

## Компьютерные игры для дошкольников

В условиях современного развития общества невозможно представить мир без информационных ресурсов, не менее значимых, чем материальные, энергетические и трудовые. Возможности использования современного компьютера позволяют наиболее полно и успешно реализовать развитие способностей ребенка. Стоит запомнить, что *общение дошкольников с компьютером должно проходить под руководством взрослого.*



Основная задача использования компьютерных игр – это подготовка ребенка к жизни в информационном обществе, обучение элементам компьютерной грамотности, воспитание психологической готовности к применению компьютера, создание чувства уверенности в процессе работы на нем. Компьютерные игры устроены так, что процесс их освоения побуждает ребенка заниматься исследовательской деятельностью, совершенно не замечая этого: получать информацию, уточнять, делать выводы, корректировать свои действия в соответствии с текущей ситуацией. При правильном подборе и методах применения компьютерных игр развивается внимание, сосредоточенность, быстрота действий. Но следует оценить степень сложности предлагаемых воспитанникам заданий, они должны быть интеллектуально доступны и понятны, соответствовать возрастным возможностям. В играх и программах должна отсутствовать агрессивность и жестокость в звуковом сопровождении и в рисунках, в оформлении фона, в поведении персонажа, которым будет играть дошкольник. Электронные программы и игры не должны негативно влиять на нервную систему ребенка и на его морально-эстетическое развитие. Чтобы завершение работы с программой или игрой при таких временных ограничениях не привело к раздражению дошкольника, не ввело его в состояние агрессии и стресса, важно, чтобы он завершил свою работу, то есть прошел какой-то этап игры, успел выполнить задание, решить поставленную задачу. Именно поэтому специалисты рекомендуют для дошкольников, особенно младших, использовать компьютерные диски, построенные по принципу развивающих мини-игр, мини-заданий. Ребенок должен почувствовать завершенность своей работы и насладиться результатом, которого он достиг. *При неправильном подборе игровых программ может*

*произойти вытеснение интересов: ребенок может уйти в виртуальный мир.*

Занятия за компьютером развивают мелкую моторику. В компьютерных играх и обучающих программах необходимо учиться нажимать на нужные клавиши или даже комбинации клавиш. Это способствует укреплению мускулатуры кистей рук, развивается моторная координация движений, то есть связь между зрительно воспринятой информацией (зрительный анализатор) и ответом на нее с помощью нажатия на компьютерную мышь или клавиатуру (моторный анализатор).

Занятия с компьютером в старшем дошкольном возрасте становятся более разнообразными. Игры и обучающие программы для старших дошкольников влияют на формирование когнитивных навыков, развивают абстрактное и стратегическое мышление, знакомят с иностранной речью. Программы включают знакомство с алфавитом, цифрами, элементарными задачами, сравнениями, со знаковой математической системой, решением примеров. За счет интересной подачи материала у дошкольников повысится мотивация к обучению.

### **Следует учитывать следующие рекомендации:**

1. Для ребенка 6 лет максимальный предел одноразовой работы на компьютере не более 10-15 минут. При этом периодичность занятий с одним ребенком должна быть не более 2 раз в неделю.

**Детям до трех лет работать за компьютером и играть в компьютерные игры не рекомендуется.**

2. Важную роль в уменьшении физической нагрузки на ребенка при работе с компьютером является *правильно подобранная мебель*, соответствующая возрасту и росту ребенка. Хороший стул снижает нагрузку вдвое. Подойдет специальный операторский стул на роликах, с регулируемой спинкой, без подлокотников, вращающийся вокруг своей оси. Он позволяет изменять позу во время работы. Дети с удовольствием ерзают на таких стульях, а значит, их грудная клетка и позвоночник работают. Стол должен быть компьютерным, со специальной выдвижной доской под клавиатуру. Когда ребенок рисует или играет, ему нужен высокий стол. Для печатания клавиатура должна располагаться на 7-10 см ниже. Выдвижная доска позволяет соблюсти эти требования, к тому же заставляет ребенка периодически изменять позу.

