

## **БЕСЕДА с детьми старшего дошкольного возраста на тему:**

### **«Дети и компьютер: вред и польза умной машины»**

**Цель** - обобщить и систематизировать знания детей о назначении и способах использования компьютера в быту и на рабочем месте, познакомить с основными понятиями информатики.

#### **Задачи:**

1. профилактика у детей заболеваний, связанных с работой на компьютере;
2. информирование детей о вреде и пользе компьютера;
3. развитие осознанного отношения к вредным привычкам;
4. мотивирование к здоровому образу жизни;
5. формирование и развитие произвольных психических функций (произвольное внимание, мышление, память и поведение);

В наше время компьютеры так глубоко проникли во все сферы нашей жизни, что жизнь без этой умной машины сложно себе представить. Мы все живем в мире, где компьютер - такая же привычная вещь, как телевизоры, автомобили, электрическое освещение. То, что нам, взрослым совсем недавно казалось чудом техники, для вас, детей, – вовсе не чудо, а просто любопытная вещь, с которой можно возиться как со всякой новой игрушкой.

Развивается наша жизнь, наука, техника. И сегодня мы с вами будем говорить об очень интересной и полезной теме, а поможет нам в этом робот Лёня.

#### **Робот:**

Посмотрим на себя со стороны?  
На себя и на других таких же, как и мы!  
Нам компьютер друг,  
И никто не может тут,  
Без него и дня прожить и даже двух минут.  
Мы с компьютером сдружились.  
Многому мы научились.  
Ты помощник наш на все года.  
Ведь компьютер — это сила,  
Ум, наука, перспектива,  
Помогает думать нам всегда.

Однако в последнее время встает волнующий всех вопрос о влиянии компьютера на здоровье человека, а ребенка в особенности. Как вы думаете, как компьютер влияет на ваше здоровье? (**ответы детей**)

Если вы будете меня внимательно слушать, запоминать и четко выполнять все правила техники безопасности и жизнедеятельности, научитесь организовывать свое Рабочее место, соблюдать временной

режим, а также проводить физкультминутки, гимнастику для глаз и пальчиков, то компьютер принесет вам только пользу! А в чем его польза?

**Дети:** Компьютер – это умная машина, на которой можно писать, читать, считать, рисовать, работать в интернете, находить разную информацию, слушать музыку, смотреть фильмы, мультфильмы, писать письма и т. п.

Правильно, ребята! Компьютер дает вам много информации; помогает вам узнать о новейших технологиях в различных областях нашей жизни: науке, культуре, образовании и т.д. Занятия на компьютере развивают память, мышление. Ну, допустим, вы играете в компьютерные игры, есть ли от этого польза? **(ответы детей)**

Компьютер может стать помощником, учебным пособием для вас. Он развивает творческие способности, открывает перед вами огромный, интересный мир. В этом случае положительное влияние компьютера зависит от индивидуальных особенностей: к примеру, одни дети начинают быстрее изучать языки, а другие - замечательно рисовать. К тому же, есть хорошие развивающие компьютерные игры для детей – а это отличный способ чему-то научиться. Но это одна сторона, которую мы знаем. Но есть еще и другая. Об этом мы поговорим после физкультминутки. Леня, помоги нам, проведи динамическую паузу.

*Под музыку робот Леня проводит динамическую паузу. Далее робот рассказывает, а педагог показывает, как правильно организовать Рабочее место.*

**Робот:** Чтобы компьютер приносил только пользу, необходимо соблюдать правила:

**Что нельзя делать за компьютером**

+ Не стоит долго сидеть за компьютером. Даже если нужно выполнить какое-то школьное задание, требующее длительного пребывания за компьютером, нужно устраивать себе периодические разминки и выполнять упражнения для глаз.

+ Не работайте за компьютером в положении лёжа, ведь это сильный удар по зрению.

+ Не работайте за компьютером в темноте.

+ Не сидите за компьютером дольше 1,5 – 2 часов в день.

+ Не устанавливайте яркость монитора на максимум.

+ Не работайте за компьютером перед сном.

+ Не работайте за компьютером с мокрыми руками.

+ При возникновении ошибок или каких-либо неисправностей работы компьютера, необходимо обратиться за помощью к родителям.

При работе за компьютером глаза находятся в постоянном напряжении, и со временем это может привести к снижению зрения и даже вызвать некоторые заболевания. И чтобы этого не случилось, необходимо также знать некоторые правила:

1. Не следует смотреть в монитор на расстоянии меньше 50-70 см

2. Регулярно (раз в 30 минут) делать небольшую **разминку для глаз:**

+ Отвести взгляд от монитора и закрыть глаза.

+ Не открывая глаз, зажмуриться 10 раз.

+ Интенсивное моргание 10 раз.

+ «Рисовать» закрытыми глазами геометрические фигуры.

+ 10-15 раз переводить взгляд от самой отдаленной точки до кончика носа.

+ Массаж висков по часовой и против часовой стрелки.



### Вопросы для повторения:

1. Для чего нам нужен компьютер?
2. Какая польза от компьютера?
3. В чем вред компьютера?
4. Как правильно пользоваться компьютером, чтобы не вредить своему здоровью?