

## **Ребенок и компьютер**

**Компьютер дома: польза или вред? Компьютерные игры.**

**Влияние компьютера на организм и личность ребенка. Плюсы и минусы использования компьютера школьником. Как правильно организовать работу школьника за компьютером. Сохранение здоровья ребенка при работе за компьютером. Полезное влияние компьютера на ребенка**

Компьютер обладает рядом особенностей, способных положительно воздействовать на психику и развитие малышей.

1. Развивающие программы. Многие родители применяют для развивающих занятий специальные кубики и предметные картинки, книги. Однако современные компьютерные игры и специальные программы дают лучший результат, активнее развивают мышление, память и внимание.
2. Формирование творческих способностей. С помощью скаченных или купленных программ ребенок может развивать творческое мышление: учиться рисовать, сочинять музыку или заниматься дизайном.
3. Постоянный доступ к информации. Раньше, для того, чтобы подготовить сообщение или написать реферат, нужно было идти в ближайшую библиотеку. Сейчас для того, чтобы отыскать нужную информацию, достаточно просто пару раз кликнуть компьютерной мышкой. Поэтому компьютер чаще всего позитивно влияет на успеваемость школьника.
4. Отдых. Для того чтобы отдохнуть от учебной нагрузки после уроков или снять стресс, можно включить интересный мультфильм или немного поиграть в любимую компьютерную игру.
5. Скорость реакций увеличивается. Многие компьютерные игры позволяют развивать реакцию у малышей, учат быстро принимать решения, и реагировать на поставленные задачи.
6. Киберспорт. Ребенок, хорошо играющий в компьютерные игры, имеет шанс стать успешным в сфере киберспорта. Сегодня киберспорт активно развивается и даёт возможность хорошо зарабатывать и быть популярным среди молодежи.
7. Общение. С помощью Интернета ребенок без труда может связаться с любимой бабулей, которая проживает в другом городе или поговорить с одноклассниками во время болезни.
8. Техническая грамотность. С молодых ногтей общаясь с техникой, малыш растёт технически осведомленным. В отличие от нас, взрослых, он не боится исследовать технику, ставить эксперименты.
9. Развитие тонкой моторики рук. Работая с мышью, мелкие мышцы руки развиваются эффективнее. У ребенка формируется соотношение движения рук с тем изображением, что изменяется на экране монитора.
10. Ранняя подработка. Компьютер даёт возможность начать зарабатывать на фрилансе еще будучи школьником.

### **Вредное влияние компьютера на ребенка**

Однако кроме положительного воздействия, компьютер может негативно влиять на психику и здоровье малыша.

1. Быстрая утомляемость. Когда ребенок играет в компьютерные игры или общается в соцсетях, от него требуется огромная концентрация внимания и немедленная реакция. По неофициальным данным, ученые, которые изучали развитие психических процессов во время работы за компьютером, выяснили, что после 20 минут активного «общения» с чудо-машиной у малыша усиливается рассеянность и беспокойство, а деятельность ЦНС угнетается.
2. Агрессия. Стрелялки в компьютере приучают детей с юных лет, что для достижения поставленной цели необходимо проявить жестокость и использовать оружие. Нет никакой гарантии, что малыш не применит эти умения и в реальной жизни. Ведь

мировые новости все чаще сообщают нам о стреляющих в окружающих людей подростках.

