

## **Рекомендации для родителей «Ребенок и компьютер»**

В нынешнее время дети способны с завидной легкостью овладеть навыками работы с различными электронными компьютерными новинками. Но для нас самое главное, чтобы дети не попали в зависимость от «компьютерного друга», а ценили живое, эмоциональное человеческое общение и стремились к нему.

### **Все «+» и «-» влияния компьютера на развитие ребенка дошкольного возраста:**

- вызывает положительный интерес к новой технике;
- развивает творческие способности;
- формирует психологическую готовность к овладению компьютерной грамотностью;
- позволяет развивать воображение ребенка, моделирую совершенно новые ситуации, даже из области будущего и нереального;
- воспитывает внимательность, сосредоточенность;
- обязывает ребенка действовать в темпе, задаваемой программой;
- помогает овладеть чтением и письмом;
- развивает элементы наглядно- образного и логического мышления
- тренирует внимание, память;
- развивает быстроту действий и реакций;
- воспитывает целеустремленность.
- полностью захватывает сознание ребенка;
- отрицательно влияет на физическое развитие детей;
- повышает состояние нервозности и страха при стремлении, во что бы то ни стало добиться победы;
- содержание игр провоцирует проявление детской агрессии, и жестокости;
- снижает интеллектуальную активность детей за счет развлекательного содержания игр;
- ухудшает зрение ребенка;
- способствует нарушению осанки;

*Правила работы на компьютере  
для детей дошкольного возраста.*

- ✚ Ребенок может играть в компьютерные игры не более 15 минут в день.
- ✚ Лучше играть в компьютерные игры в первой половине дня.
- ✚ В течение недели ребенок может работать с компьютером не более 3- раз.
- ✚ Комната, в которой он работает за компьютером, должна быть хорошо освещена.
- ✚ Мебель (стол и стулья) по размерам должна соответствовать росту ребенка.
- ✚ Расстояние от глаз ребенка до монитора не должно превышать 60 см.
- ✚ В процессе игры ребенка на компьютере, необходимо следить за соблюдением правильной осанки ребенка.
- ✚ После игры с компьютером нужно обязательно сделать зарядку для глаз.
- ✚ Игровую деятельность с компьютером нужно сменить физическими упражнениями и играми.



## Гимнастика для глаз

### «Веселый мяч».

Веселый мяч помчался вскачь.  
*(Дети смотрят вдаль.)*  
Покатился в огород,  
Докатился до ворот,  
*(Смотрят на кончик носа, вдаль.)*  
Покатился под ворота,  
*(Смотрят вниз.)*  
Добежал до поворота.  
*(Выполняют круговые движения глазами.)*  
Там попал под колесо.  
Лопнул, хлопнул – вот и все.  
*(Закрывают глаза.)*



### "Деревья".

Ветер дует нам в лицо.  
*(Часто моргают веками).*  
Закачалось деревцо.  
*(Не поворачивая головы, смотрят вправо- влево).*  
Ветер тише, тише, тише...  
*(Медленно приседают, опуская глаза вниз).*  
Деревца все выше, выше!  
*(Встают и глаза поднимают вверх).*



### «Ослик».

*(Дети совершают движения глазами в соответствии с текстом)*  
Ослик ходит выбирает,  
Что сначала съесть не знает.  
Наверху созрела слива,  
А внизу растет крапива,  
Слева – свекла, справа – брюква,  
Слева – тыква, справа – клюква,  
Снизу - свежая трава,  
Сверху – сочная ботва.  
Закружилась голова,  
Кружится в глазах листва,  
*(Выполняются круговые движения глазами.)*  
Выбрать ничего не смог  
И без сил на землю слег.  
*(Закрывают глаза.)*

