

Консультация для родителей

**«Компьютер добро или зло»**

*Подготовила:*

Воспитатель высшей квалификационной категории  
подготовительной логопедической группы «Ромашка»

**Александрова Татьяна Серафимовна**

## **Консультация для родителей «Компьютер добро или зло?»**

В наше время компьютер есть практически в каждом доме, и знакомство детей с ним начинается в самом нежном возрасте. Зачастую уже трехлетний кроха ловко управляется с компьютерной мышкой или планшетом. А так ли это безопасно для ребенка? Вреден или полезен компьютер для детей? Давайте разберёмся. Использование компьютерных игр ребенком несомненно способствует его развитию.

### ***Положительные стороны***

- Развивает мышление и способствует интеллектуальному развитию.
- Улучшает внимание и память, любознательность, моторику, зрительный анализатор.
- Учит компьютерной грамотности.

С другой стороны, медики в один голос говорят о вредном воздействии компьютера на ещё неокрепший организм ребенка.

### ***Отрицательные стороны***

Использование компьютера вызывает у детей:

- Утомление
- Эмоциональный стресс
- Нервное напряжение
- Ухудшение осанки
- Ухудшение зрения
- Зависимость от компьютера

Компьютер помогает психологически подготовиться ребенку к школе, но нельзя обходить вниманием точку зрения медиков о том, что компьютер скорее вреден, чем полезен. Чтобы свести к минимуму негативное воздействие компьютера на ребёнка, необходимо найти «золотую середину». Для этого нужно строго соблюдать ряд рекомендаций.

### ***Рекомендации при использовании компьютера:***

- Монитор должен быть на жидких кристаллах.
- Мебель должна соответствовать росту и возрасту дошкольника
- Частое проветривание комнаты, где стоит компьютер и регулярная влажная уборка

- Равномерное освещение комнаты
- Для шестилетнего ребенка продолжительность одноразовой работы – 15 минут, периодичность работы – не более 2 раз в неделю.

Нагрузка на глаза при работе за компьютером значительно отличается от таковой при других видах деятельности – рисовании, чтении и даже просмотра телевизора. Кроме того, необходимо учитывать тот факт, что при работе за компьютером ребенок постоянно сохраняет статичную (неподвижную) позу, что является дополнительной нагрузкой на организм ребенка.

Обязательно проводите в конце работы за компьютером гимнастику для глаз!

Например, такие:

### **«Глазкам нужно отдохнуть»**

Глазкам нужно отдохнуть.

*(дети закрывают глаза)*

Нужно глубоко вздохнуть.

*глубокий вдох, глаза все так же закрыты)*

Глаза по кругу побегут

*(глаза открыты, движение зрачком по кругу по часовой и против часовой стрелки)*

Много-много раз моргнут.

*(частое моргание глазами)*

Глазкам стало хорошо

*(легкое касание кончиками пальцев закрытых глаз)*

Увидят мои глазки все!

*(глаза распахнуты, на лице широкая улыбка)*

### **«Самолет»**

Пролетает самолет

*(смотреть вверх на одну руку, которая качается; то же другой рукой),*

С ним собрался я в полет.

Правое крыло отвел - посмотрел (*смотреть на правую руку, отведенную в сторону*),

Левое крыло отвел - поглядел (*то же левой рукой*).

Я мотор завожу (*сжать кулак и водить им по кругу перед собой; кулаком другой руки водить в противоположную сторону*)

И внимательно гляжу (*смотреть на кулак*).

Поднимаюсь ввысь, лечу (*руки вверх и смотреть на них*),

Возвращаться не хочу (*медленно опуская руки, следить за ними глазами*).

Для того чтобы родителям впоследствии не пришлось задаваться вопросом, как отучить ребенка от компьютера, они должны крайне строго выполнять все вышеописанные рекомендации. Также очень важно следить за тем, чтобы компьютер не стал единственным увлечением вашего ребенка. Для нормального детского гармоничного развития ребенку просто необходимо вести активный образ жизни, проводить достаточное количество времени на свежем воздухе, общаться со сверстниками. Очень важно, чтобы компьютер не заменил ребенку все это. И только в силах родителей проследить за этим и строго регламентировать время, которое ребенок проводит за компьютером. Помните о том, что и телевизор, и компьютер являются частью жизни современного человека, но не становятся смыслом жизни и единственным способом времяпровождения.