Подписано цифровой подписью:
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
"ДЕТСКИЙ САД
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА №20"
Дата: 2023.05.17 14:12:44 +03'00'

Памятка для родителей «Компьютер друг или враг»

1. Ребенок может работать за компьютером не более 15 минут в день.
2. Лучше играть в компьютерные игры в первой половине дня.
3. В течение недели ребенок может работать с компьютером не более трех раз.
4. Комната, в которой он работает за компьютером, должна быть хорошо освещена.
5. Мебель (стол и стул) по размерам должны соответствовать росту ребенка.
6. Расстояние от глаз ребенка до монитора не должно превышать 60 см.
7. В процессе игр ребенка на компьютере необходимо следить за соблюдением правильной осанки ребенком.
8. После игры с компьютером нужно сделать зарядку для глаз.
9. Игровую деятельность с компьютером нужно сменить физическими упражнениями или играми.