**КОМПЬЮТЕР В ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКА**

Многие дошкольники сейчас умеют пользоваться компьютером. У родителей возникает вопрос: хорошо это или плохо? На этот вопрос нет однозначного ответа. Попробуем рассмотреть положительные и отрицательные стороны раннего знакомства ребенка с компьютером.
**Положительные стороны.**
- Развивает мышление и способствует интеллектуальному развитию ребенка.
- Улучшает внимание и память, любознательность, моторику, зрительный анализатор.
-Учит компьютерной грамотности.
**Отрицательные стороны.**
Негативно сказывается на здоровье ребенка:
- утомление,
- эмоциональный стресс,
- нервное напряжение,
- ухудшение осанки,
- ухудшение зрения,
- зависимость от компьютера.

  Компьютер помогает психологически подготовиться ребенку к школе, но нельзя обходить вниманием точку зрения медиков о том, что компьютер скорее вреден, чем полезен.
Найти «золотую середину» помогут следующие **рекомендации**:
- Монитор должен быть на жидких кристаллах.
- Мебель должна соответствовать росту и возрасту дошкольника
- Частое проветривание комнаты, где стоит компьютер и регулярная влажная уборка
- Равномерное освещение комнаты
- Для шестилетнего ребенка продолжительность одноразовой работы – 15 минут, периодичность работы – не более 2 раз в неделю.
Обязательно проводите **гимнастику для глаз** в конце работы за компьютером!