

МБДОУ № 37 «Теремок»

Консультация для родителей:
«РЕБЕНОК и КОМПЬЮТЕР»



Подготовила:
тифлопедагог
Татьяна Анатольевна
Грищенко.

Железногорск
2023 г.

Компьютер, телевизор удовлетворяют универсальную потребность детей в информации. И разговор, наверное, нужно вести не о том, как исключить их из жизни, а о том, как избежать их вредного воздействия. Главное — мера и соблюдение правил.

Для ребенка ненормированный просмотр мультиков, телепередач, игр на компьютере — это причина частых психических отклонений. Чем меньше ребенок, тем меньше времени он должен проводить у телевизора или компьютера.

Детский сад в образовательном процессе соблюдает нормы, прописанные в СанПиН. Эти правила обязательны для выполнения. Я думаю, их должен знать и каждый заботливый родитель. В соответствии с СанПиН Применение и осуществление электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательной деятельности распространяются на возрастную группу детей старше 5 лет, занятия с использованием электронных средств обучения в возрастных группах **до 5 лет не проводятся**. Продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5-7 лет – **5-7 минут**.

Электронное обучение (ЭО) - организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников.

Дистанционные образовательные технологии (ДОТ) - образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

Давайте скажем себе откровенно: соблюдаем ли мы эти нормы в быту?

Будет отлично, если в вашей семье поселится правило — «не больше одного мультика в день». Часто в семьях телевизор не выключается. Хорошо, если ребёнок его не смотрит, но динамично изменяющееся содержание притягивает внимание малыша и просмотр телевизора становится привычкой. Взрослым такой интерес ребёнка сначала в помощь — никуда не лезет, руки свободны, и так далее. Но хочу предупредить, что последствия обязательно проявятся! Во-первых, ребенок утомляется, во-вторых, у него появляется зависимость от телевизора. Ухудшается внимание, страдает память.

Особый разговор о просмотре детьми боевиков, фильмов ужасов, триллеров. Эти просмотры определяют их поведение, порождают подражание. Дети начинают имитировать предлагаемые формы поведения и в итоге становятся агрессивными.

Рекламная пауза. Раздражающие взрослых рекламные паузы детям особенно нравятся. Они, даже не глядя телевизор, мчатся к экрану, оставив свои игры, чтобы в сотый раз их посмотреть. Это красноречивее всего говорит о качестве рекламных пауз. Время от времени на наших экранах появляются высокопрофессиональные ролики. Но вот это, по мнению психиатров опасно. Они усматривают в этом феномен 25-го кадра, влияющего на подсознание и программирующего юное поколение как раз на то, что отвергает разумный родитель.

Телевизор - такое же достижение современной цивилизации как автомобиль, ракета, пластиковая карта, без которых человечество не мыслит и не может существовать. Но он, как и другие достижения, может приносить человеку некоторые проблемы. И главное — это информированность об опасностях этого блага цивилизации. Как будто все знают, что близко к экрану нельзя подходить, садиться следует подальше, долго смотреть в экран нельзя. Но достаточно ли этих знаний? Каковы причины возможных неприятных последствий?

Прежде всего, это электромагнитные колебания, излучаемые телевизором как электронным прибором. Они вполне способны пошатнуть здоровье.

Вторая, более серьезная причина вреда — это электростатическое излучение. 25 киловольт под стеклом создают электростатическое поле, контактирующее с глазом, с его хрусталиком. Оно может повлиять на ухудшение зрения.

И, наконец, еще одна причина — это влияние телевизора на воздух. Телевизор, имея положительный заряд, забирает себе столь необходимые нам отрицательные аэроионы, оставляя нам мертвый воздух. Это случается всегда, когда телевизор долго работает в закрытом помещении. Простейший путь его оживления — проветривание комнаты.

Вот три основные опасности, которыми угрожает телевизор физическому здоровью человека. От каждой из них есть средства защиты.

Создание правильных условий для просмотра.

- Не смотреть телевизор в полностью затемненной комнате, так как при резких перепадах яркости детские глазки быстро устают. Примите во внимание, что в жизни человек воспринимает глазами отраженный свет, а телевизор, компьютер — излучают поток света, который (в темной комнате) буквально прожигает сетчатку глаза. **Смотрите мультики днем, или вечером в хорошо освещенной комнате.**

- Ребенка нужно разместить прямо перед экраном, так как если ребёнок смотрит телевизор сбоку, мышцы глаз неодинаково работают и это способствует развитию косоглазия.

