

«Дети за компьютером – хорошо или плохо»

Сегодня притягательность компьютера не сравнить ни с телевизором, ни с любым другим занятием. Магия компьютерных игр охватила сейчас почти все юное поколение во всем мире. Родителей чаще всего беспокоит влияние компьютера на зрение и вред излучений, а также возможность получить в лице собственного ребенка будущего компьютерного фаната, погруженного в искусственный виртуальный мир, уводящий его от реальной жизни. Какую картину мы наблюдаем почти во всех семьях, где есть компьютер? Ребенок, придя домой, бросается к компьютеру, вяло отбрыкиваясь от наших настойчивых попыток накормить свое современное чадо обедом. И бесконечные игры до вечера. Знакомо? Поверьте, вы не одиноки. Многие родители, купив своему ребенку компьютер, вздыхают облегченно, т.к. этим в какой-то степени решаются проблемы свободного времени ребенка, его обучения (по обучающим

программам) или развития (по развивающим программам), а также получения им заряда положительных эмоций от любимой игры и т.п. Маленький ребенок – очень чувствительный организм, все физиологические системы которого, в том числе и необходимые для успешного взаимодействия с компьютером, развиваются в дошкольном и младшем школьном возрасте. Неограниченные занятия на компьютере на фоне постоянно увеличивающейся информационной нагрузки могут ускорить неблагоприятные изменения в самочувствии ребенка, повлиять на его психику.

Советуем обратить внимание родителей на следующие моменты. 1. Покупайте для вашего ребенка компьютер и дисплей хорошего качества, не экономьте на здоровье детей.

2. Расположите компьютер на столе в углу комнаты, задней частью к стене, в хорошо освещенном месте, но так, чтобы на экране не было бликов.

3. Правильно организуйте рабочее место ребенка. Подберите мебель,

соответствующую его росту. Для детей ростом 115 – 130 см рекомендуемая высота стола – 54 см, высота сидения стула (обязательно с твердой спинкой) – 32 см.

Расстояние между ребенком и дисплеем не менее 50 – 70 см (чем дальше, тем лучше).

Поза ребенка – прямая или слегка наклоненная вперед, с небольшим наклоном головы, посадка устойчивая.

Пространство между корпусом тела и краем стола – не менее 5 см.

1. Делайте ежедневную влажную уборку в помещении, где используется компьютер. Проветривайте чаще комнату; для увеличения влажности воздуха установите аквариум или другие емкости с водой.

2. Протирайте экран чистой тряпкой или специальной салфеткой до и после работы на компьютере.

3. Рядом с компьютером поставьте кактусы: эти растения поглощают его вредные излучения.

4. Особенно тщательно отбирайте для детей компьютерные програм-

мы: они должны соответствовать возрасту ребенка, как по содержанию, так и по качеству оформления.

5. Помните: без ущерба для здоровья дошкольники могут работать за компьютером не более 15 минут, а дети близоруких родителей и дети с отклонениями в состоянии здоровья – только 10 минут в день, причем 3 раза в неделю, через день.

6. После каждого занятия проводите с ребенком упражнения для глаз и общеукрепляющие упражнения.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 2 «Казачок»
муниципального образования Абинский район

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «Дети за компьютером»

353320 Краснодарский край Абинский район
г.Абинск
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №2 «Казачок» муниципального образования Абинский район

8(86150) 5-37-09

detsad2abinsk@mail.ru

Заведующий Волкова Л.В.

Подготовила:
воспитатель: Молочева И. С.

