

# О ВРЕДЕ И ПОЛЬЗЕ КОМПЬЮТЕРА И ТЕЛЕВИЗОРА



Распространение телевидения, видеоигр для приставок, персональных компьютеров достигло апогея. В современной семье, живущей в мегаполисе, нередко есть несколько телевизоров и компьютеров. На приеме родители регулярно задают вопросы: "Сколько времени в день позволять ребенку смотреть телевизор?», "Как долго можно разрешать играть в компьютер?» и т. д.

Разумеется, занятия на компьютере, просмотр телевизионных программ лучше свести к минимуму. Глупо отрицать развивающий и обучающий потенциал телевизионных и компьютерных технологий. Даже обыкновенный просмотр телевизионных программ и мультфильмов может продвинуть ребенка в развитии и приобретении социальных навыков. Наблюдается тенденция к появлению специальных детских программ и целых каналов. В то же время существует масса аргументов, свидетельствующих о вреде компьютера и телевизора. Современная медицинская наука может четко указать на основные негативные аспекты.

С эволюцией мониторов основными проблемными моментами остались:

- гиподинамия (отсутствие движения);
- нарушение осанки;
- ухудшение зрения;

Возможно, на первый взгляд перечисленные факторы не кажутся ужасными и непоправимыми, но исследования последних десятилетий показывают, что гиподинамия является опорным фактором для развития серьезнейших заболеваний СДВГ, дислексии, других нарушений поведения и обучения.

Дети всех возрастов ежедневно проводят по многу часов у телевизоров, компьютеров и за видеоиграми. Это, увы, факт. Теоретически телевизор и компьютер являются источниками стимуляции мозга через глаза. Многие часы, проводимые перед телевизором и компьютером, буквально «перезагружают» мозг ребенка, переводят его в режим пассивного визуального обучения. Следовательно, этот «заново перезагруженный» мозг не научится использовать активную мультисенсорную модель обучения, которая интегрирует зрение, слух, тактильное чувство, вкус, движение и равновесие.

Часто возникает аргумент: «Можно смотреть телевизор, поскольку ребенок не имеет проблем с обучением и концентрацией внимания». Но современные программы телевидения и реклама сильно отличаются от тех, что были в прошедшие десятилетия. Их цвет и яркость интенсивнее, изображение динамичнее, звуки более громкие и быстрые. Реклама занимает много времени и энергии. Она целиком направлена на удержание внимания. Как это влияет на обучение в школе? Мозг ребенка перепрограммирован на использование очень быстрых образов и изменяющихся звуков. Как следствие, ребенок не может перестроиться на восприятие медленных образов, которые часто сопровождаются единственным звуком - голосом воспитателя или учителя. Ребенок уже не может сидеть в группе, классе часами каждый день, с

одной и той же доминирующей зрительной точкой, слушать одного человека, если его мозг постоянно работает совершенно в другом ритме.

### **Категорически запрещается маленьким детям смотреть «взрослую» рекламу!**

Родители не способны обеспечить регулярность выполнения ребенком физических пауз и зарядки для глаз. Все зависит от степени их ответственности и веры в необходимость и эффективность предлагаемых мер. В идеале рекомендуется выработать у ребенка собственный алгоритм просмотра телепередач.



### **Поговорим о компьютерных играх**

В последнее время среди обилия вопросов, которые родители задают на консультациях, появился новый вопрос, так или иначе затрагивающий компьютерные игры. Родители интересуются: можно ли их детям играть в компьютерные игры, если можно, то сколько времени и в какие игры?

Правила пользования компьютером, с точки зрения санитарных норм, издавались часто, и ознакомиться с ними не составляет труда.

#### ***Как выбрать игру для вашего ребёнка***

1. Обратите внимание на то, чтобы игра была русифицирована
2. Системные требования детских игр, как правило, очень невысокие, вам нужно посмотреть, подойдет ли игра к вашей операционной системе.
3. Желательно брать игры, где указан примерный возраст ребенка, на которого игра ориентирована (правда, если ваш ребенок не может справиться с заданием, не расстраивайтесь: очень часто производители завышают требования к игрокам).
4. Мне больше нравятся игры отечественного производителя, но это мое субъективное мнение.

