

Консультация для родителей на тему: «Компьютер за и против. Как избежать компьютерной зависимости».

Цель: Формировать у **родителей** понятие значимости и вреда от использования **компьютерных технологий**.

Задачи:

1) Познакомить с положительными и отрицательными сторонами.

2) Обозначить основные факторы негативного **компьютера на здоровье ребёнка**.

Современную жизнь невозможно представить без **компьютера**. Но возникает вопрос, с какого возраста начинать общение с этой "умной игрушкой". Работая в дошкольном образовательном учреждении, мы, казалось бы, не должны сталкиваться с проблемой «Ребёнок и **компьютер**», но практика показывает обратное. Многие дошкольники умеют пользоваться **компьютером**. Это современное чудо техники доступно и взрослым и детям. Стало модным, чтобы у ребенка **компьютер** появился как можно раньше. Якобы ребенок от этого будет развиваться быстрее. Сразу же возникли научные споры: полезно или вредно ребенку сидеть за **компьютером**?

Однозначного ответа, конечно же нет. **Компьютерные** игры развивают у ребенка быстроту реакции, память, внимание. Чтобы играть в **компьютерные игры**, малышу необходимы усидчивость и находчивость. С помощью таких игр, действительно развивается логическое мышление, мелкая моторика рук, зрительно-двигательная координация. Выполняя веселые игровые задания, ребенок учится аналитически мыслить в нестандартной ситуации, классифицировать и обобщать понятия, стремится к поставленной цели. «Разве это плохо?» - спросите вы. Кроме того, дети, которые легко ориентируются в **компьютере**, чаще всего в жизни чувствуют себя уверенней, они легко адаптируются к разным ситуациям. Часто именно **компьютер** помогает привлечь детей к занятиям, которых трудно посадить за чтение. Здесь они попадают в красивую сказку, где действуют веселые и находчивые герои. В конце игры, ребенка обязательно похвалят или выдадут почетную грамоту. Вот здесь у ребенка обязательно что-нибудь выйдет и возникнет «ситуация успеха», после чего захочется еще раз поиграть.

И что, каждому ребенку по **компьютеру**? У этой проблемы две стороны: хорошая и плохая.

Если не придерживаться режима ограничения, то **компьютер** превратится в вашего злейшего врага. Доктора – окулисты предупреждают, чрезмерное нахождение ребенка перед монитором **компьютера** приведет к снижению зрения. Но наибольшая опасность – возникновение стойкой **компьютерной зависимости**. Каждую свободную минуту ребенок будет сидеть перед **компьютером**. Это для **родителей** должно стать тревожным сигналом. Почему ребенок отдает предпочтение виртуальной жизни? Значит жизненные обстоятельства стали для него дискомфортными.

Компьютерная зависимость не возникает внезапно. Сначала ребенок играет ради интереса. Потом приходит время игры на деньги, а таких немало в интернете.

Покупая **компьютер**, сразу определите ребенку режим пользования.

Внимательно отнеситесь к выбору **компьютерных игр**. Они должны соответствовать возрасту ребенка и не быть агрессивными. Если у ребенка исчез интерес к реальному общению и он долго просиживает за **компьютером**, настало время бить тревогу. Лучше не доводить ситуацию до крайности.

Правила работы за компьютером:

1. Ребёнок может играть не более 15 минут.
2. Ребёнку в возрасте 5 лет- играть можно 10 минут, а для 6 лет -15 минут.
3. Лучше играть в первую половину дня.
4. В неделю- не более 3 раз.
5. Комната должна хорошо освещена.
6. Мебель соответствует росту ребёнка.
7. Расстояние от глаз до монитора-60 сантиметров.

8. После игры нужно сделать зарядку для глаз.

А теперь рассмотрим все минусы и плюсы общения ребёнка с **компьютером**.

Основные отрицательные факторы:

1. Полностью захватывает сознание ребёнка.
2. Отрицательно влияет на физическое развитие детей.
3. Повышает состояние нервозности и страха при стремлении, во что бы то ни стало добиться победы.
4. Некоторые игры провоцируют проявление детской агрессии.
5. Ухудшает зрение.
6. Способствует нарушению осанки.
7. Вызывает игровую **зависимость**.

Основные положительные факторы:

1. Вызывает положительный интерес к технике.
2. Развивает творческие способности.
3. Позволяет развивать воображение ребёнка.
4. Воспитывает внимательность, сосредоточенность.
5. Позволяет лучше освоить: цвет, форму, величину.
6. Тренирует внимание, память.
7. Развивает логическое мышление.
8. Воспитывает целеустремлённость.

Святых пять правил для **родителей**.

1. Ограничьте ребенку время сидения за **компьютером**.
2. Тщательно отбирайте **компьютерные игры**. Поиграйте сначала сами.
3. Не покупайте ребенку игры, несущие агрессию и насилие.
4. Ребенок должен знать, что **компьютер** не для игры а для работы.
5. Не ставьте **компьютер в детских комнатах**, это приведет к бесконтрольному использованию.

Интерес детей к **компьютеру огромен**, и нужно направить его в полезное русло. Соблюдение несложных правил работы на **компьютере** позволит сохранить здоровье.