

Телевизор и компьютер: друзья или враги?

Телевизор и компьютер могут показаться хорошим способом занять дошкольника. Некоторые родители считают, что это простая и доступная возможность расслабиться и спокойно отдохнуть. Но чем дольше ребенок сидит перед "голубым экраном", тем меньше остаётся времени для активной и творческой игры.

Компьютеры настолько прочно вошли в нашу жизнь, что на тех, кто не умеет быть с ним на «ты», смотрят искоса. Споры относительно пользы и вреда от компьютера ведутся на всех социальных уровнях, ученые проводят исследования о влиянии компьютера на человека, дети спорят с родителями, родители – с учителями, и так далее.

Современный ребенок рано знакомится с компьютером. Мы радуемся, глядя, как ловко малыш нажимает на кнопки домашней техники. Многим родителям нравится, что дети не балуются, не носятся по улице, а мирно сидят дома за компьютером. В результате, взрослые порой не подозревают, какую информацию черпает их ребенок из компьютера. Они не догадываются, что машина не только становится для ребенка игрушкой или источником знаний, но начинает эмоционально заменять ему родителей, особенно много работающих родителей. Постепенно ребенок проводит за компьютером все больше времени.

Итак, компьютер – друг или враг?

Компьютерные игры развивают у ребенка быстроту реакции, мелкую моторику рук, визуальное восприятие объектов, память и внимание, логическое мышление, зрительно-моторную координацию.

Компьютерные игры учат ребенка классифицировать и обобщать, аналитически мыслить в нестандартной ситуации, добиваться своей цели, совершенствовать интеллектуальные навыки.

Ребенок, который с детства ориентируется в компьютере, чувствует себя более уверенно, потому что ему открыт доступ в мир современных технологий.

Игры на компьютере - это те же занятия.

Играя в компьютерные игры, ребенок попадает в волшебную сказку, где существует свой мир. Этот мир так похож на настоящий!

А что же тогда ПЛОХО?

Плохо то, что при не соблюдении режима компьютер превращается из друга во врага. Нельзя забывать о том, что все хорошо в меру. Добрые замечательные игры, столь полезные для детей, могут стать и вредными для них.

Нагрузка на зрение является большой проблемой. И всё же телевизор и компьютер одинаково влияют на зрение. Чтобы зрение не ухудшалось, не стоит забывать о гимнастике для глаз и небольших перерывах.

Так детям 3-4 лет не рекомендуется сидеть перед экраном больше 20 минут, а ребятам 6-7 лет можно увеличить время ежедневной игры до получаса.

Говоря о профилактике компьютерной зависимости у детей, следует обратить внимание на то, что воспитание ребенка должно сводиться по большей части к тому, что компьютер - это лишь часть жизни, а не самый главный подарок за хорошее поведение.

Единственным на настоящий момент проверенным способом не дать ребёнку оказаться в зависимости от компьютера - это привлечь его в процессы, не связанные с компьютерной деятельностью, чтобы электронные игры и процессы не стали заменой реальности. Показать растущему человеку, что существует масса интересных развлечений помимо компьютера, которые не только позволяют пережить острые ощущения, но также тренируют тело и нормализуют психологическое состояние. А в этом поможет наша родительская культура, «знание врага в лицо», самообразование в этой области.

Поэтому время, которое дошкольники проводят за компьютером и просмотром телевизора, должно быть сбалансировано с развивающими мероприятиями. Физическая активность, творческие занятия, игры со сверстниками и игрушками, чтение книг и другие дела - вот, что по настоящему поможет ребёнку исследовать мир.

Эксперты считают, что:

- дети до двух лет должны держаться подальше от экрана.

- дети в возрасте от 2 до 5 лет могут проводить за компьютером и телевизором не более одного часа в день.
- детям старше 5 лет допустимо не более двух часов в день.

Разумно сделать ограничения занятий с ПК по времени - 10-15 минут.

Конечно, компьютер может быть хорошим инструментом для развития. Главное для этого выбрать соответствующую возрасту деятельность или игру.

Детям дошкольного возраста можно предложить:

- вводить буквы, слова или цифры в текстовых редакторах;
- смотреть обучающие презентации в программе PowerPoint;
- рисовать в простых графических редакторах;
- смотреть развивающие мультфильмы.

Существуют мультимедийные игры для дошкольников, но я считаю, что дошкольников не следует к ним приучать, потому что очень скоро ребёнок погружается в виртуальный мир, вырваться из которого будет очень не просто.

Когда ребёнок проводит время за компьютером, вы можете помочь ему с тем, что происходит на экране. Большинству дошкольников понадобится ваша помощь, чтобы открыть нужную программу, сохранить или распечатать свою работу. Ваше участие поможет вашему ребёнку развить компьютерную грамотность.

Поговорите с ребенком о том, сколько времени он может провести за ПК. Предложите ребёнку несколько вариантов деятельности за компьютером, и пусть он выберет то, что захочет.

Выключайте ПК после завершения работы. Составьте семейные правила и придерживайтесь их всей семьёй.

Тема компьютера и ребенка очень спорная, до конца неизученная, а потому вопрос: "быть или не быть?" решаете только Вы!



Телевизор в гостиной, телевизор на кухне, телевизор в спальне… Современные дети превратились в телеманов. При включенном телевизоре дети играют, общаются с друзьями и родителями, едят и спят.

Они зависят от мерцания голубого экрана почти в той же мере, что и взрослые от алкоголя или сигарет. Последствия этого пристрастия могут быть довольно серьезными.

Дети, которые много смотрят телевизор, обычно имеют избыточный вес, менее подвижны, у них выше уровень холестерина в крови.

Советы родителям:

1.Откажитесь от привычки спихивать ребенка на телевизор, как на электронную няньку, даже если вы очень заняты. Вместе этого подыщите ему какое-нибудь дело - пусть учится рисовать или лепить, слушать музыку, развивайте интерес к книге.

2.Выберите достойные передачи. Просмотрите заранее программу на неделю и отметьте те передачи или фильмы, которыми, на ваш взгляд, следовало бы ограничиться.

3.Назначьте один день без телевизора. Объясните, что все, в том числе мама и папа, должны подыскать себе на этот день более полезные занятия.

4.Не ставьте телевизор в детской, если только не хотите окончательно потерять контроль над тем, какие передачи и в какое время смотрит ребенок.

5. Не оставляйте телевизор включенным для создания шумового фона. Если ребенок хочет услышать что-нибудь, пока рисует или занимается, включите радио.