#### ***Как познакомить ребёнка с игрой***

1. Первый раз играйте вместе с ребенком, по ходу игры объясняйте, что нужно делать и как. Если ребенок еще не умеет читать, то тем более ему нужна ваша помощь, особенно если нет звуковой подсказки.
2. Если в игре есть герои сказок или мультфильмов, желательно познакомиться с ними (героями) заранее.
3. Также нужно объяснить ребенку стратегию игры: где лучше подпрыгнуть, где пробежать и почему, а также объяснить, какое значение имеют очки на экране: количество очков, количество жизней и т.д.
4. Попробуйте поиграть сами и попросите ребенка подсказывать вам: вы увидите, как он будет рад вашим совместным успехам.

### **Закончить хочу перечнем причин, по которым рекомендуются компьютерные игры детям:**

1. Компьютер, несмотря на разные особенности в развитии ребенка, дает ему возможность играть так, чтобы у него получалось.

2. Компьютер стимулирует любопытство и познавательный интерес ребенка.
3. Игра дает ребенку очень стойкую мотивацию, поэтому способность к концентрации возрастает, а это улучшает предпосылки к обучению.
4. У компьютера бесконечное терпение, он не устает и не сердится, все это является хорошей поддержкой для детей, которым требуются многократные повторения и поддержка.
5. Компьютер развивает все психические процессы, посредством всех анализаторов.
6. Трудно назвать определенный возраст детей, когда можно начинать работать с компьютером, основное условие - понимание связи между причиной и следствием. Однако только после игры можно оценить, что компьютер дает тому или иному ребенку, с его индивидуальными особенностями и потребностями.
7. Время, проведенное у компьютера, тоже вопрос разумного подхода. Полезно помнить про чередование активной и спокойной деятельности, про утомляемость зрения и правильную осанку.

Я надеюсь, что мой опыт использования компьютерных игр в коррекционной работе будет интересен не только родителям, но и специалистам

## **Дитя и компьютер.**

### **Что такое хорошо и что такое плохо. Развивающие компьютерные игры для детей**



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 компьютерных игр ведутся на всех социальных уровнях, ученые проводят исследования о влиянии компьютерных игр на человека, дети спорят с родителями, родители – с учителями, и так далее. И ответа все равно нет.

Мы надеемся, что приведенные ниже факты помогут вам сделать правильный выбор.

### **ХОРОШО**

#### **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, а ребенка всегда легче привлечь к игре, чем заставить учить алфавит или, скажем, складывать цифры.



Играя в компьютерные игры, ребенок попадает в волшебную сказку, где существует свой мир. Этот мир так похож на настоящий! Когда герои компьютерной игры предлагают малышу починить стену домика (правильно сложив паззл) или расположить цифры по порядку, чтобы добраться до сокровищ, дети ощущают свою значимость. А если в конце задания ему говорят «молодец, ты справился отлично», это вызывает у ребенка восторг!

Прекрасно нарисованные, веселые и добрые детские компьютерные игры несут в себе много интересного, умного, забавного и полностью направлены на то, чтобы малыши развивали и совершенствовали свои знания. А удобное и понятное управление и выполненное профессиональными актерами озвучивание сделают каждую игру настоящим праздником.

### 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.

Обязательно помните о том, что для каждого детского возраста существует ограничение по времени для занятий: в 3-4 года – ребенок может находиться у компьютера 25 минут, в 5-6 лет – 35 минут, в 7-8 – 40 минут.

Слишком длительное нахождение перед компьютером может привести к ухудшению зрения, а также к психологической зависимости ребенка от виртуального мира. Но в семьях, где не пренебрегают правилом золотой середины во всем, таких проблем никогда не возникнет.