

«Ребенок и компьютер»

Компьютеры прочно вошли в нашу жизнь и в жизнь наших детей. Особенно сегодня, в условиях самоизоляции, когда каждый член семьи много времени проводит дома, в том числе и у монитора компьютера. Итак, компьютер: друг или враг?

Предубеждений, связанных с компьютером, несколько.

Первое: постоянное пребывание в виртуальной реальности вредит интеллектуальному и эмоциональному развитию ребенка. Он не испытывает интереса к самостоятельному мышлению, к чтению, ручному труду. Становится пассивным потребителем информации, рабом Интернета. Не стремится понимать других людей и выражать собственные мысли и чувства. Зачем трудиться над сочинением или составлять реферат, если можно получить готовый чужой текст в Интернете?

И все же у компьютера гораздо больше преимуществ, облегчающих жизнь школьника, чем вредоносных факторов. Разнообразные обучающие программы по предметам, возможность получить полную или дискуссионную информацию по какому-то вопросу. Общение со специалистами, помощь в выборе увлечений и, возможно, будущей профессии.

Предубеждение **второе:** компьютер мешает ребенку полноценно общаться с другими ребятами, а некоторым детям полностью заменяет общение со сверстниками. Однако далеко не у всех детей увлечение компьютером ограничивает круг общения со сверстниками. Наоборот, некоторым застенчивым и не слишком коммуникабельным он помогает найти друзей со сходными интересами. Даже если ты застенчив, но компетентен в компьютерной области, это поможет тебе чувствовать себя уверенно в компании сверстников.

Компьютер – «друг»:

1. Компьютерные игры удовлетворяют естественную потребность ребенка в игре. Он учится следовать определенным правилам, планировать свои действия, доводить начатое до конца, добиваться улучшения своих результатов. То есть попутно у игрока

формируются такие качества, как настойчивость, воля, терпение. Выигрывая, ребенок испытывает положительные эмоции, чувствует себя более уверенным и умелым. Перебирая варианты решений и выбирая все более сложные игры, он развивается и интеллектуально.

2. Игры развивают активное целенаправленное внимание, память, пространственное воображение, логическое мышление, помогающие улучшить координацию движений, повысить скорость реакции.

3. Некоторые виды игр помогают снять нервно-психическое напряжение. Побывав в погоне в качестве преследователя, можно выплеснуть отрицательные эмоции, выпустить пар. Роль жертвы помогает избавиться от некоторых страхов. Роль супергероя позволяет ощутить себя сильной личностью, контролирующей ситуацию, управляющей другими персонажами.

Насколько компьютер вреден для здоровья?

- нагрузка на зрение. И все же общение с компьютером не вреднее, чем длительное сидение у телеэкрана. Не нужно забывать об элементарной профилактике - делать перерывы в занятиях и гимнастику для глаз, посещать время от времени окулиста. И обратите внимание на технические характеристики экрана вашего монитора.

-нарушения осанки. Но это вовсе не специфическое требование - правильно сидеть нужно и за обычным столом. И малоподвижный образ жизни, и лишний вес свойственны не только компьютерным пользователям.

Так что в отношении работы за компьютером нужно соблюдать обычные гигиенические требования: подобрать удобную мебель, следить за физическим самочувствием и состоянием нервной системы ребенка, не допускать перегрузок.

В последнее время можно встретить в СМИ публикации о новом виде зависимого поведения - компьютерной зависимости. С устрашающими примерами полного и безвозвратного погружения человека в мир виртуальный. Но серьезных научных разработок в этой области пока не проводилось.