**Скільки часу можна проводити школяру за комп'ютером?**

|  |
| --- |
| Не можна дозволяти дитині проводити за комп'ютером дуже багато часу, - нехай навіть виключення комп'ютера і пов'язане кожний раз з капризами, а деколи і зі скандалом (дуже вже цікава штука - комп'ютер; багато дітей сприймають проблему так: гасне екран - кінчається свято).  Коли ми говоримо про дозування роботи на комп'ютері, то маємо на увазі не лише негативний вплив на організм дитини всіляких випромінювань від монітора, але і навантаження на очі (особливо, якщо монітор неякісний або погано налагоджений); важливо знати і наступне: малюк який дуже багато «сидить у комп’ютера», в тій або іншій мірі втрачає відчуття реальності.  Час, протягом якого дитина може спілкуватися з комп’ютером, невеликий: для дитини молодшого шкільного віку - це 20-30 хвилин; для дитини середнього шкільного віку - 30-45 хвилин; для дитини старшого шкільного віку - близько години. Звичайно, час, який можна проводити за комп'ютером багато в чому залежить від типу електронно-променевої «трубки», яка є основним елементом монітора; безпечнішими для здоров'я являються трубки Trinitron, Sonictron, Diamondtron; моніторами майбутнього називають рідкокристалічні монітори. Якщо домашній комп’ютер обладнаний одним з найбільш безпечних моніторів, то час роботи дитини перед таким монітором може бути декілька збільшено.  Джерело: [http://teacher.at.ua](javascript://) |