 **Консультация для родителей**

 **Дети и компьютер: польза или вред?**

Часто приходиться слышать такие вопросы: А не опасен ли компьютер моему ребенку? Сколько времени можно проводить за ним? Не мешает ли он нормальному развитию детей? Попробуем разобраться, что же такое компьютер для детей, в чем их польза, а в чем их недостатки. Компьютеры настолько прочно вошли в нашу жизнь, что, наверное, нет дома, в котором бы не было этой машины. Современные дети способны с завидной легкостью овладеть навыками работы с различными электронными компьютерными новинками. Компьютер могут показаться, хорошим способом занять дошкольника. Некоторые родители считают, что это простая и доступная возможность расслабиться и спокойно отдохнуть. Но чем дольше ребенок сидит перед «голубым экраном», тем меньше остаётся времени для активной и творческой игры. Споры относительно пользы и вреда от компьютерных игр ведутся на всех социальных уровнях. Тем не менее, однозначного ответа все равно нет. Компьютер может быть хорошим инструментом для развития. Главное для этого выбрать соответствующую возрасту деятельность или игру. Детям дошкольного возраста можно предложить*:- вводить буквы, слова или цифры в текстовых редакторах;- смотреть обучающие презентации в программе Power Point; - рисовать в простых графических редакторах; - смотреть развивающие мультфильмы.*

Приведенные ниже факты, возможно, помогут вам сделать правильный выбор.

**За:**

Компьютерные игры развивают у ребенка:

• быстроту реакции;

• мелкую моторику рук;

• визуальное восприятие объектов;

• память и внимание;

• логическое мышление;

• зрительно-моторную координацию.

Почти все родители знают, как трудно бывает усадить малыша за занятия. На компьютере ребенок занимается с удовольствием, и никогда не будет возражать против предложения позаниматься на компьютере. Поэтому игры на компьютере и не воспринимаются детьми в качестве занятий. Несомненно, для ребенка это все очень хорошо, но всегда есть и отрицательные стороны.

**Против:**

• Ухудшение зрения;

• Психологическая зависимость ребенка от виртуального мира;

• Агрессивность;

• Нарушение сна;

• Нарушение внимания;

• Расстройства памяти

При несоблюдении режима дня компьютер превращается из друга во врага.

Помните о том, что для каждого детского возраста существует ограничение по времени для занятий.

Рекомендации психологов и педиатров:

В 3-4 года — ребенок может находиться у компьютера 20 минут,

в 5-6 лет — 25 минут,

в 7-8 — 40 минут в сутки.

 Основные правила при работе малыша за компьютером

 (которые также необходимо соблюдать и взрослым):

**Живите с ребенком ВМЕСТЕ!**

1. Ребенок может работать за компьютером не более 15 минут в день.

2. В течение недели ребенок может работать с компьютером не более трех раз.

3. Показывайте личный положительный пример. Важно, чтобы слова не расходились с делом. И если отец разрешает сыну играть не более часа в день, то сам не должен играть по три-четыре.

3. Ограничьте время игр с компьютером, установив четко определенный временной интервал. Резко запрещать работать на компьютере нельзя.

4. Предложите другие возможности времяпровождения. Можно составить список дел, которыми можно заняться в свободное время. Желательно, чтобы в списке были совместные занятия. Предложите ребенку альтернативу компьютеру: интерактивные игры со сверстниками, познавательные путешествия, прогулки, чтение книги, рисование.

5. Покажите ребенку, что компьютер – это очень малая часть доступных развлечений, что жизнь гораздо разнообразней, что игра не заменит общения. Не пресекайте и по возможности удовлетворяйте любопытство ребенка.

6. Учите ребенка общаться: знакомиться, мириться, договариваться. Повышайте самооценку ребенка.

7. Обращайте внимание на игры, в которые играют дети, и которые Вы приобретаете для ребенка, так как некоторые из них могут стать причиной бессонницы, раздражительности, агрессивности, специфических страхов.

8. Обсуждайте игры вместе с ребенком. Отдавайте предпочтение развивающим играм. Крайне важно научить ребенка критически относиться к компьютерным играм.

9. В случаях, если родители самостоятельно не могут справиться с проблемой, обращаться к психологам, в специализированные центры.

Больше общайтесь с вашим ребенком, обсуждайте свои и его чувства – основной причиной возникновения компьютерной зависимости у детей психологи считают недостаток общения.