- Расстояние от глаз до экрана должно быть не менее 2,5-3 метров,

- Идеально, если диван или стул будет с вертикальной спинкой, служащей опорой для позвоночника.

- Не приучайте ребенка есть перед телевизором, и постарайтесь сами избегать таких перекусов.

Следите за качеством изображения.

В дозированных количествах просмотр мультфильмов, безусловно, способствует здоровому развитию ребенка. Чтобы у ребенка при просмотре мультика не возникало зрительного напряжения, важно, чтобы изображение на экране было четким, свободным от раздражающего мерцания и других дефектов. Нельзя допускать, чтобы знакомство с кинематографом для маленьких зрителей было омрачено блеклыми красками и расплывчатыми силуэтами. Очень важно, чтобы малыши видели своих любимых персонажей яркими, живыми, несущими радость и доброту.

Длительный просмотр телепередач, некачественное изображение отрицательно сказывается на состоянии зрительной системы ребёнка – из-за него попросту портится зрение. Однако если для взрослого человека результат такого ухудшения не слишком заметен и в конечном счете, сводится к покупке очков, то для ребенка ухудшение зрения негативно сказывается на всем его развитии и приводит к целому ряду психофизиологических отклонений.

Выбирайте мультфильмы, с эстетичными персонажами и добрые по содержанию.

Мультфильмы влияют на развитие воображения, фантазии и эмоциональной сферы ребенка. Очень важно следить, какие мультики смотрит ваш ребенок (ведь это изначально зависит целиком и полностью от вас):

- Персонажи должны быть и озорными, непоседливыми, и спокойными, рассудительными.
- Содержание мультфильма, его звуковое сопровождение не должно нести агрессию.
- Ребёнок может переживать не только положительные, но и отрицательные эмоции, но сюжет должен учить дружбе, взаимопомощи и правильным поступкам.

Смотрите мультфильмы вместе.

Ничто так не объединяет, как совместный просмотр мультфильмов — смех и слезы, эмоциональный накал и хеппи-энд! Дети более эмоционально реагируют на сюжет мультфильма, чем взрослые, поэтому важно эмоционально участвовать в просмотре. После мультфильма обязательно поделитесь своими переживаниями — это очень важно ребёнку. Можно поговорить с малышом о персонажах, вместе нарисовать героев мультлика или придумать отдельную историю про героев и разыграть её. Кроме того, просмотр мультфильмов вместе с ребенком дает возможность ненавязчиво развивать его, доходчиво объяснить, «что такое хорошо и что такое плохо».

Использовать ли компьютер для развития ребенка в дошкольном возрасте каждый родитель решает самостоятельно. Несомненно, компьютерные развивающие игры имеют огромный потенциал. Играя в компьютерные игры ребенок попадает в волшебную сказку, где существует свой мир. Самый большой вред компьютера в том же, в чем и его достоинство – в его бесконечной увлекательности. Вред компьютер приносит в том случае, когда мы не соблюдаем простые правила, предназначенные для того, чтобы свести к минимуму дурное влияние компьютера на здоровье ребенка (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 сильно их перегрузить. Поэтому, чтобы сохранить своему ребенку хорошее зрение, всегда контролируйте, сколько времени он проводит перед экраном, всегда делайте зрительную гимнастику.

Растущий организм нуждается в движении. Из-за длительного неподвижного состояния ухудшается самочувствие ребенка, происходят сбои в организме, это чревато развитием гиподинамии. Игры на компьютере сопровождаются эмоциональным напряжением, что также не проходит бесследно.

Вот несколько правил, которые ученые рекомендуют соблюдать при организации игровой деятельности детей дошкольного возраста с компьютером.

- Ребёнок может работать за компьютером не более 5-7 минут в день.
- Лучше играть в компьютерные игры в первой половине дня.
- В течении недели ребёнок может работать с компьютером не более трёх раз.
- Комната, в которой он работает за компьютером, должна быть хорошо освещена.
- Мебель (стол и стул) по размерам должна соответствовать росту ребёнка.
- Расстояние от глаз ребёнка до монитора не должно превышать 60 см.
- В процессе игры ребёнка на компьютере необходимо следить за соблюдением правил правильной осанки ребёнком.
- После игры с компьютером нужно обязательно сделать зарядку для глаз.
- Игровую деятельность с компьютером нужно сменить физическими упражнениями и играми.

Уважаемые мамы и папы только от вас зависит станет ли компьютер полезным средством развития ребенка.