**РЕБЕНОК  У КОМПЬЮТЕРА**

Телевизор и компьютер могут показаться, хорошим способом занять дошкольника. Некоторые родители считают, что это простая и доступная возможность расслабиться и спокойно отдохнуть. Но чем дольше ребенок сидит перед "голубым экраном", тем меньше остаётся времени для активной и творческой игры.  
Поэтому время, которое дошкольники проводят за компьютером и просмотром телевизора, должно быть сбалансировано с развивающими мероприятиями. Физическая активность, творческие занятия, игры со сверстниками и игрушками, чтение книг и другие дела - вот, что по настоящему поможет ребёнку исследовать мир.

Эксперты считают, что:  
- дети до двух лет должны держаться подальше от экрана.  
- дети в возрасте от 2 до 5 лет могут проводить за компьютером и телевизором не более одного часа в день.  
- детям старше 5 лет допустимо не более двух часов в день.  
Разумно сделать ограничения занятий с ПК по времени - 10-15 минут.

У компьютера есть положительные стороны и отрицательные:

|  |  |
| --- | --- |
| *Положительные:* | *Отрицательные:* |
| 1. Развивает быстроту действий и реакций.  2. Развивает творческие способности.  3. Устраняет страх ребенка перед новой техникой.  4. Формирует психологическую готовность к овладению компьютерной  грамотностью.  5. Воспитывает внимательность, сосредоточенность, тренирует память и внимание.  6. Позволяет лучше и быстрее освоить понятия цвета, формы, величины. | 1. Полностью захватывает сознание ребенка.  2. Отрицательно влияет на физическое развитие детей.  3. Повышает состояние нервозности и страха при стремлении, во что бы то ни стало добиться победы.  4. Содержание игр провоцирует проявления детской агрессии, жесткости.  5. Снижает интеллектуальную активность детей за счет развлекательного содержания  игр.  6. Ухудшает зрение ребенка.  7. Способствует возникновению нарушений осанки. |

Конечно, компьютер может быть хорошим инструментом для развития. Главное для этого выбрать соответствующую возрасту деятельность или игру. Специалистами разработаны *требования, предъявляемые к* *компьютерной игре* для детей дошкольного возраста:

1. В игре не должно быть текстовой информации о ходе и правилах игры. Функцию разъяснения выполняют специальные символы или звуковые сигналы, подсказывающие ребенку последовательность и правильность действий.

2. Могут использоваться буквы и отдельные слова, написанные буквами больших размеров, больше, чем традиционный шрифт компьютера.

3. Изображения на экране должны быть достаточно крупными, обобщенными, без мелких и отвлекающих деталей.

4. Темп движений и преобразований на экране должен быть не слишком быстрый, а количество решаемых игровых заданий регулируется самим ребенком.

5. В обучающих играх используются правильные ответы, доступные дошкольникам.

6. Нежелательно применение системы оценок в баллах.

7. Лучше, если программа имеет логическое завершение, — построен дом, нарисован рисунок.

А также важно соблюдать *правила общения ребенка с компьютером*:

**-** используйте компьютерные программы, соответствующие возрасту ребёнка;  
- обустройте малышу рабочее место у компьютера: стул, соответствующий росту, подставку для ног, небольшую мышь для детской ручки;  
- научите малыша правильно сидеть - не сутулясь, положив локти на стол, поставив ноги на подставку, расстояние от монитора не менее 70 см.  
- ограничьте время, проводимое за компьютером. Согласно санитарным правилам и нормам малышам 3-4 лет время пребывания за компьютером не должно превышать 7-10 мин, детям 7-10 лет – 10-15 минут.  
- не оказывайте давление на ребенка, которому компьютер не интересен.

И еще *несколько правил,* которые ученые рекомендуют соблюдать

при организации игровой деятельности детей с компьютером:

1.  Ребенок может работать за компьютером не более 15 минут в день.

2.  Лучше играть в компьютерные игры в первой половине дня.

3.  В течение недели ребенок может работать с компьютером не более трех раз.

4.  Комната, в которой он работает за компьютером, должна быть хорошо освещена.

5.  Мебель (стол и стул) по размерам должна соответствовать росту ребенка.

6. Расстояние от глаз ребенка до монитора не должно превышать 60 см.

7. В процессе игры ребенка на компьютере необходимо следить за соблюдением правильной осанки ребенком.

8. После игры с компьютером нужно обязательно сделать зарядку для глаз.

9. Игровую деятельность с компьютером нужно сменить физическими упражнениями и играми.

И, самое важное, не оставляйте ребенка наедине с компьютером. Используйте это время для увлекательных открытий вместе с малышом.

Помните: как и любые занятия, компьютерные игры требуют времени, правильного применения, терпения и заботы со стороны взрослых.