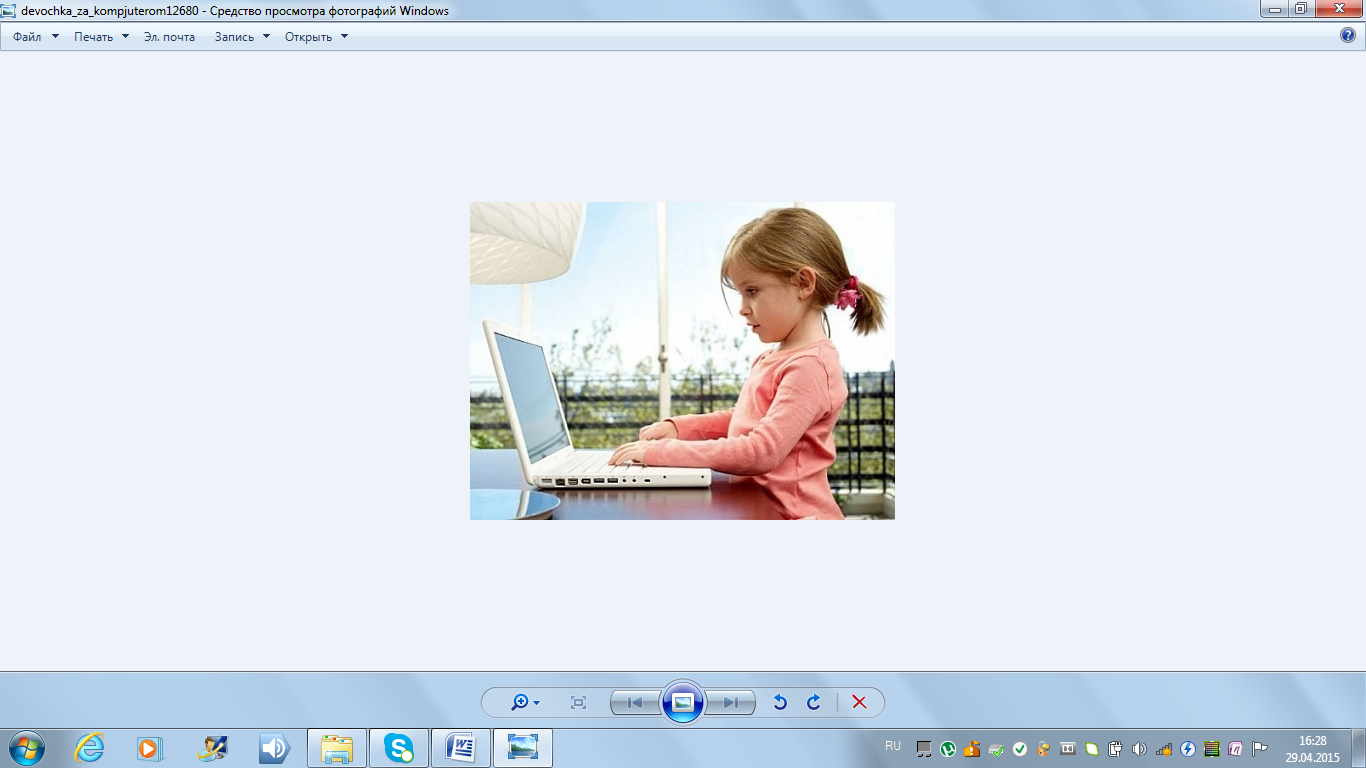
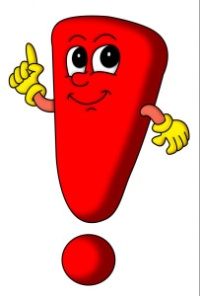
**Дошкольник и компьютер**

Современным детям компьютер все чаще заменяет игрушку. А у родителей возникают вопросы о том, хорошо это или плохо? Вашему вниманию предлагаются ответы специалистов на главные вопросы.

***- Позволять ли детям пользоваться компьютером?***

**ДА, так как**

* дети все чаще используют компьютер в качестве основного источника информации;
* компьютерные игры все более широко применяются для решения образовательных задач.



