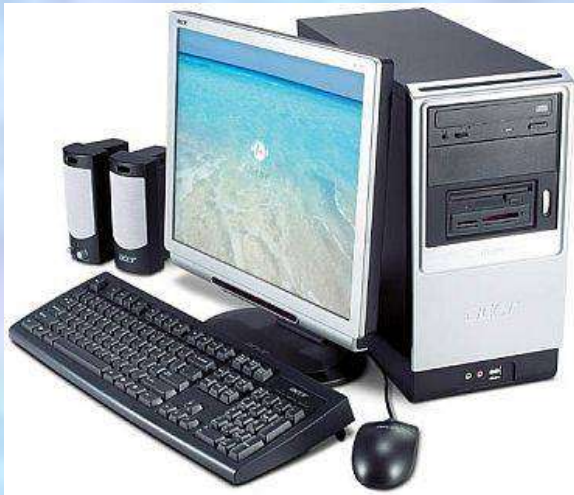


Дитина і комп'ютер

ДОДАТОК до методичного поради́ника



Комп'ютер - дуже корисний пристрій!?



На сьогодні наше суспільство зробило вагомі і досить швидкі кроки на дорозі комп'ютеризації. Коли у 2000 році таку техніку як комп'ютер могли собі дозволити підприємства та фірми, тай то у необхідній для роботи кількості, то тепер таких технічних засобів є досить, їх має велика кількість родин.

■ Крім цього
медалі. Звичайно,
корисним
пристроєм,
людина
оперує, впливає на
виховання! Кожен



подивитися і на інший бік
юємо з дуже

що нас оточує і якою

гляд та наше

із нас знає, що людину виховує оточення.

- Комп'ютер є засобом зв'язку, спілкування, пізнання, роботи, дозвілля і т. д. Неможливо принизити чи применшити його значущість та необхідність.

■ Крім цього ми зобов'язані подивитися і на інший бік
медалі. Звичайно, що ми працюємо з дуже корисним
пристроєм, але як кожна річ, що нас оточує і якою людина
оперує, впливає на наш світогляд та наше виховання! Кожен
із нас знає, що людину виховує оточення.

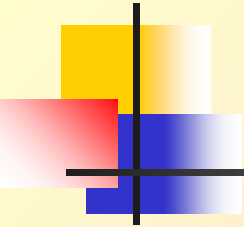
Комп'ютерний бум

Комп'ютер на сьогодні є прикладом речі, без якої не обійтись, навіть за великого бажання, тим більше, коли комп'ютер перетворюється на предмет залежності, спокусі ним скористатися майже неможливо протистояти.

Підлітковий вік - один із найбільш вразливих періодів життя людини, але він є цікавим тому, що людина в підлітковому віці починає значно більше часу проводити в середовищі однолітків, ніж це було раніше.



Спілкування



Сучасна молодь спілкується набагато більше, ніж її попередники. У її розпорядженні є багато ресурсів для таких знайомств, підтримки дружніх стосунків, віртуальних розмов (чат), форумів.

Найбільш поширеними є програми

ICQ, Skype, Windows Live

Messenger, сайти в Контакті та Face

Book.

Звичайно, що ці ресурси **Водж** навіть корисними – кожен може знайти будь-кого зі своїх знайомих чи незнайомих у будь-якій точці планети, підтримувати стосунки, спілкуватися.

