

Компьютерная безопасность для самых маленьких



Сегодняшние дети учатся пользоваться компьютером и электронными гаджетами гораздо раньше, чем хотелось бы их родителям. Порой даже раньше, чем научаются хорошо говорить. Но, тем не менее, факт остается фактом: для наших детей средства ИКТ (информационно-коммуникационные технологии) столь же естественная часть среды обитания, как автомобиль, холодильник, телевизор для детей предыдущих поколений. Конечно, ноутбук, планшет или смартфон — это очень удобно и для ребенка, и для тех, кто его окружает. Там и мультики, и развивающие игры, и образовательные программы.

Посадил ребенка с планшетом на диван, включил ему что-нибудь познавательное, и можешь спокойно заняться своими делами. Казалось бы, как говорили в нашем детстве «надежно, вы годно, удобно». Но все чаще и чаще раздаются встревоженные голоса педагогов: год от года у детей падает уровень текстового мышления (так называется умение адекватно воспринимать, воспроизводить, интерпретировать разнообразные тексты, а также создавать собственные).

Плюсы и минусы компьютера для маленьких детей

Неумолимо растет процент детей, страдающих дисграфией и дислексией: расстройствами, связанными с нарушением письменной речи. Дети с трудом овладевают чтением и письмом. И все чаще звучат голоса, утверждающие, что причиной тому – раннее и чрезмерное увлечение компьютерами. Не отстают и психологи: дети, увлекающиеся компьютерными играми, часто страдают аутизмом, у них развивается агрессия, различные страхи и фобии. С ними солидарны и педиатры: длительное сидение за компьютером портит зрение, осанку, да и вообще неизвестно, какое влияние оказывает на не окрепший детский организм компьютерное излучение...

Задумаемся, так ли уж все беспросветно. Ведь и об остальных достижениях современной цивилизации, от атомной энергетики до нанотехнологий рассказывают немало ужасов. Но, при разумном обращении компьютер может стать одним из средств общения и взаимодействия с ребенком, отличным учебным пособием и даже источником вдохновения. При помощи компьютера можно легко и просто научить ребенка читать и писать. Даже самым упрямым понравится печатать слова на компьютере, вставлять недостающие буквы, угадывать, что написали вы. Многие дети очень любят, если родители оставляют им компьютерные «напоминалки», уходя на работу. Ведь гораздо интереснее скучных записок на холодильнике, когда в определенное время на мониторе появляется надпись: «Покорми “Мурку”!», «Не опоздай на секцию!». А когда грамота будет освоена, предложите ребенку сочинять и самостоятельно записывать разные истории. А что, если начать выпуск настоящей электронной газеты или, если папа и мама владеют хотя бы начальными навыками веб-дизайна (это на самом деле совсем не сложно), открыть свою собственную домашнюю страничку в Интернете?

Чем занять дошколенка за компьютером?

Психологи, не напуганные страшилками о вреде ноутбуков и мобильных, замечают, что использование новых технологий в обучении очень эффективно. Грубо говоря, ребенку проще запомнить цифры в игре за компьютером, чем в игре с кубиками. Именно поэтому специалисты рекомендуют родителям уделять особое внимание подбору детских игр.

Даже для самых маленьких пользователей можно найти в Интернете подходящие сайты о природе, искусстве, других удивительных вещах. Не выходя из дома, вы с малышом можете посетить виртуальный музей или принять участие в интеллектуальной олимпиаде. Если ребенок задал «умный вопрос», например, чем дышат рыбы или где самый высокий в мире вулкан, попробуйте вместе найти ответ во всемирной паутине. Еще никто не доказал, что умение пользоваться поисковыми системами отрицательно сказалось на интеллектуальном развитии! При помощи компьютера можно рисовать и делать настоящие мультики (в этом вам помогут программы Flash и Photoshop). Даже дошкольники способны создать настоящие анимационные шедевры.

Важно! - рисование на компьютере ни в коем случае не должны заменять рисования красками и карандашами на бумаге. Собственно, это замечание в равной мере относится и к письму.

При помощи специальной приставки-синтезатора можно даже научить ребенка-дошкольника сочинять и записывать музыку.