**ОДНАКО**  в Интернете есть вещи, непонятные малышу и зачастую опасные для него. ***Значит, гораздо важнее научить ребенка общению и безопасному поведению в виртуальном мире и правильно организовать пользование компьютером.***

***- С кого возраста можно знакомить ребёнка с компьютером?***

**Исследования учёных**

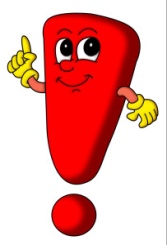
**доказали**

Ребенка приобщать к компьютеру можно только с 5 лет.

к этому возрасту у ребёнка сформированы основные психические функции и предпосылки к взаимодействию с компьютерной средой.

**Психологи**

**утверждают**

******

***Детям до 5 лет не рекомендуется пользоваться компьютером.***

***- Сколько времени может проводить ребенок за компьютером?***

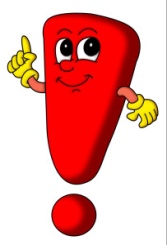
Детям 5-7 лет можно «общаться» с компьютером не более 10-15 минут в день 3-4 раза в неделю.

***- Как правильно выбрать компьютер?***

***- Как правильно организовать рабочее место ребенка?***

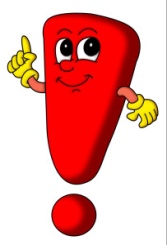
должен стоять на расстоянии не менее 60 см от окна (окно располагается слева от компьютера). Окна можно завешивать занавесями или жалюзи.

**Монитор**

***Запрещается использование темных занавесей на окнах, так как они сильно затеняют помещение.***

**Монитор**

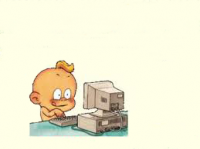
должен располагаться на уровне глаз ребенка или чуть ниже.

Наилучшим для работы с компьютером считается естественный дневной свет. ***При работе с неоновыми лампами возникает сильное напряжение глаз, что может провоцировать снижение зрения; кроме того, эти лампы могут вызвать повышение возбудимости: дети начинают капризничать, плохо спят.***

**Мебель**

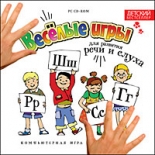
Рабочее места должно быть удобным для ребенка. Стул - со спинкой, а под ноги ребенка ставится подставка.

***- Какие признаки говорят о компьютерной зависимости?***

* Когда родители просят отвлечься от игры на компьютере, ребенок демонстрирует острый эмоциональный протест;
* ребенок раздражается при вынужденном отвлечении;
* ребенок постоянно просит купить новые игры;
* ребенок забывает о домашних делах;
* у ребенка сбивается режим дня, режим питания и сна;
* прием пищи происходит без отрыва от игры на компьютере;
* ощущение эмоционального подъема во время игры на компьютере;
* ограничение общения постоянным обсуждением компьютерной тематики с окружающими;
* нетерпение, предвкушение и придумывание заранее своего возвращения к компьютеру.

***О компьютерных развивающих программах и развитии ребенка.***

Компьютерные развивающие программы, в отличие от развлекательных игр, благотворно влияют на развитие психики дошкольника. Программа, созданная по типу развивающих занятий, предполагает наличие развивающих целей и задач. В ходе выполнения таких занятий дети реализуют основную задачу, видят результат своей деятельности, и после всего спокойно могут прекратить работу на компьютере. Важно отметить, что на выполнение таких заданий ребёнок затрачивает всего 10-15 минут, что соответствует возрастным требованиям.

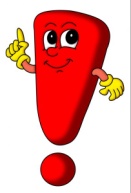
***Родителям следует применять на практике ряд рекомендаций:***

* Выбирать   жанр   игры   в   соответствии   с темпераментом   и   интересами   ребенка. Одним лучше подходят спокойные, неторопливые игры, а другим — активные,  динамические.
* Если   вы   замечаете, что ребенок стал нетерпелив в общении с окружающими, это может быть последствием компьютерных игр: дети привыкают к тому, что компьютер  реагирует  на   их действия мгновенно,    и    замедленная    реакция окружающих   начинает   их   нервировать. В этом случае объясните ребенку суть проблемы  и  подберите игры,    в    которых    ему придется   больше   думать   и    меньше действовать.
* Разрешайте дольше играть в игры с исследовательским содержанием, чем с развлекательным.
* Продолжительность   игры   выбирается    в   соответствии   с  характером игры. У каждой игры свой ритм и своя продолжительность.    Ритм    и    продолжительность должны  быть сбалансированы.   Если ритм игры напряжен,   то   игра   не должна быть продолжительной.