сім'я та родина



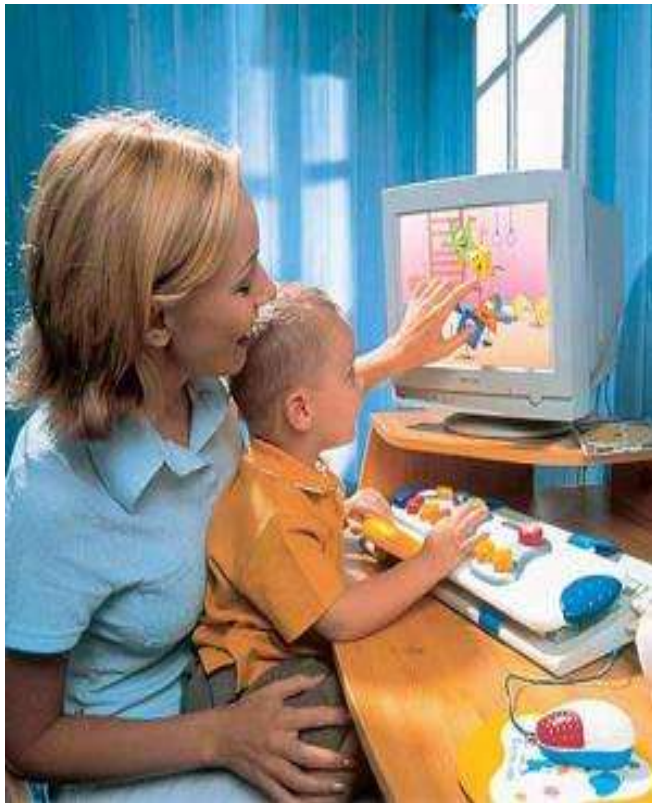
- Слід пам'ятати, що сім'я та родина є першими виховними середовищами, де росте молода людина, де росте майбутнє!
- Відкриваючи вікно позитивним якостям комп'ютера та віртуальної техніки, не відкриваймо двері негативним, які нас роблять рабами, залежними та хворими особами.



Поради батькам

Якщо придбати якісний комп'ютер, то низка проблем зникне сама собою.

Та є п'ять правил, які слід запам'ятати:



- 1. Комп'ютер потрібно розташувати в кутку — чи задньою стінкою до стіни.**
- 2. У приміщенні, де працює комп'ютер, необхідне щоденне вологе збирання. Тому підлогу в кімнаті не треба накривати — килимом.**
- 3. До і після роботи на комп'ютері слід — протирати екран спеціальними серветками.**
- 4. Вважають, що наші зелені друзі - кактуси - також допомагають зменшити негативний — вплив комп'ютера.**
- 5. Не забувайте частіше провітрювати кімнату. Акваріум або інші ємності з водою збільшують вологість повітря.**

Треба знати ще деякі "хитрощі" у поведженні з комп'ютерами.

А саме:

 Очі оператора повинні знаходитися на відстані не менш як 45 - 60 см від екрану монітора, до того ж на 15 -20 см вище його центру.

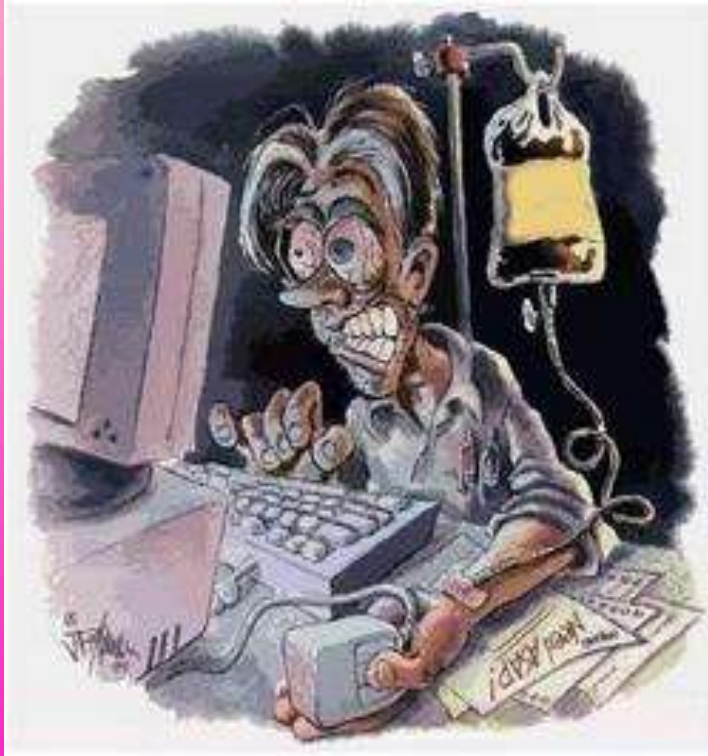
 Пальці повинні бути трохи нижче рівня зап'ястя, а воно - нижче рівня ліктів. Тоді пальці володітимуть найбільшою свободою руху.

