**Ребенок и компьютер**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **http://berezki-sad.ucoz.ru/_pu/0/03202062.jpeg****Дошкольник и компьютер**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  В наше время трудно представить себе жизнь без компьютера. Им пользуются все: родители и их дети, бабушки и дедушки. Для кого-то компьютер  - это рабочий инструмент, для кого-то источник информации, а для кого-то замечательная игрушка. Редкий дошкольник сейчас не умеет пользоваться компьютером. У многих возникает вопрос: хорошо это или плохо? Ответить на этот вопрос однозначно нельзя. Попробуем выделить положительные и отрицательные стороны в умении дошкольника пользоваться компьютером.

|  |  |
| --- | --- |
| положительное | отрицательное |
| 1. умение работать на компьютере (владение мышью, умение включать, выключить и т.д.) | 1. нарушение санитарно-гигиенических требований к организации места ведёт к ухудшению здоровья |
| 2. компьютер – источник информации | 2. компьютерная зависимость |
| 3. развитие интеллекта ребёнка через развивающие игры |   |

**Так 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 5 лет, 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. Упражнения для проведения зрительной гимнастики:- Сильно закрыть глаза (зажмурить) на счет 1-4, затем раскрыть глаза, посмотреть вдаль через окно на счет 1-6. Повторить 3 раза.- Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1-4, затем посмотреть вдаль на счет 1-6.Аналогично проводится упражнение с фиксацией взгляда влево.- Голову держать прямо. Поморгать на счет 10-15.- Не поворачивая головы перевести взор с фиксацией его на счет 1-4 - вверх, на счет 1-6 - прямо, 1-4 - вниз, 1-6 - прямо.- На оконном стекле сделать красную круглую метку диаметром 3-5 мм. За окном наметить какой-либо отдаленный предмет для фиксации взгляда вдаль. Ребенок должен стоять на расстоянии 30-35 см от метки и в течение 10 секунд смотреть на красную метку, а затем перевести взгляд на отдаленный предмет за окном и смотреть на него 10 секунд.**Рабочее место ребенка**1. Очень важно правильно организовать рабочее место ребенка, чтобы не навредить его здоровью и физическому развитию. Ребенок при работе на компьютере должен сидеть правильно:• 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 60-70 см;• источники освещения в комнате не должны вызывать блики на экране, поэтому монитор нельзя располагать напротив окна или прямого источника света;• провода и кабеля компьютера должны подводиться к задней панели и не быть в прямом доступе для ребенка.2. В комнатах, где включен компьютер, достаточно быстро теряет влагу воздух, поэтому чаще проветривайте эти комнаты, проводите влажную уборку, используйте искусственные увлажнители воздуха.**Как выбрать игры для ребёнка дошкольника**Не идите на поводу у детей в магазине. Для ребёнка главное упаковка, а не содержание. Отдавайте предпочтение обучающе-развивающим программам, а не развлекательным играм (квестам, аркадам, стратегиям и т.п.). Развлекательные программы могут быть вредны дошкольнику, так как в этом возрасте детская психика имеет ряд особенностей. Дети отличаются повышенной эмоциональностью, впечатлительностью, хорошей фантазией, из-за чего мир виртуальной игры может сильно увлечь малыша, стать значимым, увести ребенка от реальности, исказить реальные представления и привести к дальнейшему неадекватному поведению в обычных ситуациях. Лучше покупать без них, внимательно изучив описание игры. Она 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.**Развивающие и обучающие программы-игры для старших дошкольников:**Баба-Яга в плену врага. ИнформатикаБаба-Яга за тридевять земель. Начинаем учить английскийБаба-Яга за тридевять земель. Начинаем учить немецкийБаба-Яга за тридевять земель. Начинаем учить французскийБаба-Яга и Новогодние ХлопотыБаба-Яга и Проша: Год, полный заботБаба-Яга учится считатьБаба-Яга учится читатьБаба-Яга. Пойди туда, не знаю кудаБаба-Яга. Сказочная вечеринкаБаба-Яга. Школа на курьих ножкахА я считаю лучше всех! Часть 1 Математика для дошколятА я считаю лучше всех! Часть2. Математика для первоклашекКузя в АфрикеКузя в бегахКузя в джунгляхКузя в космосеКузя учит английский. Часть 2. Возвращение капитанаКузя учит английскийКузя. Волшебный ЭликсирКузя. Заколдованное зеркалоКузя. Новый год 2Кузя. Остров джунглей (Кузя в джунглях 2)Кузя. Подводное сафариКузя. Силы природыКузя. Фабрика игрКузя: Алмазная лихорадкаВсе выше перечисленные игры принадлежат компании МедиаХауз«Лунтик Малышам. Развивающие задания»«Лунтик рисует. Изучаем цвета и фигуры»«Лунтик. Математика для малышей»Разработчик и издатель «1С-СофтКлаб»Мир компьютерных игр богат и разнообразен, главное – соблюдать родительский контроль за качеством детских «игрушек».Предлагаем Вашему вниманию несколько сайтов для детей и родителей, где первые найдут интересные демо-игры, раскраски, стихи, конкурсы, мультфильмы, а взрослые информацию по воспитанию и обучению своих чад.1. [http://mir.pravo.by](http://mir.pravo.by/) (правовая и юридическая информация для детей и школьников в доступной и игровой формах).
2. [http://dzietki.org](http://dzietki.org/) (**Нашыя Дзеткі** – рэсурс, створаны ў дапамогу сем’ям, якія гадуюць дзеці па-беларуску. Расцем беларусамі!)
3. [http://pochemu4ka.ru](http://pochemu4ka.ru/) (худ. слово, раскраски, мультфильмы для детей, консультации родителям)
4. [http://www.detskiy-mir.net](http://www.detskiy-mir.net/)
5. [http://www.igraemsa.ru](http://www.igraemsa.ru/) (развивающие компьютерные игры разной степени сложности)
6. [http://detsad-kitty.ru](http://detsad-kitty.ru/)
7. [http://doshkolnik.ru](http://doshkolnik.ru/) (поделки, раскраски, песни игры)

**Желаем Вам превратить компьютер из врага в верного для ребёнка союзника. Удачи!**Приложение 14к Санитарным нормам и правилам«Требования для учрежденийдошкольного образования»ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ И ЭРГОНОМИЧЕСКИЕ ПАРАМЕТРЫКОМПЬЮТЕРНОГО МЕСТА ВОСПИТАННИКА 5 - 6-ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Функциональные параметры | Размеры (мм) | Эргономические параметры |
| Высота сидения над полом | 260 - 340 | Высота подколенной ямки над полом |
| Высота клавиатуры от пола до нижнего ряда | 520 - 580 | Высота локтя над сидением |
| Ширина основной клавиатуры | не более 300 | Ширина плеч с учетом движений в локтевом суставе |
| Глубина основной клавиатуры | не более 120 | Длина предплечья с учетом сгибания в плечевом суставе |
| Высота экрана от пола до нижнего края | 570 - 780 | Высота глаз над сидением плюс  половина вертикального размера экрана |
| Удаленность экрана от переднего края стола | 500 - 700 | Оптимальная зрительная ориентация |

 |

 |