# Как правильно обустроить компьютерное место.




Чтобы компьютер детям приносил только пользу, необходимо правильно обустроить рабочее место ребёнка. Во-первых, оно должно быть хорошо освещено, но не так,чтобы на монитор попадали блики от лампы или прямой солнечный свет. Стол,за которым сидит ребёнок, должен подходить ему по росту.Ноги ребёнка не должны «болтаться» или быть поджатыми под себя, потому лучше подставить под ноги подставку и следить за тем,чтобы ребёнок ровно держал спину и не задирал голову. Монитор лучше расположить так, чтобы взгляд на него падал немного сверху вниз,а находиться он прямо перед глазами (чтобы ребёнку не приходилось поворачиваться к нему). Экран лучше расположить на расстоянии 70 см. от глаз ребёнка.



Врачи советуют ежедневно проводить в комнате с компьютером влажную уборку и роветривание, а ещё неплохо держать в комнате аквариум, который более полезен, чем кактус у монитора якобы впитывающий вредное излучение.