3. Во время работы за компьютером нужно сидеть прямо напротив экрана, так, чтобы верхняя часть экрана находилась на уровне глаз. При этом расстояние от глаз до монитора должно составлять 45-60 см.

4. Очень полезно принимать в пищу витамин А. Он отвечает за чувствительность глаз к яркому свету и резкой смене изображения.

5. Ни в коем случае нельзя работать за компьютером лежа. Нельзя работать за компьютером во время еды, а также сидеть, ссутулившись, иначе нарушится нормальная работа внутренних органов.

6. Компьютер должен устанавливаться в хорошо проветриваемом помещении, где регулярно проводится влажная уборка.

7. Комната должна иметь хорошее, равномерное освещение, не допускающее бликов на экране монитора.

8. Нельзя работать за компьютером в болезненном или ослабленном состоянии. Это еще больше утомит организм и замедлит процесс выздоровления.

9. Самые жесткие требования необходимо предъявлять к монитору. Монитор должен соответствовать международным стандартам безопасности. На современном этапе лучшими по безопасности признаются мониторы на жидких кристаллах. В связи с этим желательно, чтобы дети (особенно дошкольники) пользовались компьютером, оснащенным именно таким монитором. Лучше использовать высокочастотные мониторы (с частотой регенерации не менее 75 Гц и размером зерна не более 0,28 мм). Старайтесь сделать изображение максимально четким. На всех современных мониторах есть специальная функция регулировки четкости, не забывайте протирать экран монитора специальными салфетками. Слой пыли и грязи может быть одной из причин низкого качества изображения.

**Покупая новую игру для компьютера, обратите внимание:**

- на ее совместимость с вашей моделью компьютера, на то, с какой скоростью она будет загружаться и запускаться, как открывается;
- проверьте, соответствует ли она возрасту ребенка, уровню знаний;
- достаточно ли привлекательна по оформлению и содержанию;
- посмотрите, какие именно знания будут приобретаться в ходе игры;
- важно, чтобы этическое содержание игры, типы положительных и отрицательных героев, характер их взаимодействия друг с другом отвечали вашим моральным установкам;
- для ребенка имеет значение, чтобы в игре были разные этапы и уровни сложности, чтобы она требовала сосредоточенности, анализа ситуации и была занимательной;
- хорошо, если игра или задание таковы, что за компьютером может сидеть 2-3 человека, так как возникает много скучных пауз, и в эти моменты можно разговаривать друг с другом;
- длительные задания должны чередоваться с краткосрочными;
- в конце работы необходимо проводить гимнастику для глаз.

## **Комплекс упражнений для утомленных глаз**

1. Крепко зажмурить глаза на 3-5 сек., затем открыть глаза (6-8 раз). Укрепляет мышцы век, способствует улучшению кровообращения и расслаблению мышц.
2. Быстрые моргания в течение 1-2 минут. Способствует улучшению кровообращения. 3. С меткой на стекле: смотреть вдаль 2-3 сек; перевести взгляд на метку, расположенную на расстоянии 20-30 см, смотреть 3-5 сек. (19-12 раз). Снижает утомление глаз, облегчает зрительную работу на близком расстоянии.
3. Выполняется сидя. Тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхнее веко. Через 1-2 сек снять пальцы с века (3-4 раза). Улучшает циркуляцию внутриглазной жидкости.
4. Закрывать веки и массировать их указательными пальцами круговыми движениями в течение 1 минуты. Расслабляет мышцы и улучшает кровообращение.

## **Комплекс упражнений для снятия глазного напряжения**

- Плотно закрыть глаза, затем широко открыть их (5-6 раз, интервал – 30сек).
- Упражнение выполняется сидя с закрытыми и открытыми глазами. Смотреть, не поворачивая головы, влево-вправо, вниз-вверх, (6-8 раз).
- Упражнение выполняется сидя с закрытыми и открытыми глазами. Вращать глазами по кругу по часовой стрелке (вниз-влево, вверх-вправо), против часовой стрелки (вниз-вправо, вверх-влево) (6-8 раз).