

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Компьютеры прочно вошли в нашу жизнь и в жизнь наших детей. Необходимо соблюдать требования и правила при организации игровой деятельности ребенка на компьютере, чтобы не нанести вред здоровью.

Несколько слов о компьютерных играх, они бывают разные:

- игры типа «убей их всех», в которых главный герой должен победить врагов;
- игры - приключения, где герой проходит по страницам повестей и рассказов;
- игры стратегические, в которых приходится принимать решения по изменению стратегии в ходе игры;
- развивающие игры, которые способствуют познавательному развитию;
- обучающие игры, способствующие усвоению детьми навыков чтения, элементарных математических представлений;
- диагностические (применяются специалистами);
- графические игры, связанные с рисованием, конструированием.

Важно просто правильно выбрать игру для ребенка. Ведь компьютерная игра удовлетворяет естественную потребность ребенка в игре. Он учится следовать определенным правилам, планировать свои действия, добиваться улучшения своих результатов.

Нормы работы с компьютером для детей

Время работы ребенка за компьютером, которое рекомендуют специалисты – 20 минут дошкольники, 30 – 60 минут младшие школьники. Эти нормы, к сожалению, не всегда соблюдаются. Поэтому нужно составить правильный режим для детей, регламентирующий работу за компьютером.

Иногда дети сидят за компьютером дольше, чем взрослые. Детский организм не предназначен для подобного вида нагрузок. Это может привести к непоправимым последствиям для здоровья.

Пока родители на работе, дети начинают играть в компьютерные игры. Проследите за играми, которые установлены на ваш компьютер. Исключите агрессивные, наносящие вред психологическому здоровью ваших детей.

Создайте для вашего ребенка собственный компьютерный уголок. У него должны быть соответствующие возрасту и росту стол и стул. Монитор должен быть установлен на уровне глаз. Не нужно, чтобы шея вытягивалась лишней раз вверх или вниз. Ноги должны касаться пола или стоять на подставке.

Что нельзя делать за компьютером

× Не стоит долго сидеть за компьютером. Даже если нужно выполнить какое-то школьное задание, требующее длительного пребывания за компьютером, нужно устраивать себе периодические разминки и выполнять упражнения для глаз.

× Не работайте за компьютером в положении лёжа, ведь это сильный удар по зрению.

× Не работайте за компьютером в темноте.

× Не сидите за компьютером дольше 1,5 – 2 часов в день.

× Не устанавливайте яркость монитора на максимум.

× Не работайте за компьютером перед сном.

× Не работайте за компьютером с мокрыми руками.

× При возникновении ошибок или каких-либо неисправностей работы компьютера, необходимо обратиться за помощью к родителям.

× Не кладите ногу на ногу и не вытягивайте ноги во время работы за компьютером. Это лишняя нагрузка на спину.

Тематика игровых компьютерных игр должна соответствовать возрасту ребенка и должна быть понятна ему по содержанию. Специалистами разработаны **требования, предъявляемые к компьютерным играм для дошкольников:**

- ✓ в игре не должно быть текстовой информации о ходе и правилах игры (либо она должна трансформироваться в звуковой файл);
- ✓ в игре могут использоваться буквы и отдельные слова, шрифт больше традиционного;
- ✓ в игре изображения на экране должны быть достаточно крупными, обобщенными, без мелких и отвлекающих деталей;
- ✓ темп движений и преобразований на экране должен быть не слишком быстрый, ребенок должен регулировать количество игровых заданий;
- ✓ в компьютерных развивающих играх не должно быть системы оценок в баллах;
- ✓ программа должна иметь логическое завершение.

В отличие от других видов игр, компьютерные игры:

- позволяют увидеть продукт своего воображения и своей игры;
- дают возможность восстановить динамику своего творчества;
- вводят ребенка в проблемную ситуацию;
- усиливают мотивацию учения - проявить свою оригинальность, устраняет боязнь неодобрения или негативной оценки со стороны взрослого.

Очень важный совет – это контроль ребенка во время работы за компьютером. Следите за тем, как он сидит за компьютером и что делает в это время. Тогда вы сможете сохранить и поддержать физическое и психологическое здоровье вашего ребенка. Будьте примером для него – приучитесь сами следить за осанкой, вместе делайте упражнения для осанки и зрения. Регулярно ходите на длительные пешие прогулки. Найдите любимый вид спорта. Даже простое катание на велосипеде принесет вам огромную пользу.

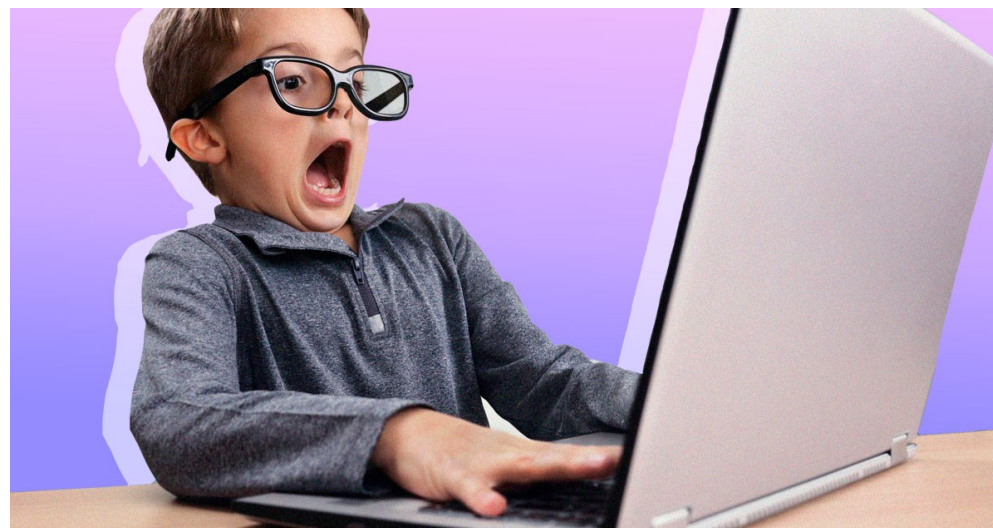


Министерство социальной защиты населения
Владимирской области

Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания Владимирской области «Селивановский комплексный центр социального обслуживания населения»

Стационарное отделение

ДЕТИ И КОМПЬЮТЕР



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

п. Красная Горбатка

