

## Компьютер в жизни ребенка

В наше время компьютеры глубоко проникли во все сферы нашей жизни. Современные дети **родились и растут в мире**, где компьютер - такая же привычная вещь, как телевизоры, автомобили, электрическое освещение.

### Компьютерные игры развивают у ребенка:

- ✓ быстроту действий и реакций
- ✓ мелкую моторику рук
- ✓ визуальное восприятие объектов
- ✓ память и внимание
- ✓ элементы наглядно – образного и логического мышления
- ✓ зрительно-моторную координацию
- ✓ творческие способности ребёнка



### учат ребенка:

- ✓ классифицировать и обобщать
- ✓ аналитически мыслить в нестандартной ситуации
- ✓ добиваться своей цели
- ✓ совершенствовать интеллектуальные навыки



Положительное влияние компьютера на ребёнка исследовали многие учёные. Они выяснили, что компьютер выполняет функцию создания неопределённости, моделирует проблемную ситуацию, затрудняет деятельность, но при этом помогает ребёнку самостоятельно снять эти трудности в ходе игры. Всё это делает компьютерные игры эффективным средством активизации творческих возможностей ребёнка.

Становясь средством деятельности, компьютер позволяет ребёнку реализовывать такие потенциальные возможности, которые в традиционных условиях не могут проявиться.

### Отрицательное влияние компьютера на ребёнка.

**Самый большой вред компьютера в том же, в чём и его достоинство – в его бесконечной увлекательности.**

### Способствует возникновению нарушений осанки

**Ухудшает зрение ребёнка.** Дети, увлеченные компьютером, не замечают утомления и усталости глаз, они могут очень сильно их перегрузить. Поэтому, чтобы сохранить

своему ребенку хорошее зрение, всегда контролируйте, сколько времени он проводит перед экраном.

**Отрицательно влияет на физическое развитие детей.** Растущий организм, нуждается в движении. Из-за длительного неподвижного состояния ухудшается самочувствие ребенка, происходят сбои в организме, это чревато развитием гиподинамии (понижению подвижности)

Когда **ребенок много играет в компьютерные игры**, это сопровождается эмоциональным напряжением, что так же не проходит бесследно. В результате, просидев весь день перед компьютером, ребенок к вечеру приходит в возбужденное и раздраженное состояние, становится агрессивен и не управляем, а ночью плохо спит.

С компьютером дети, как правило, общаются один на один, что **не способствует развитию навыков общения и игре в коллективе.**

**Вред компьютер приносит в том случае, когда дети не соблюдают простые правила, предназначенные для того, чтобы свести к минимуму негативное влияние компьютера на своё здоровье**

**! Контролируйте время, которое ребенок проводит за компьютером.**

#### **Средние ограничения по времени занятий для детского возраста приблизительно таковы:**

- в три–четыре года ребенок может находиться у компьютера от 15 до 25 минут;
- в пять–шесть лет – от 20 до 35 минут;
- в семь–восемь лет – от 40 до 60 минут.

Усаживать ребенка за компьютер нужно так, чтобы расстояние между монитором и глазами малыша составляло 40-50 сантиметров.

Вечером следует вообще ограничивать работу ребенка за компьютером, особенно нельзя позволять играть в динамичные игры – эмоциональное напряжение во время их может негативно сказаться на сне.

Каждые 20 минут ваш ребенок должен оторвать глаз от компьютера и посмотреть на объект, удаленный от него, по меньшей мере, на 20 метров, по крайней мере 10 секунд.

Источник света должен быть слева от монитора.

Спина и ноги ребенка должны иметь опору.

Обязательно формируйте у ребёнка правильное отношение к компьютеру. И словом и действием приучайте его, что компьютер – рабочая машина, и использовать его можно только для учебы или работы.

Занятия за компьютером чередуйте с подвижными играми или физическими упражнениями, а компьютерные игры, требующие быстрой мышечной и зрительной реакции, – с более спокойными (*головоломками и логическими играми*).