

## Вывод:

Компьютер должен стать всего лишь помощником, инструментом для получения новых знаний, но не «захватывать целиком» развитие ребёнка.



### Контакты

Адрес: г. Архангельск, ул. Попова 43

### Контактные телефоны:

#### Приёмная

Тел /факс: (8182)20-62-80

#### Заместитель директора по УВР

Тел /факс: (8182)28-58-31

#### Психологическая служба

Тел: (8182) 20-18-37

[centr\\_nadejda@mail.ru](mailto:centr_nadejda@mail.ru)



ГБУ АО «Центр «Надежда»

# Ребёнок И КОМПЬЮТЕР



Архангельск  
2017

# Ребёнок и компьютер

«Нужен ребенку компьютер или нет?» - вопрос уже не обсуждается. Как и не обсуждается то, нужны ли нам автомобили, стиральные машины и есть ли на свете медведи и т.д. Компьютер нам всем потенциально нужен. Но на каких условиях, и в каком возрасте допускать ребенка к этой полезной технике?

## Когда и сколько

В учебных целях допустимо использовать компьютер после шести лет. Именно в этом возрасте, при грамотном воспитании ребенка, закончено формирование основных структур личности.



## Норма времени проведения за компьютером?

Для детей **от 6 до 7 лет** – 30 минут в день.

Для детей **от 8 до 10 лет** – 45 минут в день.

Для детей **от 11 до 13 лет** – 90 минут в день.

Для подростков **от 14 до 16 лет** –

135 минут в день.

## Причины возникновения компьютерной зависимости у детей:



-отсутствие самоконтроля;

-не приучен к труду, к умению видеть работу и выполнять ее.;

-не знает понятия сотрудничества, его не научен советоваться, а значит, слушать и слышать советы и рекомендации

- незнание взрослыми правил психогигиены взаимодействия с компьютером, пользы и вреда от него

- неуверенность ребёнка в себе, низкая самооценка, зависимость от мнения окружающих

## Что делать, чтобы ребенок не стал зависимым от компьютера?

- Будьте для своего ребёнка авторитетом
- Чётко объясните, когда и сколько можно играть за компьютером
- Объясните, почему нельзя часами сидеть у экрана
- Ребёнок не станет часами сидеть у экрана, если у него есть друзья, с которыми можно подвигаться и поиграть.
- Приобщайте свое чадо к домашним обязанностям.
- Постарайтесь сориентировать юного человечка, чтобы он воспринимал компьютер как удобный и полезный компонент учебы. Компонент инте-

## Компьютер: хорошо или плохо?

Благодаря компьютеру можно освоить новое, не выходя из дома, в темпе, который удобен ребенку. А это комфортно. Компьютер не критикует, он лишь указывает на ошибки, предлагая их исправить и получить конкретный результат.

Он не обескураживает, не заставляет краснеть и пугаться, когда что-то не получается.

По ряду причин, компьютерные игры могут иметь прямо противоположный эффект. Речь идет о зависимости. Подчас ничто не может отвлечь ребенка от компьютера. Он испытывает чувство тревоги, становится напряженным, эмоционально неуравновешенным, озлобленным. Зачастую может нарушаться сон. Могут сниться кошмары. Подобное общение ребенка с компьютером делает его замкнутым, он не может сосредоточиться на учебе. Так же это сказывается на физическом состоянии ребенка. Он перестает уделять внимание спорту, физическим нагрузкам,