Отдельно стоит сказать о компьютерных играх. Безусловно, «стрелялки» могут появиться в вашем доме гораздо позднее, но сегодня для детей выпускается масса качественных компьютерных игр для детей любого возраста, начиная с четырех-

пяти лет. В зависимости от вкусов и склонностей вашего ребенка вы можете выбрать подходящие «развивалки», действие которых происходит в джунглях или на пиратском корабле, в замке с привидениями или на дне океана. Освоить навыки чтения, математики, логики, письма рисования и музыки ребенку помогут герои его любимых мультфильмов и книг и даже конструктора Lego.

9 правил безопасности малыша при работе с компьютером

Чтобы компьютер не принес ребенку физического и психологического вреда, необходимо соблюдать простые правила безопасности:

1. Правильно организуйте рабочее место. Ребенок должен сидеть на расстоянии 50-60 см от монитора, источник света располагаться слева от экрана.
2. Следите за тем, чтобы спина и ноги ребенка имели опору, так вы предотвратите ухудшение осанки.
3. Самая большая нагрузка при работе с компьютером приходится на органы зрения. Поэтому обратите внимание на качество вашего монитора: минимальная частота обновления экрана в рабочем режиме должна быть не менее 85 Гц. Чтобы глаза отдыхали, делайте с ребенком специальные упражнения
4. Для дошкольников рекомендуют проводить компьютерные уроки по 15 минут, для младших школьников – по 20 минут.
5. Формируйте правильное отношение ребенка к компьютеру, это поможет избежать осложнений в будущем.
6. Подчеркивайте словом и действием, что эта «умная машина» – рабочий инструмент.
7. Покажите, что вы используете компьютер только для дела. Например, строите с его помощью графики или пишете статьи.
8. Не используйте агрессивные игры, чтобы расслабиться после работы или, хотя бы, не играйте в них при ребенке.
9. Не делайте из компьютера тайны за семью печатями, а, наоборот, обеспечьте свободный доступ к обучающим и развивающим программам.

А главное, помните, никакой, даже самый продвинутый гаджет, не заменит живого общения, кисточки, пластилина и родительского внимания и объятий.

Гимнастика для глаз

«Жмурки». Необходимо зажмуриться, посчитать до пяти, открыть глаза. Повторить несколько раз.

«Восьмёрочки». Пусть ребёнок мысленно представит цифру восемь, если ребенок маленький, покажите, как она выглядит. Предложите взглядом нарисовать эту цифру. Внимательно следите за движением глаз. Для облегчения задания можно использовать рисунок со стрелочками. Поверните картинку так, чтобы получился знак «бесконечность» или восьмёрка на боку, предложите ребёнку нарисовать фигуру взглядом. Упражнение сделать 5-7 раз.

«Крестики-нолики». С правого верхнего угла комнаты перемещаем взгляд на левый нижний угол, затем с левого верхнего – на правый нижний. Делаем круговое движение глазами. За выполнением этого упражнения внимательно следим, так как дети очень часто выполняют движения не глазами, а головой. Делаем пять крестиков, пять ноликов. Этот комплекс можно выполнять и с закрытыми глазами.

«Часики». Представляем себе большой циферблат или используем изображение с нарисованными или, если нет возможности, пользуемся настоящими часами. Движение глаз совпадают с движением секундной стрелки. На каждой цифре останавливаемся на 1-2 секунды. Выполняем 5-6 раз.

«Лёгкий отдых». Прикрыть глаза, посчитать с закрытыми глазами до 15, открыть глаза. Повторить 6 раз.

«Найди вещь». Лучше всего выполнять рядом с книжным шкафом или компьютерным столом. Родитель даёт задание найти взглядом какую-то вещь или книгу, и сказать, где она стоит.

«Туда-сюда». Сделать 5-7 вертикальных движений глазами, чередуя с горизонтальными движениями. У маленьких деток с выполнением этого упражнения может помочь яркая игрушка или предмет, за которым следует следить, пока родитель его двигает.

«Быстро-быстро». Интенсивно поморгать, считая до 5, сделать перерыв 1-2 секунды, затем выполнить ещё 5 раз.

Формируя комплекс зрительной гимнастики для ребёнка, следует помнить, что применение больше пяти упражнений утомительно, следовательно, качество выполнения будет хуже.

Задания с открытыми и закрытыми глазами чередуются.

Дошкольникам рекомендовано проводить данные тренировки исключительно в игровой форме, используя легко запоминаемые стишки.

Педагог-психолог Петрова Ольга Сергеевна