

Консультация для родителей «Компьютер — друг или враг?»



. Многим родителям нравится, что дети не балуются, не носятся по улице, а мирно сидят дома за компьютером. В результате, взрослые порой не подозревают, какую информацию черпает их ребенок из компьютера. Они не догадываются, что машина не только становится для ребенка игрушкой или источником знаний, но начинает эмоционально заменять ему родителей, особенно много работающих родителей. Постепенно ребенок проводит за компьютером все больше времени.

Итак, компьютер – друг или враг?

Компьютерные игры **развивают** у ребенка:

- быстроту реакции, мелкую моторику рук, визуальное восприятие объектов, память и внимание, логическое мышление, зрительно-моторную координацию

Компьютерные игры **учат** ребенка:

- классифицировать и обобщать, аналитически мыслить в нестандартной ситуации, добиваться своей цели, совершенствовать интеллектуальные навыки.

Ребенок, который с детства ориентируется в компьютере, чувствует себя более уверенно, потому что ему открыт доступ в мир современных технологий.

Игры на компьютере- это те же занятия.

Играя в компьютерные игры, ребенок попадает в волшебную сказку, где существует свой мир. Этот мир так похож на настоящий!

А что же тогда **ПЛОХО**?

Плохо то, что при **не соблюдении режима** компьютер превращается из друга во врага..

Нагрузка на зрение является большой проблемой. И всё же телевизор и компьютер одинаково влияют на зрение. Чтобы зрение не ухудшалось, не стоит забывать о гимнастике для глаз и  небольших перерывах.

Так детям 3-4 лет не рекомендуется больше 20 минут, а ребятам 6-7 лет ежедневной игры до получаса.

сидеть перед экраном можно увеличить время

Дети и подростки нуждаются в самовыражении. За не имением других средств выражения своих мыслей и энергии они обращаются к компьютеру и компьютерным играм, которые создают иллюзию реальности безграничных возможностей, лишенной ответственности. Такая иллюзия оказывает

разрушительное действие на психику. **Компьютер - это лишь часть жизни, а не самый главный подарок за хорошее поведение.**

Единственным на настоящий момент проверенным способом не дать ребёнку оказаться в зависимости от компьютера –это показать, что **существует масса интересных развлечений помимо компьютера, которые не только позволяют пережить острые ощущения, но также тренируют тело и нормализуют психологическое состояние.**

Памятка для родителей:

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 должны соответствовать росту ребенка.
6. Расстояние от глаз ребенка до монитора не должно превышать 60 см.
7. В процессе игр ребенка на компьютере необходимо следить за соблюдением правильной осанки ребенком.
8. После игры с компьютером нужно сделать зарядку для глаз.
9. Игровую деятельность с компьютером нужно сменить физическими упражнениями или играми.