3. Эгоизм. Конечно, родителям гораздо проще, если их детка целый день сидит за столом и чем-то занят. А взрослым только остается приносить ему еду. Однако при таком способе воспитания у малыша развивается одиночество, [эгоизм](#). Большая часть виртуальных игр приучает детей к тому, что «каждый сам за себя» и «выжить должен тот, кто сильнее».
4. Потерянное время. Игры онлайн забирают массу времени, которое дети могли бы использовать на учебу, занятия спортом, общение с одноклассниками или помощь по дому родителям. Просиживая допоздна за компьютерным столом, наши дети лишаются настоящего детства: игры в прятки, походов на природу, коллективных дел с друзьями.
5. Утрата интересов. Малыш, начиная играть в компьютерные игры и окунаясь в глобальную сеть, теряет интерес к другим увлечениям. Компьютер своими яркими картинками и быстрой сменой действий вытесняет из жизни маленького пользователя интересы реальной жизни.
6. Яблоко раздора. Из-за чудо-машины в семье постоянные происходят ссоры, ведь не так-то просто уговорить малыша оставить такую увлекательную онлайн-игру.
7. Нарушение самоидентификации. Во время игр ребенок начинает ассоциировать себя с персонажем компьютерной игры, пытается подражать его поступкам. Поэтому у него искажается представление о самом себе.
8. Нарушение здоровья. Во время тесного общения с компьютером в первую очередь происходят нарушения в зрении малыша. Постоянная нагрузка на мышцы глаз, долгое удерживание взгляда в одной точке, превышение временных норм работы за компьютером приводят к ухудшению зрения. Кроме того, страдает позвоночник и нервная система.

### **Советы для родителей: Как уменьшить вредное влияние компьютера на школьника**

Для психического и физического здоровья подрастающего поколения, родители обязаны строго контролировать общение собственного ребенка с компьютером.

- Создавать ограничение на время, которое малыш находится за компьютером.
- Не позволять маленьким детям оставаться без присмотра за монитором, самостоятельно выбирать контент для просмотра и игр. Поясните, почему не следует играть в те или иные игры, либо смотреть вредное для детской психики видео.
- Храните на компьютере только полезные и развивающие программы, которые позволят малышу правильно и быстро формироваться.
- Не разрешайте ребенку самому посещать разнообразные сайты и странички сомнительного содержания. Пользуйтесь функцией «Родительский контроль».
- Обязательно не забывайте делать с ребенком гимнастику для глаз, минимизируйте отрицательное влияние на детское зрение.
- Учите своих детей правильно общаться со сверстниками, поощряйте игры на улице в компании товарищей. Чаще разговаривайте со своим малышом, учите хорошим манерам.
- Не позволяйте компьютерным играм вытеснять привычные для нас подвижные игры и другие развлечения: прятки, настольные игры, догонялки.

1. Компьютерные игры положительно влияют для развития визуального восприятия объектов, умения быстро принимать решение, многозадачности, мелкой моторики, памяти, внимания, координации движений. И самое главное – они способствуют развитию интеллекта. Данные утверждения доказаны в ходе [эксперимента в университете Рочестера](#).

2. Знания и умения играть в модные компьютерные игры делают ребенка популярным среди сверстников, позволяют выплеснуть накопившуюся агрессию.
3. Сами по себе компьютерные игры не несут вреда психике малыша. Проблему составляет образ мышления самого ребенка. Его-то и необходимо корректировать, не отстраняя ребенка от компьютера, а лишь ограничив время на игры.
4. Интернет сегодня – это средство для общения со сверстниками и возможность быть модным и информированным. Интернет дает возможность школьникам получить доступ к учебному материалу в доступной и интересной форме.
5. Главная задача компьютерной техники и ее возможностей – снятие психоэмоционального напряжения, своеобразный способ ухода от невыносимой реальности.
6. Персонаж в компьютерной игре отлично справляется с переносом психического напряжения со своей собственной жизни на другой объект игры.
7. Если вы решили отлучить своего ребенка от компьютера, важно подумать, какие альтернативные способы развития могут заменить ему жизнь онлайн. Однако то, что вы хотите ему предложить, должно быть интересно и эффективно для его развития.
8. Спросите себя, готовы ли вы к тому, что ваш ребенок станет «белой вороной» в глазах сверстников? И самое главное, как именно вы сможете помочь ему справиться с вытекающими отсюда последствиями. Поэтому полное отлучение ребенка от компьютерных игр – это такая же крайность, как и полное погружение в них.

Сколько общаться с компьютером малышу, и какой контент предлагать своему ребенку, должны решать только его родители, при этом учитывая рекомендации психологов, педагогов и педиатров.