 Плечі опущені й розслаблені, щоб і руки могли бути розслаблені.

 Сидіти потрібно з прямою спиною, а спинка стільця повинна відповідати природному вигину спини (і її нижньої частини теж) оператора. Задні частини стегон повинні контактувати з сидінням. Коліна на рівні стегон або нижче, ноги не перехрещені і стоять на підлозі на підставці.



ПЕРШІ ОЗНАКИ КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ДИТИНИ:



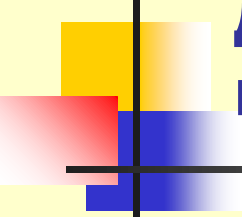
- пропуски шкільних занять через комп'ютерну гру вдома або відвідування комп'ютерного клубу;
- просиджування біля комп'ютера у нічний час;
- приймання їжі під час гри;
- асоціювання себе з героями комп'ютерних ігор;
- відсутність інших захоплень, крім комп'ютерних ігор;
- віддавання переваги комп'ютерним іграм, а не спілкуванню;
- загальний час, проведений за грою, перевищує час виконання домашніх завдань, прогулянок, спілкування з батьками і однолітками, інших захоплень;
- дитина не уявляє, чим себе зайняти, коли комп'ютер зламався;
- конфлікти з батьками та їх шантажування у відповідь на заборону проводити час за комп'ютером.

ЩО МОЖЕ ВБЕРЕГТИ ДИТИНУ ВІД ПОЯВИ В НЕЇ КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ?

Отже, для дітей важливим є:

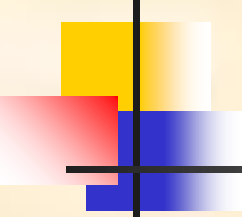
- яскраве, насичене, цікаве життя;
- можливість відчувати азарт і ризик;
- можливість виражати агресію прийнятним способом;
- можливість грати і реалізовувати свою цікавість;
- можливість повноцінно спілкуватися з батьками й однолітками.





Для профілактики комп'ютерної залежності у дітей батьки можуть керуватися психолого-педагогічними рекомендаціями:

- 1. Привчайте дитину правильно ставитися до комп'ютера: як до технічного пристрою, за допомогою якого можливо отримати знання і навички, а не як до засобу отримання емоцій.**
- 2. Не дозволяйте дитині у віці 3-5 років грати у комп'ютерні ігри.**
- 3. Розробляйте з дитиною правила роботи за комп'ютером: 20 хв. комп'ютерної гри, 30 хв. заняття іншими видами діяльності.**
- 4. Не дозволяйте дитині їсти і пити біля комп'ютера.**
- 5. Не дозволяйте дитині грати в комп'ютерні ігри перед сном.**
- 6. Домовляйтеся з дитиною виконувати ці правила.**
- 7. Обговорюйте з дитиною покарання у разі, якщо дитина порушить домовленість.**
- 8. Помічайте, коли дитина дотримується ваших вимог, обов'язково скажіть їй про свої почуття радості та задоволення. Таким чином закріплюється бажана поведінка.**



N.B.



**Потрібно тактовно,
делікатно розвивати в
дитини інтерес, навчати
терпіння і заохочувати
працювати старанно,
завершувати почате.**

**Намагатись зменшити
надмірну вразливість
дитини, вчити достойно
програвати і не сприймати
невдачу, як трагедію;**



**володіти емоціями, робити все, щоб дитина не занижувала своєї
самооцінки і водночас не виставляла напоказ свою обдарованість.**

