|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Как распознать зависимость от** **гаджетов у ребенка**?* Ребёнок перестаёт интересоваться реальной жизнью: не играет в игрушки, не стремиться к общению со сверстниками, хочет побыть один, быстро меняет настроение
* Ребёнок «торгуется» за право взять гаджет
* Отношения с **родителями** отходят для ребёнка на второй план, и вместо совместного занятия он так же предпочитает проводить время с планшетом или компьютером.
* Утрата чувства времени
* Попытки ограничить время за играми и мультиками вызывают бурный протест и истерику.
 | **За или против гаджетов?**В современном мире, дети и взрослые не представляют жизнь без телефонов, планшетов, компьютеров и многих других умных устройств. *Но как понять нужны ли они ребенку?***Положительное влияние гаджетов на ребенка*** Развитие познавательных процессов и получение новых знаний. Некоторые компьютерные игры и приложения способствуют развитию внимания, памяти, логического мышления, учат читать, считать, рисовать, позволяют ребёнку получить новые знания об окружающем мире.

**Отрицательное влияние гаджетов на ребенка*** Негативное влияние на здоровье и физическое развитие: ухудшение зрения, слуха, малоподвижный образ жизни (возможность искривления осанки), страдает мелкая моторика рук
* Нарушение кругозора
* Снижение творческой активности.
* Вытеснение интересов, отношений и привязанностей в виртуальное пространство.
* Перенос виртуальных событий в реальность
* Растет агрессивность и раздражительность
 | МДОУ «Детский сад №126»Ярославль.Буклет для родителей детей дошкольного возраста«Гаджеты в раннем возрасте»Воспитатель Золова Юлина Анатольевна |
| **Правила использования компьютеров и гаджетов детьми*** Знакомить ребенка с данными устройствами стоит не ранее трех лет
* В раннем возрасте работа должна протекать под контролем родителей
* В 3-4 года можно проводить за гаджетом или компьютером не более 15-20 минут в день; в 4-5 лет – не более 20-25 минут; в 6-8 лет – не более часа; в 9-16 лет – не более 2-3 часов
* Расстояние от глаз до дисплея устройства должно составлять 50-70 см
* Яркость дисплея должна быть низкой
* При использовании устройства локти ребенка не должны висеть – необходима опора
* Под компьютерным столом рекомендуется установить подставку для ног, чтобы предотвратить негативное воздействие на них длительного сидения
* При работе с устройством спина ребенка должна быть прямой
 | **Советы родителям:*** Больше общайтесь с ребенком, обсуждайте с ним свои и его чувства.
* Повышайте самооценку ребенка – поощряйте и хвалите детей.
* Не стоит давать гаджеты ребенку перед сном, т.к. они вызывают перевозбуждение и могут возникнуть проблемы со сном.
* Стимулируйте разнообразную занятость ребенка. Приобщайте его к домашним делам.
* Покажите личный пример. Дети всегда копируют взрослых.
* Наберитесь терпения для противостояния манипуляции со стороны ребенка.
* Обязательно наличие у ребенка альтернативных увлечений: чтение книг, рисование, танцы, лепка, все, что приносит удовольствие
* Интересуйтесь, чем занимается ваш ребенок за компьютером. Будьте вместе, рядом с ребенком.
* Учите ребенка общаться, мириться, договариваться со сверстниками.
 | **!!!Тест на выявление степени зависимости от виртуальной среды у ребенка**Нужно обратиться к ребенку с какой-либо просьбой в тот момент, когда он сидит за любым гаджетом и отследить реакцию ребенка на просьбу:Ребенок не откликается на просьбу, не слышит, не прерывает игру – такое поведение свидетельствует о наличии зависимости и требует от родителей срочного принятия действийРебенок откликается на просьбу со второго или третьего раза, недоволен, огрызается – такое поведение может быть при начинающейся зависимостиРебенок откликается со второго или третьего раза, демонстрирует недовольство, огрызается – это признаки начинающейся зависимостиРебёнок легко откликается на просьбу, забывает о гаджете – такое поведение демонстрирует полную свободу от гаджетов |