

## Требования СанПиН 2.4.1.2660-10.

### Образовательная деятельность с использованием компьютера

12.21. Непосредственно образовательную деятельность с использованием компьютеров для детей 5 - 7 лет следует проводить не более одного в течение дня и не чаще трех раз в неделю в дни наиболее высокой работоспособности: во вторник, в среду и в четверг. После работы с компьютером с детьми проводят гимнастику для глаз. Непрерывная продолжительность работы с компьютером для детей 6 - 7 лет - 15 минут.

Непосредственно образовательную деятельность с использованием детьми с компьютеров проводят в присутствии родителя (законного представителя)

Рекомендации по соблюдению санитарно-гигиенических норм при использовании средств мультимедиа в образовательном процессе.

Для оптимального восприятия материала и обеспечения здоровьесберегающих условий в процессе занятий большое значение имеют следующие факторы:

- длительность и частота демонстрации экранных средств мультимедиа
- выполнение требований к режиму использования компьютеров

### Допустимая продолжительность демонстрации экранных пособий:

Класс	Максимальная длительность в минутах
I - II	7-15 минут
III -IV	15 -20 минут
V - VII	20 -25 минут
VIII - XI	20 -25 минут

Более длительное использование экранных средств вызывает утомление и неэффективно.

Общая продолжительность работы школьника на компьютере в течение дня  
45 минут для детей 7-10 лет; 1 час 30 минут для детей 11-13 лет; 2 часа 15 минут для детей 14 -16 лет.