

## **Консультация для родителей «Мультимедиа и дети»**

Телевизор, телефон и компьютер могут показаться хорошим способом занять дошкольника. Некоторые родители считают, что это простая и доступная возможность расслабиться и спокойно отдохнуть.

Но чем дольше ребенок сидит перед «голубым экраном», тем меньше остаётся времени для активной и творческой игры.

Современный ребенок рано знакомится с телефоном и компьютером. Мы радуемся, глядя, как ловко малыш нажимает на кнопки техники. Многим родителям нравится, что дети не балуются, не носятся по улице, а мирно сидят дома на диване. В результате, взрослые порой не подозревают, какую информацию черпает их ребенок из Интернета. Они не догадываются, что техника не только становится для ребенка игрушкой или источником знаний, но начинает эмоционально заменять ему родителей, особенно много работающих родителей. Постепенно ребенок проводит за гаджетами все больше времени.

Итак, компьютер и телефон – друзья или враги?

Компьютерные игры развивают у ребенка:

быстроту реакции, мелкую моторику рук, визуальное восприятие объектов, память и внимание, логическое мышление, зрительно-моторную координацию

Компьютерные игры учат ребенка:

классифицировать и обобщать, аналитически мыслить в нестандартной ситуации, добиваться своей цели, совершенствовать интеллектуальные навыки.

Ребенок, который с детства ориентируется в Интернете, чувствует себя более уверенно, потому что ему открыт доступ в мир современных технологий.

Игры на компьютере/телефоне — это те же занятия.

Играя в компьютерные игры, ребенок попадает в волшебную сказку, где существует свой мир. Этот мир так похож на настоящий!

А что же тогда ПЛОХО?

Плохо то, что при не соблюдении режима компьютер и телефон превращаются из друга во врага. Нельзя забывать о том, что все хорошо в меру. Добрые замечательные игры, столь полезные для детей, могут стать и вредными для них.

Нагрузка на зрение является большой проблемой. И всё же телевизор и компьютер одинаково влияют на зрение. Чтобы зрение не ухудшалось, не стоит забывать о гимнастике для глаз и небольших перерывах.

Так детям 3-4 лет не рекомендуется сидеть перед экраном больше 20 минут, а ребятам 6-7 лет можно увеличить время ежедневной игры до получаса.

Дети и подростки нуждаются в самовыражении. За не имением других средств выражения своих мыслей и энергии они обращаются к компьютеру и компьютерным играм, которые создают иллюзию реальности безграничных возможностей, лишенной ответственности. Такая иллюзия оказывает разрушительное действие на психику

Говоря о профилактике компьютерной зависимости у детей, следует обратить внимание на то, что воспитание ребенка должно сводиться по большей части к тому, что компьютер — это лишь часть жизни, а не самый главный подарок за хорошее поведение.

Необходимо показать растущему человеку, что существует масса интересных развлечений помимо компьютера, которые не только позволяют пережить острые ощущения, но также тренируют тело и нормализуют психологическое состояние. А в этом поможет наша родительская культура, «знание врага в лицо», самообразование в этой области.

Поэтому время, которое дошкольники проводят за компьютером и просмотром телевизора, должно быть сбалансировано с развивающими мероприятиями. Физическая активность, творческие занятия, игры со сверстниками и игрушками, чтение книг и другие дела — вот, что по настоящему поможет ребёнку исследовать мир.

Телевизор в гостиной, телевизор на кухне, телевизор в спальне... Современные дети превратились в телеманов. При включенном телевизоре дети играют, общаются с друзьями и родителями, едят и спят.

Дети, которые много смотрят телевизор, обычно имеют избыточный вес, менее подвижны, у них выше уровень холестерина в крови.

## Советы родителям:

1. Откажитесь от привычки спихивать ребенка на телевизор, как на электронную няньку, даже если вы очень заняты. Вместе этого подыщите ему какое-нибудь дело — пусть учится рисовать или лепить, слушать музыку, развивайте интерес к книге.

2. Выберите достойные передачи. Просмотрите заранее программу на неделю и отметьте те передачи или фильмы, которыми, на ваш взгляд, следовало бы ограничиться.

3. Назначьте один день без телевизора. Объясните, что все, в том числе мама и папа, должны подыскать себе на этот день более полезные занятия.

4. Не ставьте телевизор в детской, если только не хотите окончательно потерять контроль над тем, какие передачи и в какое время смотрит ребенок.

Не оставляйте телевизор включенным для создания шумового фона. Если ребенок хочет услышать что-нибудь, пока рисует или занимается, включите радио.

Ребенок может работать за компьютером, играть в телефоне не более 15 минут в день.

Игровую деятельность с гаджетами нужно сменить физическими упражнениями или играми.