|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 действий  Ребенок откликается на просьбу со второго или третьего раза, недоволен, огрызается – такое поведение может быть при начинающейся зависимости  Ребенок откликается со второго или третьего раза, демонстрирует недовольство, огрызается – это признаки начинающейся зависимости  Ребёнок легко откликается на просьбу, забывает о гаджете – такое поведение демонстрирует полную свободу от гаджетов | | |