**Консультация для родителей «Польза и вред компьютера для ребёнка»**

В наше время **компьютеры** так глубоко проникли во все сферы нашей жизни, что жизнь без этой умной машины сложно себе представить. Наши дети **родились и растут в мире**, где **компьютер** - такая же привычная вещь, как телевизоры, автомобили, электрическое освещение.

Подходящие по возрасту развивающие игры или даже просто взятые из Интернета картинки способны расширить кругозор ребёнка и в игровой форме дать ему необходимые знания. **Использовать компьютер** в обучающих целях можно уже с 1,5 лет, когда **ребенок** проявляет активный интерес не только к окружающим его предметам, но и к изображениям, которые он видит в книжках. Разглядывая вместе иллюстрации с изображением животных, можно привлечь **компьютер** и Интернет в качестве дополнительного наглядного пособия. **Ребенку** будет интересно взглянуть на разнообразные изображения и фотографии слона или жирафа, а также узнать какими разными могут быть машинки и поезда.

Положительное влияние **компьютера на ребёнка**.

**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

Прекрасно нарисованные, веселые и добрые детские **компьютерные**

игры несут в себе много интересного, умного, забавного и полностью направлены на то, чтобы малыши развивали и совершенствовали свои знания. А удобное и понятное управление и выполненное профессиональными актерами озвучивание сделают каждую игру настоящим праздником.

Но кроме положительных влияний существуют и отрицательное влияние **компьютера на ребёнка**.

**Вред компьютер** приносит в том случае, когда дети не соблюдают простые правила, предназначенные для того, чтобы свести к минимуму дурное влияние **компьютера на своё здоровье**(не испортить зрение, не искривить позвоночник, не впасть в психологическую зависимость от электронной игрушки).

Отрицательное влияние **компьютера на ребёнка**.

• Дети, увлеченные **компьютером**, не замечают утомления и усталости глаз, они могут очень сильно их перегрузить. Тем более, если **ребенок играет в компьютер**, а не занимается какой-то обучающей программой. Поэтому, чтобы сохранить своему **ребенку хорошее зрение**, всегда контролируйте, сколько времени он проводит перед экраном.

• Растущий организм, нуждается в движении. Из-за длительного неподвижного состояния ухудшается самочувствие **ребенка**, происходят сбои в организме, это чревато развитием гиподинамии.

• Когда **ребенок много играет в компьютерные игры**, это сопровождается эмоциональным напряжением, что так же не проходит бесследно. В результате, просидев весь день перед **компьютером**, **ребенок** к вечеру приходит в возбужденное и раздраженное состояние, становится агрессивен и не управляем, а ночью плохо спит.

• С **компьютером дети**, как правило, общаются один на один, что не способствует развитию навыков общения и игре в коллективе.

Главная задача **родителей** — контролировать время, которое **ребенок сидит за компьютером**.

Средние ограничения по времени занятий для детского возраста приблизительно таковы:

- в три–четыре года **ребенок может находиться у компьютера от 15 до 25 минут**;

- в пять–шесть лет – от 20 до 35 минут;

- в семь–восемь лет – от 40 до 60 минут.

Рекомендации **родителям**:

• Усаживать **ребенка за компьютер нужно так**, чтобы расстояние между монитором и глазами малыша составляло 40-50 сантиметров.

• Вечером следует вообще ограничивать работу **ребенка за компьютером**, это может негативно сказаться на сне.

• Каждые 20 минут ваш **ребенок** должен оторвать глаз от **компьютера** и посмотреть на объект, удаленный от него, по меньшей мере, на 20 метров, по крайней мере 10 секунд.

• Источник света должен быть слева от монитора.

• Спина и ноги **ребенка должны иметь опору**.

• Обязательно формируйте у ребёнка правильное отношение к **компьютеру**. И словом и действием приучайте его, что **компьютер – рабочая машина**, и **использовать** его можно только для учебы или работы.

• **Родителям** также не следует забывать о других правилах, сохраняющих здоровье: занятия за **компьютером** нужно чередовать с подвижными играми или физическими упражнениями, а **компьютерные игры**, требующие быстрой мышечной и зрительной реакции, – с более спокойными *(головоломками и логическими играми)*.

**Таким образом, можно сделать вывод, что рациональное применение компьютера может стать полезным средством развития ребенка.**