрезмерной психической нагрузке. Ребенок становится агрессивным, замкнутым, ухудшаются отношения с окружающими, затормаживается интеллектуальное развитие.

Что предпринять:

Не позволяйте ребенку слиться с виртуальной жизнью, живите реальными событиями: устраивайте совместные семейные посиделки, отдыхайте, гуляйте, занимайтесь семейным хобби – спортом, музыкой, творчеством.

Дисциплина за компьютером

Все чаще компьютер становится причиной ссор и обид в семье, особенно между детьми. Можно ли этого избежать, если в доме всего один компьютер?

Задумайтесь над фактом:

Борьба за место у компьютера приводит к негативу в семье – обидам, недопониманию, нездоровому соперничеству, а иногда и более страшным последствиям.

Что предпринять:

Начните формировать информационную культуру всей семьей. Если ребенку установлено ограничение по времени пользования компьютером, установите это ограничение и себе. Переключайтесь на другой интересный вид совместной деятельности.

Развивает ли компьютер?

Ошибочно думать, что компьютер приносит ребенку только вред.

Задумайтесь над фактом:

Существует множество интересных компьютерных игр-занятий, которые способствуют всестороннему развитию ребенка. Правильный подход и верный подбор материала расширит знания об окружающем, сформирует интеллектуальные навыки, выявит имеющиеся способности Вашего малыша.

Что посоветовать:

При подборе развивающих компьютерных игр обращайте внимание на их соответствие возрасту ребенка. Советы педагогов и психологов помогут определиться с содержательной стороной игры. Обязательно изучайте новое вместе с малышом: присутствие родителей рядом намного приятнее, чем общение «один на один» с бездушным компьютером.

Пусть общение с компьютером будет разумным и полезным для ребенка и всех членов семьи!

Родители знать непременно должны:

Правила эти важны и нужны!

Освещение над компьютерным столом не должно вызвать напряжения зрения.

Подберите мебель в соответствии с ростом ребенка.

Следите за соблюдением оптимального расстояния от глаз ребенка до монитора 50-70см.

Через каждые 15-20 минут нахождения за компьютером, ребенок должен делать перерыв.

Покажите ребенку развивающие возможности компьютера.

Следите за позой ребенка во время общения с компьютером.

Строго контролируйте время и содержание общения ребенка в Интернете.

Не устанавливайте компьютер в детской комнате.