**Консультация для родителей на тему:**

**«Безопасность детей в Интернете»**

Деятельность дошкольников в Интернете должна проходить при активном участии родителей.

У детей данного возраста обычно открытая натура и положительный взгляд на мир. Они гордятся приобретенными начальными умениями читать и считать и любят делиться идеями. Они хотят вести себя хорошо, доверяют взрослым и редко в них сомневаются.

Дети, как правило, легко осваивают Интернет, обучаются основным навыкам в работе с ним. И хотя дошкольники могут успешно играть в компьютерные игры, им требуется помощь от взрослых при поиске сайтов, интерпретации информации или отправке электронной почты.

**Временные ограничения работы на компьютере**

Детям до 5 лет не рекомендуется пользоваться компьютером. Детям 5–7 лет можно "общаться" с компьютером не более 10–15 минут в день 3–4 раза в неделю. Учащимся первого класса – 10–15 минут в день.

**Технические характеристики компьютера**

Желательно, чтобы монитор был жидкокристаллическим или плазменным. Размер экрана дисплея должен быть не менее 35–38 см по диагонали, чтобы ребенок мог четко видеть текст с расстояния 50–70 см. Дисплей должен быть подвижным, чтобы его можно было поворачивать и наклонять в разные стороны в зависимости от освещения.

**Организация рабочего места ребенка**

Монитор должен стоять на расстоянии не менее 60 см от окна (окно

должно располагаться слева от компьютера). При этом на экран не должны попадать блики от окна или других источников освещения.

Для этого оконные проемы можно завешивать занавесями или жалюзи. Запрещается использование темных занавесей на окнах, так как они могут сильно затенять помещение.

Монитор должен располагаться на уровне глаз ребенка или чуть ниже. Наилучшим для работы с компьютером считается естественный дневной свет, так как только он содержит в себе весь цветовой спектр; чем больше лампа соответствует дневному свету, тем лучше. Ни в коем случае нельзя использовать неоновые лампы, так как они мигают, излучают рассеянный свет, имеют недостаток цветового спектра и не создают четких теней. При работе с такими лампами возникает сильное напряжение глаз, что может провоцировать снижение зрения; кроме того, эти лампы могут вызвать повышение возбудимости: дети начинают капризничать, плохо спят.

Мебель рабочего места должна быть удобной для ребенка. Стул должен быть со спинкой, а под ноги ребенка дошкольного и младшего школьного возраста всегда должны ставиться подставки.

**Организация деятельности ребенка за компьютером**

Выполнение игрового компьютерного задания должно занимать немного времени. Предпочтение стоит отдавать небольшим по объему

играм либо играм, предполагающим выполнение задания по определенным этапам с последующим сохранением полученных результатов.

Если ребенок уже умеет читать и использует печатный компьютерный текст, то размер шрифта должен быть не менее 14, цвет шрифта всегда должен быть черным, а цвет экрана "белым. В цветовой гамме можно периодически использовать желто-зеленые тона.

Обязательно следует обращать внимание на признаки утомления ребенка во время занятий за компьютером, так как в этом случае нужно как можно быстрее прервать работу, чтобы избежать негативных последствий. Об утомлении ребенка свидетельствуют потирание глаз и лица, зевота, отвлекаемостъ от задания, хаотичные движения, приближение к монитору, нарушение правильной посадки за столом, капризность и пр.

После окончания работы за компьютером для профилактики нарушений зрения и снятия напряжения с глаз и мышц всего тела рекомендуется выполнять несложную гимнастику для глаз и определенные двигательные упражнения.

Следует попросить ребенка потянуться, сидя спрятать руки за спиной, посмотреть перед собой. Затем выполнить повороты головы вправо, влево. Далее движение плечами назад, расслабить руки и потрясти ими внизу. Это поможет снять напряжение с мышц шеи, верхнего плечевого пояса и рук.

Работа ребенка за компьютером должна проходить всегда только под строгим контролем со стороны взрослых.

Подготовили педагоги группы № 11.