

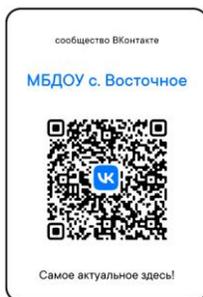
Старший воспитатель МБДОУ с. Восточное



Федорова Диана Ивановна

Тел.: +7(914)419-36-69

miss.tsurkan@list.ru



Официальный сайт МБДОУ с. Восточное -

<https://vostochnoe.tvoysadik.ru>

Официальная страница в ВКонтакте –

<https://vk.com/sad.vostochnoe>

- Внимание –

Детям до пяти лет нельзя пользоваться гаджетами, а заниматься на планшете можно только с шести лет и всего 10 минут в день ([таблица 6.8 СанПин 1.2.3685-21](#)).

-Советы-

- Создавайте новые впечатления для детей.
- Привлекайте детей к домашним делам.
- Организуйте детскую библиотеку дома или начните ходить в районную.
- Не обесценивайте интересы детей.
- Поддерживайте доверительные общение.
- Не показывайте на правильный пример.
- Научите ребенка выражать эмоции.
- Нельзя поощрять или наказывать дошкольников гаджетами.



Хвалить! Поддерживать! Любить!



Как помочь родителям отвлечь ребенка от гаджетов



- Признаки гаджет-зависимости у дошкольника -

1. Ребенок регулярно играет с гаджетом, по возможности – ежедневно.
2. Время игры с гаджетом возрастает.
3. Ребенок регулярно скачивает себе еще игры или приложения либо просит взрослого скачать.
4. Ребенок играет или занимается чем-то еще в гаджете параллельно с другими занятиями: едой, живой игрой.
5. Ребенок предпочитает виртуальный мир, например игру или блуждание в сети, любому другому занятию.
6. Ребенок испытывает больше позитивных чувств и внимания к виртуальному миру, чем к реальному.
7. Ребенок не хочет и не может самостоятельно отказаться от игры и прервать ее.
8. Ребенок врет, чтобы скрыть, насколько много или часто он играет.
9. Без гаджета ребенок томится, скучает, в другом настроении.
10. Ребенок готов на жертвы ради возможности играть: например, не пойдет гулять, уберет в комнате.
11. Ребенок готов конфликтовать ради возможности заниматься с гаджетом.
12. Запрет или невозможность играть с гаджетом вызывают у ребенка негативные качества.



-Семейные условия гаджет-зависимости-

Родителям удобно, когда ребенок занят гаджетом.

Когда ребенок в «смартфоне», родителям легче найти время на себя, уменьшить шум или грязь от детских занятий, сравнительно легко перенести поход в поликлинику или поездку на транспорте. Как только родителю удобнее занять ребенка гаджетом, нитье, неидеальное поведение в общественном месте или дома – предрасположенность к гаджет-зависимости ребенка готова.

Ребенку не хватает живых впечатлений.

Живой игры мало. Взрослые предпочитают занимать его нешумными, малоподвижными занятиями типа «развивашек». Ему запрещено играть с шумом, бегом, рисками упасть, бардаком. Ребенку скучно: нет пространства, где он может быть живым, эмоциональным, спонтанным, разным.



Ребенку запрещено проявлять агрессию

Ребенок знает, что «хорошие мальчики не дерутся, хорошие девочки не кричат». Запрет на агрессию не означает, что ребенок не будет злиться. Он означает, что ребенок должен будет найти сферу, в которой он может проявить агрессию

-Краткие правила, чтобы преодолеть гаджет-зависимость у ребенка-

Помогайте ребенку чувствовать себя хорошо.

Ребенок, зависимый от электронной игры – это ребенок с эмоциональными проблемами. Не игровая проблема привела к зависимости, а наоборот. Помогайте ребенку чувствовать себя хорошо, быть счастливым и любимым. Обнимайте, выражайте радость от общения с ним, проводите вместе время.

Установите четкие правила относительно гаджетов.

Обдумайте и решите, на какое время и при каких условиях вы считаете занятия с гаджетом возможными. Запишите для себя эти правила, убедитесь, что они понятны и непротиворечивы. Сообщите ребенку о своем решении. Не пытайтесь добиться согласия или избежать негативных эмоций. Придерживайтесь этого решения.

Будьте последовательны.

Как можно меньше используйте гаджеты сами. Развлекайтесь и отдыхайте без них. Когда вы заняты, а ребенку нечем заняться, предложите игру и сами покажите начало игры.

Хвалить! Поддерживать! Любить!