



## Рекомендация для родителей

### «Компьютер и дошкольник»

В современном мире дети рано знакомятся с компьютером. Несомненно, компьютер – это дополнительное средство развития дошкольника, но без должного контроля со стороны взрослых компьютер может из полезного средства развития ребенка превратиться в источник отрицательного влияния на психическое и физическое здоровье дошкольника. Чтобы общение с компьютером приносило пользу, необходимо формировать у детей умение правильно им пользоваться.

#### **Рекомендованные правила при занятиях детей на компьютере:**

- Ребенку 5 лет рекомендуется непрерывно работать за компьютером не более 10 минут, 6 лет - 15 минут в день в первую половину дня;
- В течение недели ребенок может работать за компьютером не более трех раз;
- Комната, в которой ребенок работает за компьютером, должна быть хорошо освещена;
- Мебель (стол и стул) по размерам должна соответствовать росту ребенка;
- Расстояние от глаз до монитора не должно превышать 60 см;
- В процессе игры ребенка на компьютере необходимо следить за соблюдением правил правильной осанки;
- После занятий на компьютере нужно обязательно сделать зарядку для глаз;
- Деятельность за компьютером нужно сменять физическими упражнениями и играми.

Уважаемые родители, используя современные технологии, не забывайте, в период бурного созревания мозга и нервной системы вовсе не компьютер должен стать детям подспорьем. Гораздо важнее развивать мелкую моторику и органы чувств ребенка: заниматься лепкой, рисовать, конструировать, «воспитывать» кукол, петь песенки и учить стихи.

**Успехов вам!**