**Требования к компьютерным играм для дошкольников**

**Выбирайте игру, в которой:**

* Правила и ход игры выполняют специальные символы или звуковые сигналы, поясняющие ребенку последовательность и правильность действий.
* Могут использоваться буквы и отдельные слова, написанные буквами больших размеров.
* Изображения на экране должны быть достаточно крупными без мелких и отвлекающих деталей.
* Темп движений на экране и преобразований должен быть не слишком быстрым.
* В обучающих играх используются правильные ответы.
* Нежелательно применение системы оценок в баллах.

Об

Обращайте внимание на признаки утомления ребенка вовремя занятий за компьютером: потирание глаз и лица, зевота, отвлекаемость от задания, хаотичные движения, приближение к монитору, нарушение правильной посадки за столом, капризность.

***После окончания работы за компьютером рекомендуется выполнять двигательные упражнения и гимнастику для глаз***

**Для снятия напряжения с мышц шеи, верхнего плечевого пояса и рук.**

Попросите ребенка потянуться, сидя, спрятать руки за спиной, посмотреть перед собой. Затем выполнить повороты головы вправо, влево. Далее движение плечами назад, расслабить руки и потрясти ими внизу.

**Гимнастика для глаз.**

***Упражнение 1***

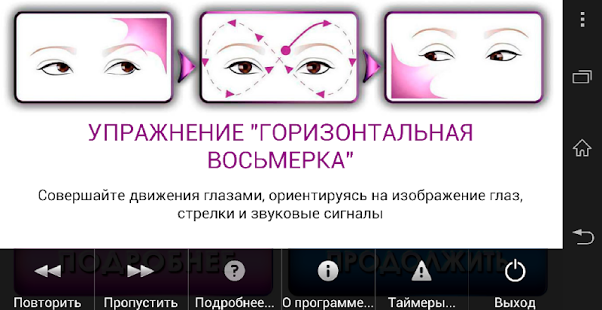
Не поворачивая головы, посмотреть медленно вправо, затем прямо, медленно повернуть глаза влево и снова прямо. Аналогично вверх и вниз. Повторить 2 раза.

***Упражнение 2*.**

**** Стоя у окна, выставить вперед руку с поднятым указательным пальцем. Внимательно посмотреть на кончик пальца, затем посмотреть вдаль. Через 5 секунд снова вернуть зрение на кончик пальца. Повторить 5 раз.

***Упражнение 3***

Выполнять круговые движения глазами по часовой стрелке и против нее, не поворачивая головы. Повторить 5 раз.

***Упражнение 4***

«Выписывать» глазами, горизонтально лежащие восьмерки по часовой стрелке и против нее. По 5 раз в каждую сторону.

***Упражнение 5***

Стоя у окна, закрыть глаза, не напрягая мышц, затем широко открыть глаза и посмотреть вдаль, снова закрыть и т.д. Повторить 5 раз подряд.

**Повторяйте упражнения регулярно.**

***Правилам безопасного поведения в Интернете***

* Дети дошкольного возраста должны выходить в Интернет только под присмотром родителей или других старших. Дайте ребенку прямой доступ к проверенным вами сайтам: поместите их в закладки.
* Объясните ребенку, что нельзя размещать в Интернете информацию личного характера. Если на каком-то сайте требуется, чтобы ребенок ввел имя, нужно помочь ему придумать псевдоним**.**
* Разъясните, что при общении в сети следует быть вежливым и дружелюбным. Читать и слушать грубые слова неприятно. Научите ребенка правильно реагировать на обидные слова – лучше не отвечать грубостью на грубость, а сразу покинуть сайт.
* Объясните, что далеко не всё, что можно увидеть в Интернете, правда. Договоритесь с ребенком, что в случае сомнения или тревоги следует обратиться к взрослым за разъяснениями.
* Систематически посещайте вместе с ребенком его любимые сайты. Это поддержит доверительные отношения между вами и ребенком

Литература

1.Зверева О.Л. Родительские собрания в ДОУ: методическое пособие.-

М-Айрис-пресс.2007

2. Комарова И.И., Туликов А.В. Информационно-коммуникационные технологии в дошкольном образовании.- М: МОЗКА-СИНТЕЗ,2013