



Компьютер стал привычным атрибутом современности. Владение компьютером становится необходимостью для каждого специалиста. Компьютер с успехом осваивают дети. Дети с большим интересом обучаются на компьютере, очень многие быстро переходят с ним «на ты», зачастую становятся консультантами своих родителей. Заниматься на компьютере детям очень нравится.

К позитивным результатам общения с компьютером можно отнести формирование деловой мотивации, совершенствование логического, оперативного мышления, умение прогнозировать. Компьютер, располагая большим набором изобразительных средств, способствует развитию художественно-конструкторских способностей, пространственных представлений ребенка. Программа обучающего характера позволяют развивать у ребенка абстрактное мышление, открывают возможность обучения ребенка с учетом личностных особенностей его мышления, памяти, восприятия и понимания текста. Компьютер помогает формировать такие качества, как аккуратность, точность, рациональность, организованность.

Однако с очевидными преимуществами обучения детей работе на компьютере возникают и серьезные проблемы, на которые хочу обратить ваше внимание. Прежде всего, родители должны знать влияние компьютера на здоровье ребенка.

По данным экспертов даже не очень продолжительная работа за компьютером вызывает у 73% подростков общее утомление. Увлечшись компьютером, испытывая большой эмоциональный подъем, школьники не замечают наступившего утомления и продолжают работать дальше. Если дети занимаются в школе, то время работы с компьютером ограничено. Но дома дети практически бесконтрольны. В результате ребенок к вечеру раздражен, возбужден, неуправляем, засыпает с трудом, спит чутко. А всему виновник-любимый компьютер.

При работе с компьютером следует иметь в виду, что на организм детей воздействуют следующие факторы:

- излучение от компьютера;
- изменение воздушной сферы в помещении;
- особенности условий зрительной работы;
- длительность и сложность различных видов работ.

Электромагнитные излучения от новейших компьютеров по данным экспертов соответствуют нормативам, а у старых моделей уровень электромагнитных излучений повышен.

В помещении с работающим компьютером температура повышается, а относительная влажность снижается до 40% (при норме 60%). В воздухе повышается содержание тяжёлых ионов, которые попадают в



дыхательные пути, что вызывает першение в горле. Все это неблагоприятно сказывается на работоспособности.

Ребенок - бурно развивающийся организм. В частности, продолжает развиваться костная система. Статистическая рабочая поза вызывает усталость мышц плечевого пояса, большую, чем при обычных учебных занятиях.

Длительная работа на компьютере сопровождается напряжением для глаз и зрительным утомлением.

Работа на компьютере связана значительно с нервно-эмоциональным напряжением, поскольку игровые программы требуют быстрой ответной реакции. Кратковременная концентрация нервных процессов вызывает у ребенка явное утомление.

Весьма немаловажной является проблема психологического влияния компьютера на детский организм. Очень часто родители сталкиваются с проблемой чрезмерной увлеченности компьютером, когда требуется немало усилий, чтобы ребенка оторвать от компьютера. Компьютерный мир, в который погружается ребенок так занимателен, красочен, динамичен. Маленькие дети очень эмоциональны, впечатлительны, они легко погружаются в жизнь компьютерных героев. Психологи, изучающие влияние компьютера на детскую психику, считают, что привычка действовать в виртуальном мире может нарушить восприятие ребенком реального мира. Чрезмерная увлеченность компьютерными играми может вызвать у ребенка такие отклонения в развитии личности, как замкнутость, отстранение от действительности. Среди компьютерных программ есть немало интересных, полезных для развития ребенка. Но есть игры, допускающие жестокость со сторон игрока, они таят очень серьезную опасность для детской психики, так как формируют враждебность, стимулируют агрессивную направленность развития личности ребенка. Чрезмерное увлечение компьютером отбивает у детей желание читать художественную литературу, заниматься спортом, общаться с друзьями.

Таким образом, компьютер оказывает отрицательное влияние на здоровье:

- общее утомление и снижение работоспособности;
- нарушение осанки;
- нарушение зрения;
- нервно-эмоциональное напряжение;
- психологическое влияние.

Все это говорит о том, что использовать компьютер в процессе обучения детей нужно с большой осторожностью и особое внимание следует уделить профилактике переутомления детей при занятиях на компьютере.