

## Компьютер для ребенка: вред или польза?

Сложно, наверное, представить современную жизнь без персональных компьютеров, ноутбуков, планшетов. Для некоторых они служат рабочим инструментом, а для большинства – средством для развлечения и отдыха. Все процессы постепенно автоматизируются и компьютеризируются. Это удобно и, в общем-то, неплохо.

Но стоит ли ребенка подпускать к технике? Какова роль компьютера в развитии подрастающего поколения? Что получает от виртуального мира чадо: пользу или вред? Эти вопросы волнуют родителей. А потому сейчас мы с ними разберемся.

Какой от компьютера прок?

Никто, разумеется, не может отрицать, что компьютер способен дать много чего полезного для развития ребенка:

Общее обучение с помощью компьютера происходит быстрее и интереснее. Техника дает возможность получить многообразную информацию: материалы электронных энциклопедий с картинками и иллюстрациями, мнение современных ученых и сверстников.

Ускоряется развитие зрительной и зрительно-моторной функций. Этому способствует отслеживание движения курсора, нажатие клавиш на клавиатуре и мышке.

Формируется правильное представление о всевозможных понятиях, географических объектах и всего прочего, с чем не сталкивается ребенок в повседневной жизни. Благодаря этому дети раньше начинают осознавать, где реальность, а где вымысел.

Происходит развитие логического мышления, умения концентрироваться, а также улучшение памяти.

Появляется техническая грамотность.

Но все это происходит только, если ребенок вовремя попадает за компьютер. При этом он должен не только играть в «стрелялки» и «бродилки», а целенаправленно заниматься. Но какой же возраст считается оптимальным для того, чтобы обучать детей работе на компьютере? Как утверждают современные психологи и педагоги, наиболее подходящий возраст для знакомства ребенка с компьютером – это 6-7 лет. Развитие дошкольников происходит в основном с помощью реальных игр. Поэтому не имеет смысла начинать приучать ребенка к компьютеру раньше.

Впрочем, если старший дошкольник 1 раз в неделю в течение 20 минут будет заниматься изучением иностранного языка за компьютером, беды большой не будет. Только очень важно, чтобы родители в этот момент находились рядом и внимательно следили за обучающим процессом.

Несомненным «педагогическим» плюсом можно назвать и тот факт, что компьютер выполняет стимулирующую функцию для ребенка. Например, школьнику можно сказать: «Плохо закончишь четверть, не будет доступа к компьютеру на все лето». И ребенок

постарается выполнить поставленную задачу, ведь за компьютером время проводить интересно и весело.

### Вред компьютера для детей

Больше всего споров, наверное, возникает, когда встает вопрос о вредном воздействии компьютеров на здоровье ребенка. Но, как говорится, «нет дыма без огня». Самым главным минусом можно назвать то, что работа за компьютером (каким бы современным он ни был) отрицательно сказывается на зрении. Наблюдается колоссальное напряжение сетчатки глаза и глазных мышц. Для того чтобы снизить нагрузку на зрение, родителям необходимо правильно организовать рабочее место.

Расположение монитора должно быть строго параллельно глазам ребенка. Чело должно смотреть прямо, а не сверху вниз или снизу вверх. При этом расстояние от глаз до экрана должно составлять более полуметра. Также надо следить, чтобы от окна или лампы не создавались дополнительные блики на экране, так как это негативно сказывается на зрении.

Еще, для того чтобы зрение «не падало», родители должны научить ребенка делать в перерывах специальную гимнастику для глаз и строго отслеживать время пребывания чада за монитором. Оно должно составлять не более часа в сутки для школьников и не более 20-30 минут для дошкольников. Причем, желательно, не каждый день.

Помимо ухудшения зрения у детей могут развиваться и другие серьезные заболевания. Работа за компьютером предполагает неподвижный образ жизни. Из-за этого могут возникнуть проблемы с позвоночником: сколиоз, кифоз и другие искривления. Поэтому родителям необходимо объяснить необходимость некоторых упражнений:

регулярных потягиваний;

поворотов и наклонов головы;

гимнастики для рук;

наклонов туловища.

При установке компьютера родителям следует подумать и о вредном электромагнитном излучении. Не нужно размещать технику в спальне малыша. Если же в квартире нет свободного места, где бы поместился бы компьютер, то прибор следует на ночь выключать от сети полностью. Тогда электромагнитное поле не будет образовываться и негативно влиять на здоровье малыша.

Отдельного внимания заслуживают компьютерные игры и сайты, которые посещает ребенок. Некоторые из них могут нанести вред его психическому здоровью. Помните, что даже при заказанной у провайдера услуге «родительский контроль» дети все равно могут попадать на тексты и картинки, предназначенные для взрослых. Конечно, число их будет меньше, чем без оплаты подобной услуги, но все равно такие страницы попадаться будут.

Поэтому дошкольник и младший школьник в интернет должен выходить только под присмотром родителей, а за старшим школьником не помешает последить – проверить журнал браузера и выяснить, какие страницы посещало чадо. Что же касается игр, лучше отказаться от всевозможных «стрелялок». Пусть ребенок откроет этот жанр в возрасте 12-13 лет и не просиживает за играми часы напролет.

Чтобы проконтролировать время общения ребенка с компьютером, можно установить простую программку. Она не только отключит прибор по истечении «разрешенного» часа, но и запишет, чем ваше чадо занималось в течение этого времени. Если учитывать, все описанные выше подводные камни, вред от компьютера для ребенка будет минимальным.