

ПАМЯТКА для родителей

«РЕБЁНОК И КОМПЬЮТЕР»



Не давайте детям потеряться в непредсказуемом виртуальном мире, чаще общайтесь с ними, по-настоящему интересуйтесь их жизнью и проводите больше времени вместе.



Чтобы общение с компьютером было безопасным для здоровья Вашего ребёнка, необходимо обратить внимание на следующие аспекты.

- Аргументировано расскажите ребёнку о гигиенических правилах работы за компьютером.
- Договоритесь с ребёнком о временном режиме общения с компьютером и последовательно его выполняйте.
- Позаботьтесь, чтобы место для компьютерных занятий было правильно оборудовано и освещено.
- Контролируйте правильность положения тела во время занятий на компьютере: осанку, положение рук и ног, расстояние от глаз до монитора.
- Приучите ребёнка делать гимнастику после каждого занятия на компьютере.

- Регулярно проветривайте и сделайте влажную уборку в помещении, где работает компьютер.

Возможно, Вам пригодятся аргументы и формулировки, которые помогут отвлечь ребёнка от компьютерной игры и построить беседу, если возникнет конфликтная ситуация, когда он не соглашается выключить компьютер.

- Напоминание ребёнку о каком-нибудь другом, особенно любимом ему занятии. *(Твой любимый конструктор тебя уже ждёт, когда ты его соберёшь.)*
- Напоминание о соблюдении временного режима *(Пора сделать перерыв.)*
- Приглашение на прогулку *(А сейчас мы отправимся в парк.)*
- Включение в совместную деятельность или игру *(А сейчас давай вместе займёмся ...)*
- Просьба помочь Вам в делах *(Помоги мне, пожалуйста, сделать уборку.)*
- Предложение пообщаться с кем-нибудь: друзьями, родственниками, домашними животными. *(Пойдём в гости. Пора погулять с собакой и поиграть с ней. Можно поиграть с ребятами во дворе.)*
- Напоминание о важных делах, которые обязательно нужно сделать. **(Нужно**

приготовить домашнее задание, подарок бабушке и другое.)

Компьютерные игры с агрессивным, жестоким и «кровавым» содержанием» - не для наших детей!!!

Главное – выбрать для своего ребёнка хорошие игровые программы как из числа развлекательных, так и из числа обучающих.

Некоторые советы по профилактике игровой компьютерной зависимости.

- Договоритесь с ребёнком о максимальной продолжительности игры на компьютере. Контролируйте процесс сами или воспользуйтесь специальными программами контроля времени.
- Старайтесь так организовать время ребёнка, чтобы он не играл за компьютером ежедневно.
- С самого раннего возраста выявляйте способности ребёнка. Наблюдайте за тем, к чему ребёнок проявляет интерес, и формируйте круг увлечений: спорт, танцы, рисование, музыка, и т.д. Если ребёнок увлечётся каким-либо видом деятельности, то все компьютерные игры отодвинутся на второй план.

- Ребёнок всегда должен быть чем-то занят. Вовлекайте, его в свою деятельность, играйте вместе в подвижные игры. Именно ваша совместная деятельность – основа правильного воспитания и развития.

- Формируйте у ребёнка разнообразные увлечения, чтобы компьютерные игры не стали его единственным интересом.

- В дошкольном возрасте, когда ребёнок должен осваивать реальный окружающий мир, не нужно заменять этот процесс освоением виртуального мира. Давайте будем помнить, что первично, а что вторично.

- Всегда знакомьтесь с содержанием игры, прежде чем она попадёт к вашему ребёнку.

- Не допускайте, чтобы ребёнок играл в компьютерные игры, в содержании которых есть проявления агрессии и жестокости.

- Ограждайте детей от участия в онлайн-играх. Это может сформировать у них игровую зависимость.



Миша, 6 лет. Он не умеет читать, но это не мешает ему хорошо играть в компьютерные игры. Миша предпочитает играть в «стрелялки» и «гонки». Может быть, поэтому, размахивая игрушечным пистолетом, он кричит: «Всех перестреляю!»

Время, проводимое Мишей за монитором, ограничивается только тем, что его родители сами иногда хотят занять это место. Папа, сам увлеченный компьютерной игрой, так ответил на просьбу Миши дать ему поиграть: «Ты и так много играешь!» На это Миша резонно заметил: «Так ведь и ты все свободное время играешь!» Кроме того, маму и папу в этой семье беспокоит только то, чтобы их сын не залезал в их игры и не портил их результаты. Вот это они контролируют строго, ругают и наказывают Мишу за такие вторжения.