



Современные дошкольники свободно владеют телефонами, планшетами и компьютерами. Даже без помощи взрослых они могут включать компьютерные игры. Насколько полезно такое развлечение зависит от того, как его использовать.

## В мире компьютерных игр

Компьютер очень интересует современных детей, ведь с его помощью можно оказаться в другой реальности, например, играя в компьютерные игры. Компьютерные герои дают ребенку интересные задания и хвалят за их выполнение — все это вызывает у ребенка восторг! Прекрасно нарисованные, веселые и добрые детские компьютерные игры несут в себе много интересного, умного, забавного, они помогают развивать и совершенствовать знания малышей.

### Компьютерные игры развивают у ребенка:

- быстроту реакции
- мелкую моторику рук
- зрительно-моторную координацию
- память и внимание
- логическое мышление

## Компьютерные игры учат ребенка:

- классифицировать и обобщать
- аналитически мыслить в нестандартной ситуации
- добиваться своей цели
- совершенствовать интеллектуальные навыки



## В чем вред компьютерных игр?

Компьютерные игры приносят вред ребенку, если не соблюдаются элементарные правила, призванные свести к минимуму негативное влияние компьютера на детское здоровье.

— **Нагрузка на зрение.** Дети, увлеченные компьютером, не замечают усталости глаз, и продолжают играть. Обязанность взрослых контролировать, сколько времени ребенок проводит перед экраном.

— **Гиподинамия.** Растущий детский организм, нуждается в движении, из-за длительной неподвижности ухудшается самочувствие ребенка.

— **Эмоциональное напряжение.** Просидев весь день перед компьютером, ребенок к вечеру приходит в возбужденное и раздраженное состояние, он может становиться неуправляемым, нарушается сон.

— **Нехватка общения.** Компьютерные игры не способствует развитию коммуникационных навыков и игре в коллективе.

— **Падение умственных способностей.** Установлено, что компьютерные игры стимулируют лишь те участки головного мозга, которые отвечают за зрение и движение. Компьютерные игры останавливают развитие лобных долей мозга, которые отвечают за поведение человека, тренировку памяти, эмоции и обучение.



## Как играть с пользой?

— Дошкольник может играть в компьютерные игры не более 15 минут в день и не более трех раз в неделю.

— Лучше играть в компьютерные игры в первой половине дня.

— Комната, в которой играет ребенок, должна быть хорошо проветрена и освещена.

— Мебель по размерам должна соответствовать росту ребенка.

— В процессе компьютерной игры взрослые должны следить за правильной осанкой ребенка и расстоянием до экрана, которое должно быть примерно 60 см.

— После игры с компьютером нужно обязательно сделать зарядку для глаз.

— Игровую деятельность с компьютером нужно сменить физическими упражнениями и играми.

**Если родители ответственно подходят к занятиям ребенка компьютерными играми, то такой досуг будет полезным и безопасным!**

