

## **Консультации для родителей**

### **Тема: « Дети и компьютер»**

#### **Актуальность темы:**

В век современных технологий, компьютер необходим нам взрослым, а так же и нашим детям. Дети растут и развиваются в компьютерный век. Поэтому волей-неволей им придется обучаться работать на компьютере. Это замечательное изобретение на протяжении всего своего существования вызывает много толков и предрассудков. И многие родители постоянно задаются вопросом – а нужен ли ребенку компьютер на самом деле? Вреден ли он для детского здоровья? Какие меры предпринять, чтобы сохранить душевный комфорт маленького пользователя? С какого возраста лучше знакомить ребенка с такой сложной техникой? Ведь компьютер уже есть в большинстве домов.

#### **Цель консультации:**

- Расширить информацию для родителей о пользе и вреде занятий детей за компьютером
- Познакомить родителей с развивающими функциями персонального компьютера для дошкольников, с влиянием компьютера на здоровье детей
- Помочь родителям осознать необходимость бесед с ребенком об опасном влиянии компьютера
- Дать практические рекомендации по организации рабочего места ребёнка, осваивающего компьютер.

#### **Задачи:**

- Довести до сведения родителей правила, при которых использование сети Интернет становится безопасным,
- обмен мнениями на тему «Компьютер в жизни ребёнка друг или враг?»
- познакомить родителей с компьютерной игрой «Рисование для детей» и её возможностями,
- совместная деятельность ребёнок + родитель.

### **Вопросы к родителям:**

- А) Имеют ли ваши дети доступ к компьютерным играм, рисованию на экране?
- Б) Сколько времени может находиться дошкольник у экрана компьютера?
- В) Какие опасные факторы, возникают при работе за монитором?
- Г) Компьютер это хорошо, потому что ...?
- Д) Компьютер это плохо, потому что ...?
- Е) Что нужно сделать, чтобы было хорошо (рассматриваются названные родителями отрицательные стороны компьютера)?
- Ж) Каким правилам необходимо обучить дошкольников для работы на компьютере?
- З) Какие компьютерные игры способствуют развитию: памяти, мышления, внимание?
- И) Могут ли нарушить психику детей компьютерные игры, какие...?
- К) Знают ли дети гимнастику для профилактики зрения, применяют ли ее во время работы за монитором?
- Л) Кто помогает из взрослых ребёнку выбрать игру, упражнение, логическую задачу?
- М) Имеет ли ребенок самостоятельный доступ к компьютеру?
- Н) Чем опасен компьютер для детей, без контроля взрослого?
- О) Развивается ли компьютерная зависимость, и чем она опасна?
- П) Как должно оборудовано место у компьютера для дошкольника?
- Р) Запрещаете ли вы ребенку играть на компьютере?
- С) Можно ли при помощи компьютера научить ребенка писать и решать, считать?
- Т) Испытываете ли вы трудности в выборе игр для ребенка? Какие?
- У) Если у вашего ребёнка плохое зрение, какие трудности испытывает он, и почему? Какие игры вы подбираете ребенку?
- Ф) Какие игры  
влияет на психику вашего ребёнка? И, в чём это проявляется?

### **Рекомендации для родителей как предотвратить выявленную проблему:**

1. Необходимо обратиться к психологу, так как ребенку требуется правильная коррекция психического здоровья.
2. Создание условий для защиты здоровья.

## 2. 1. Как организовать рабочее место.

-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.

## 2.2. Для профилактики компьютерной зависимости и работы с зависимыми детьми психологи рекомендуют родителям следующее:

Живите с ребенком ВМЕСТЕ!

- \* Показывайте личный положительный пример. Важно, чтобы слова не расходились с делом. И если отец разрешает сыну играть не более часа в день, то сам не должен играть по три-четыре.
- \* Ограничьте время игр с компьютером, установив четко определенный временной интервал. Резко запрещать работать на компьютере нельзя: обозначьте для ребенка, что при соблюдении установленных границ времени, после перерыва возможно возобновление занятий.
- \* Предложите другие возможности времяпровождения. Можно составить список дел, которыми можно заняться в свободное время. Желательно, чтобы в списке были совместные занятия. Предложите ребенку альтернативу компьютеру: интерактивные игры со сверстниками, познавательные путешествия, прогулки, чтение книги, рисование.
- \* Покажите ребенку, что компьютер – это очень малая часть доступных развлечений, что жизнь гораздо разнообразней, что игра не заменит общения.
- \* Не пресекайте и по возможности удовлетворяйте любопытство ребенка.
- \* Учите ребенка общаться: знакомиться, мириться, договариваться. Повышайте самооценку ребенка.
- \* Обсуждайте игры вместе с ребенком. Отдавайте предпочтение развивающим играм. Крайне важно научить ребенка критически относиться к компьютерным играм.

