МДОУ «Детский сад №203»

 **Памятка для родителей**

 **«Компьютер-один из источников информации»**

 

 **Он быстрее человека
 Перемножит два числа,
 В нем сто раз библиотека
 Поместиться бы смогла,
 Только там открыть возможно
 Сто окошек за минуту.
 Угадать совсем несложно,
 Что загадка про компьютер.

 Воспитатель:**

 **Жукова Е.В.**

**Для того, чтобы компьютер стал вашим союзником в воспитании и развитии ребёнка, а не врагом, необходимо строго выполнять ряд требований**:

1.Не рекомендуется допускать ребенка дошкольного возраста к компьютеру чаще 2 - 3 раз в неделю, больше одного раза в течение дня, а также поздно вечером или перед сном.
2. Продолжительность разовой работы ребенка на компьютере не должна превышать
*10 минут для детей 5лет,
15 минут для детей 6 лет.*
3. После игры за компьютером полезно провести с ребенком в течение 1 минуты зрительную гимнастику, чтобы снять напряжение с глаз, а также выполнить физические упражнения для снятия общего утомления и напряжения с мышц шеи, верхнего плечевого пояса.

**Как выбрать игры для ребёнка дошкольника?**
Отдавайте предпочтение *обучающе - развивающим программам*, а не развлекательным играм, так как дети отличаются повышенной эмоциональностью, впечатлительностью, из-за чего мир виртуальной игры может сильно увлечь малыша, стать значимым, исказить реальные представления и привести к дальнейшему неадекватному поведению в обычных ситуациях.

**Развивающая программа должна:**
•соответствовать возрасту ребёнка;
•состоять из мини-игр, которые он сможет пройти;
•занимать по времени одна игра или уровень, тур должен не более 15 минут, чтобы ее можно было прервать, не приводя малыша к раздражению.

**Контроль со стороны родителей**
Всегда нужно знать, чем ваш ребёнок занят на компьютере.

 ***Помните:***

* как и любые занятия, компьютерные игры требуют времени, правильного применения, терпения и забот со стороны взрослых;
* компьютер нельзя считать приходящей няней. В развитии навыков реального общения компьютерные навыки могут играть только вспомогательную роль.
* компьютер лишь дает новую возможность родителям и их детям интереснее проводить время и игры. Когда эта возможность используется мудро, то компьютеры могут предложить детям еще один мир для исследований, который поможет удовлетворить бесконечное любопытство и жажду знаний ребенка.

**Рабочее место ребенка**
•стул должен быть со спинкой и желательно с подножкой;
• монитор нужно устанавливать только на верхнюю столешницу, клавиатура и мышь должны располагаться перед монитором так, чтобы было место на столе для опоры предплечий рук ребенка;
•глаза должны быть на уровне середины или 2/3 экрана монитора;
•расстояние от глаз до экрана монитора должно быть в пределах 50-60 см;

 ***Желаем приятного времяпровождения!***

 