

Консультация «Внимание, гаджеты»

В наше время человека невозможно представить без таких вещей, как планшет, телефон, компьютер. Но и дети, с раннего возраста уже затянуты в этот мир. Мир **гаджетов**. Экраны притягивают малышей все больше и больше и окружающий мир становится им не интересен. На что стоит обратить **внимания** **родителям**?

Как влияет **гаджеты** на детей с положительной стороны:

- Игры с **гаджетом** **развивает внимание**, логическое и абстрактное мышление

- Через **гаджеты** дети получают ту или иную информацию

- Ребёнок учится принимать самостоятельные решения и быстро переключать **внимание**

- **Гаджеты** – один из способов самообразования (*иностранные языки, творчество и т. д.*)

Как влияют **гаджеты** на детей с отрицательной стороны:

- У детей проявляется жестокость и агрессивность

- Быстрое переутомление

- Ухудшение зрения, слуха

- Появляются проблемы с координацией действий рук. Страдает мелкая моторика рук

- Раннее знакомство с **гаджетами** тормозит развитие речи и усугубляет коммуникативные проблемы.

- Пристальное всматривание в экран приводит к близорукости.

- Перенос виртуальных событий в реальность

Причины отрицательного влияния **гаджетов на ребенка**

- Отсутствие контроля просматриваемого контента (*информации*) ребенком. (Ролики, игры разрушительного характера возбуждают у ребенка агрессию. Нарушается кругозор ребенка.)

- Отсутствие временных ограничений использования **гаджетов** (*утомляемость, агрессия*)

- Отсутствие специальных условий для работы с **гаджетами**. (*Недостаточное освещение, дистанция приводят к ухудшению зрения и слуха*)

Советы по формированию здорового использования **гаджетов** детьми

1. Не запрещать просмотр телевизора, использование планшета, телефона ребенком – а ограничить время использования. В случае запрета – это становится возжеленным объектом, «*запретный плод – сладок*». **ВАЖНО!** Время использования должно быть всегда одинаковым (например: 1 час в день, всегда в одно и то же время (например: 30 минут после обеда, 30 минут после ужина).

Исключения долгие поездки, перелеты.

2. В случае, если уже есть высокое желание постоянно смотреть мультики/играть, то обсудить (если позволяет возраст, и/или сразу ограничить время использования до 1-2 часов в день (*не разово, а по 30-40 минут за один раз*)). **ВАЖНО!** Взрослым, быть готовыми отвлекать и понемногу заинтересовывать ребенка другими играми/общением/играми со сверстниками в период отсутствия постоянного «*заменителя*» реальности (*гаджета*) у ребенка. Если период проведения за **гаджетом в день выше**, чем 2 часа, то снижать период проведения постепенно, уменьшая по 30-40 минут, доводя максимально до 1-2 часов в день.

3. Изменить качество использование **гаджета - с игр**, на развивающие головоломки, или увлекательные викторины. С одинокого использования планшетом ребенка - на совместное времяпрепровождение родителя и ребенка, рассказ о том, что происходит, анализ и затем обсуждение того, что было. Использовать **гаджет** как помощник при необходимости длительного ожидания в очереди, перелете, а не как ежедневное "выключение" ребенка.

4. Показывать на личном примере: совместное чтение книг с ребенком, совместные игры, обсуждение просмотренных мультфильмов, беседы на прогулке об окружающем мире.