### 2.3. Памятка для родителей

#### Упражнения для глаз

Эффективная профилактическая мера - зрительная гимнастика. Ее проводят дважды: через 7-8 минут от начала работы ребенка на компьютере и после ее

окончания. Непродолжительная гимнастика - около одной минуты, проста и доступна каждому. Например, сидя за компьютером, ребенок поднимает глаза кверху и, представив летящего там мотылька или бабочку, следит за их полетом из одного угла комнаты в другой, не поворачивая при этом головы - двигаться должны только глаза!

Есть, конечно, и другие нехитрые правила. Обучите им своего ребенка на выбор. Пусть выполняет их самостоятельно. Польза от этого будет не малая.

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.

#### **2.4. Необходимо соблюдать советы для мам и пап:**

- Подчеркивайте словом и действием, что эта «умная машина» – рабочий инструмент.
- Покажите, что вы используете компьютер только для дела. Например, строите

с его помощью графики или пишете статьи. Для ребенка важно именно ваше поведение, а не то, что вы говорите.

- Не используйте агрессивные игры, чтобы расслабиться после работы или, хотя бы, не играйте в них при ребенке.
- Не делайте из компьютера тайны за семью печатями, а, наоборот, обеспечьте свободный доступ к обучающим и развивающим программам.

Нельзя забывать, что чрезмерное время общения с этой машиной вовсе не полезно для ребенка. Существуют научно обоснованные нормы, на которые надлежит ориентироваться:

Дошколята 7-10 минут (непрерывно) 7-10 минут (всего в день)

Школьники 10-30 минут (непрерывно) 45-90 минут (всего в день)

Студенты 1-2 часа (непрерывно) 2-3 часа (всего в день)

### **Игры, направленные на преодоление проблемы:**

Детская память произвольна, то есть дети не могут сознательно обращать внимание на тот или иной материал и стараться его запомнить. Они

запоминают только яркие, эмоционально важные для них случаи или детали. При этом сама значимость запомненного служит основой ее сохранения в памяти на длительное время, поэтому мы и говорим о хорошей памяти детей. И здесь опять незаменимым помощником является компьютер, так как он делает значимым и ярким содержание усваиваемого материала, что не только ускоряет его запоминание, но делает его более осмысленным и долговременным.

*Таким образом,* стремление к игре, или как психологи говорят <игровая мотивация>, помогают ребенку усвоить те знания, которые несут в себе компьютерные игры. Это можно сравнить с красивой упаковкой, в которой детям дается лекарство. Так игровая мотивация естественным образом переходит в учебную, в интерес к содержанию задания.

*Таким образом,* тот интерес, который вызывают занятия на компьютере, и лежит в основе формирования таких важных структур, как познавательная мотивация, произвольная память и внимание. Развитие этих качеств особенно важно для шестилетних детей, так как многие родители, может быть, уже знают, что именно они во многом и обеспечивают психологическую готовность ребенка к школьному обучению.

➤ **Игра-задание: «Напоминалка»**

Цель: Способствовать развитию внимания и чувства ответственности.  
( В определенное время на мониторе появляется надпись: «Покорми птичку!», «Не опоздай в бассейн!».)

➤ **Игра «Вставь пропущенную букву»**

Цель: При помощи компьютера научить ребенка читать и писать.

➤ **Игры «Развивалки»**

Цель: Формирование познавательной мотивации, способствующая развитию навыков чтения, (развитие элементарных математических знаний и умений), логики, письма рисования и музыки (ребенку помогут герои его любимых мультфильмов и книг); развитию важнейших операций мышления как обобщение и классификация, которые при стандартном обучении начинают формироваться только с 6-7 лет.

- Рисование способно успокаивать психику ребенка, поэтому дайте ребёнку возможность рисовать, и сами участвуйте в совместном рисовании. Обсуждайте, анализируйте, помогите ему выразить свои мысли, свое воображение.

### **Компьютерная игра «Рисование для детей»**

Цель: Формирование познавательной мотивации, способствующей развитию памяти, внимания, усидчивости, умений самостоятельно и в совместной деятельности с родителями создавать настоящие компьютерные мультфильмы и игры.

- **Совместная деятельность ребёнок + родитель:**

- ✓ Посещение виртуальных музеев,
- ✓ Посещение сайтов о природе,
- ✓ Просматривание и обсуждение видео о космосе,

- **Приставка - синтезатор**

Цель: Способствовать развитию умения ребенка-дошкольника сочинять и записывать музыку.