

*Ребёнок и компьютер.
Вред или польза!*



Положительное влияние компьютера на ребёнка.

Компьютерные игры развивают у ребёнка:

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

Компьютерные игры учат ребёнка:

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





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.
- Происходит падение умственных способностей. Ученые обнаружили, что компьютерные игры стимулируют лишь те участки головного мозга, которые отвечают за зрение и движение, но не способствуют развитию других важных его участков. Компьютерные игры останавливают развитие лобных долей мозга, которые отвечают за поведение человека, тренировку памяти, эмоции и обучение.

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



*Средние ограничения по времени занятий для
детского возраста приблизительно таковы:*

ребенок может находиться у компьютера

в 3-4 года – от 15 до 25 минут;

в 5-6 лет – от 20 до 35 минут;

в 7-8 лет – от 40 до 60 минут.



- 
- 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, особенно нельзя позволять играть в динамичные игры – эмоциональное напряжение во время их 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.***

Использовать его можно только для учебы или работы.

