

Ребенок и компьютер

Ребенок за компьютером сплошное удовольствие для родителей: он спокойно сидит дома, не бегает, не прыгает, не разбрасывает игрушки, не мажует карандашами и фломастерами где попало. Ребенок поглощен настолько, что даже не пристаёт к взрослым. Возможно, он занят не только игрой, но и развивающими занятиями, но насколько полезен компьютер для психического развития ребенка, и с какого возраста можно знакомить ребенка с этим чудом техники?



Отрицательные моменты общения ребенка и компьютера:

- нагрузка на зрение,
- стеснённая поза,
- нагрузка на психику,
- излучение.



Рассмотрим влияние компьютера на психику малыша.

Компьютер по степени сосредоточенности внимания малыша можно сравнить с вождением автомобиля для взрослого человека. Игры требуют огромного нервного напряжения, которого практически невозможно добиться в обычных условиях. Следовательно, необходимо снижать уровень психической нагрузки малыша при общении с компьютером.

Во-первых, следует делать перерывы на подвижную деятельность:

- для детей **до трех лет** желательно вообще исключить компьютер,
- малышам **3-4 лет** желательно играть не более 15 минут, с перерывом в середине игры,
- в **5-6 лет** ребенок может общаться с ребенком уже около получаса, но с двумя перерывами
- **6-7 летние** дети способны играть в компьютер без вреда для психического развития около часа, но с тремя перерывами.

Во-вторых, необходимо учитывать содержательную характеристику игр:

- ребенку легче воспринимать статичный образ, крупное цветное изображение в сопровождении звука;
- достаточно безопасно рассматривать картинки или фотографии в обязательном сопровождении комментариями родителей;
- хуже для психики дошкольника в целом воспринимается рисование на компьютере: малыш не только напрягает зрение, слух, но и вынужден координировать движения, но в тоже время не происходит развития мелкой моторики, столь важной при подготовке руки к письму.

Но в тоже время *выбирайте игру в соответствии с интересами и способностями ребенка*, например для гиперактивного ребенка лучше подобрать спокойную, размеренную игру, где выполнение каждого действия требует внимания и неторопливости, таким образом, вы поможете ребенку научиться приемам саморегуляции.

При выборе игры, не забывайте, что ребенок не способен разграничивать реальную жизнь и фантазию, для него все является реальностью. Относитесь внимательно к тому, что вы выбираете в качестве реальности для своего малыша.



Положительные моменты общения ребенка и компьютера

- Одной из важных положительных сторон взаимодействия ребенка с компьютером – это *развитие способности сначала мыслить, а только затем действовать.*
- Следующий положительный момент – это *ознакомление ребенка с исследовательской работой.* В процессе игры ребенок пробует, проверяет, делает выводы, корректирует свои действия в соответствии с желаемым результатом.
- Также компьютер может значительно облегчить развитие *ориентации ребенка в пространстве.* В играх действия рук нужно сочетать с картинкой на экране. Таким образом, *развивается необходимая зрительно-моторная координация.*
- Важным плюсом является повышение способности к *социальной адаптации,* столь необходимой при переходе в школу. Компьютерные игры и достижения в них способствуют *повышению уверенности в себе, самооценки.*

Но в тоже время, если слишком заострять свое внимание на достижениях и неудачах ребенка в играх, у него может развиться страх того, что он не может и не справиться с задачей. Данная эмоция проявляется в неуверенности, нерешительности, раздражительности. Особенно это касается детей беспокойных, неуверенных в себе, тревожных.

Важно помнить, что во всем хороша мера, так при длительном взаимодействии с компьютером эти положительные качества могут превратиться в отрицательные:

- точность и аккуратность в педантизм,
- развитие творческих способностей в ригидность,
- зависимость мыслительных процессов от техники.

Сам по себе компьютер не является ни плохим, ни хорошим, и каким он станет для вашего ребенка, зависит только от вас. Всякое лекарство может стать ядом, если принято в не разумных дозах.

Так при нерациональном использовании компьютера развивается:

- психологическая зависимость ребенка от виртуального м
- агрессивность;
- нарушение сна;
- нарушение внимания;
- расстройства памяти.



**Дорогие родители,
никогда не превращайте компьютер в средство поощрения или наказания.**

Вы же не заберете у ребенка конструктор за плохое поведение, для него компьютер – это в первую очередь игрушка.

Ваши запреты и наказания ничего кроме агрессии в ответ не вызовут.

Интерес ребенка к компьютеру огромен, и ваша сама главная задача – это *направить его в полезное для малыша русло.*

Соблюдение несложных рекомендаций, представленных в данной статье, позволит вам *сохранить психическое здоровье* вашего ребенка и одновременно открыть для него *мир безграничных возможностей для развития.*