**Вред компьютерных игр для детей.**

Безусловно, для современного цифрового поколения**компьютерные видеоигры** - это реальность. И сколько бы мы, взрослые. ни спорили о**вреде компьютерных игр**, компьютерная индустрия будет расти и развиваться.

Если подросток не будет знаком с популярными компьютерными играми, то его просто не поймут и не примут в коллективе сверстников.

Но одно дело, когда ребёнок нечасто играет в них, лишь эпизодически, и другое - когда он готов уделять компьютерным играм всё время, не только свободное.

Если ваших детей будут привлекать не "стрелялки" и жестокие игры, образовательные и развивающие, то такие игры можно только приветствовать.

Самое страшное, когда ваш ребёнок зацикливается на играх с насилием, покушаясь на жизнь людей. Пусть это происходит пока в виртуальном мире.
Но жестокие игры - это провоцирующий фактор "дремлющей" в ребёнке[агрессивности.](http://www.shkolnik.domlad18.com/agressivnost-u-detej-prichiny-vozniknovenija/http%3A/) Зачем её будить!?

Ещё взрослым надо помнить, что маленькие дети склонны*к подражанию*. Если им понравилась жестокая компьютерная  игра, они могут начать  осуществлять её в реальности. Если вы поощряете в своём ребёнке тягу к жестоким играм, то знайте: вы пробуждаете в своём ребёнке маленького "зверька" с завтрашними последствиями.

Психологи на основе данных проведённых экспериментов утверждают, что любая компьютерная игра с элементами насилия формирует в подсознании условный рефлекс стопроцентной *агрессивной реакции* человека в конфликтных ситуациях. Я думаю, что ни один родитель не желает вырастить агрессивного ребёнка.

Долгое*сидение*за компьютером  (от игры очень трудно оторваться) вызывает общее утомление, снижение остроты зрения, приводит к нарушениям осанки и даже искривлению позвоночника.

Сидя часами за компьютерными играми, ребёнок не прерывается даже на обед, заменяя его перекусами, поедая машинально большое количество высококалорийной еды, совсем не полезной для здоровья и приводящей*к ожирению.*

Пристрастие к компьютерным играм  и уход от реальности обедняет *эмоциональную сферу* ребёнка. Реальный мир живёт по другим законам и правилам, но ребёнок не знает, как преодолеть настоящие трудности.

Хочу дать некоторые**советы** родителям, как вести себя с ребёнком, увлекающимся компьютерными играми.

1.Если ребёнок дошкольного возраста, компьютерные игры покупайте не раньше, чем перед школой.

2.Разрешайте играть только в развивающие[игры](http://www.shkolnik.domlad18.com/category/igra-v-zhizni-rebyonka/) и соответствующие возрасту.

3. С новой игрой поиграйте сначала сами, проверьте, будет ли она полезна ребёнку.

4.Ограничьте время игры до 30минут, для школьника не более  60 - ти минут без длительного перерыва.

5.У ребёнка всегда должна быть альтернатива компьютерным играм.

6.Если ваш ребёнок уходит от жизни в игру, нет смысла ругать его, ищите истоки в себе, в своей семье.