Консультация для родителей.

 «Правила для детей при пользовании компьютером»

 Уважаемые родители!

Отличительной чертой времени, в котором мы живем, является стремительное проникновение информационных технологий во все сферы жизни. Современные дети нередко подражают любимому киногерою или ведущему какой-нибудь популярной телепередачи. И не вызывает уже сомнения, что они способны с завидной легкостью овладеть навыками работы с различными электронными компьютерными новинками. Но главное, чтобы наши дети не попали в зависимость от «компьютерного друга», а ценили живое, эмоциональное человеческое общение и стремились к нему.

 Компьютер и в самом деле очень необычная игрушка для ребенка, но он может принести и вред для здоровья.

 Вот 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.

Что же, мы смогли убедиться, что при рациональном применении компьютер может стать полезным средством развития ребенка.