

## **Профилактика компьютерной зависимости у дошкольников**

Компьютер стал привычной и необходимой вещью в современной жизни. Они приносят пользу, помогая с помощью развивающих игр сформировать у детей нужные и полезные навыки. Когда ребенок садится за компьютер у него горят глаза от неподдельного увлечения и интереса. Он становится более собранным и внимательным, повышается объем запоминаемой информации, включается рассудочная деятельность, развивается мелкая моторика рук и глаз. Родители гордятся своим ребенком, когда он лучше их знает, как загрузить фотографии в социальные сети, как найти нужную информацию, отправить письмо по электронной почте.

**НО!!!** Есть и другая сторона: прямая зависимость ребёнка от компьютера, когда ребенок начинает часами «лихорадочно» играть в компьютерные игры. Встречаются дети, которые готовы сбежать из дома, накинуться с ножом на родителей за то, что те хотели забрать компьютер.

Если Вас начинает настораживать «чрезмерно тесная дружба» малыша с компьютером, то эти правила профилактики компьютерной зависимости для Вас:

Четкий режим. «Общение» с компьютером для дошкольника – 20, максимум - 30 мин в день. Старайтесь не поддаваться на слезы, капризы и жалобы ребенка. Реагируйте спокойно, терпеливо объясняйте, детей помладше отвлекайте другими занятиями.

Поощрение любых, даже самых маленьких успехов детей. Именно в этом скрыт один из волшебных ключей, открывающих дверь во внутренний мир наших детей. Не скупитесь хвалить ребенка за вымытую тарелку, умение одеваться или дружную, спокойную игру с другими детьми. В компьютерные программы для детей заложено очень много поощрений, которые дети не слышат от большинства родителей. Компьютер не устает хвалить малыша, подчеркивает его способности, ум, ловкость, необыкновенность, позитивно реагирует даже на проигрыш и ошибки, в то время как взрослые часто относятся к промахам ребенка противоположным образом - раздражаются, срываются на крик.

Спокойная реакция на хвастовство ребенка успехами в компьютерной игре, ведь поощрение и так уже заложено программой.

Родители - образец для подражания. Не нарушайте правила, которые устанавливаете для ребенка (с учетом своих норм, естественно). Проанализируйте, не являетесь ли вы сами зависимыми? Ваш пример - лучший рецепт для профилактики зависимости у ребенка.

Обеспечение занятости ребенка (кружки, широкие интересы). Приобщайте к домашним обязанностям. Культивируйте семейное чтение. Играйте в настольные и другие игры, приобщайте к играм своего детства.