

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение  
МБДОУ «Детский сад №145»

Консультация для родителей второй младшей группы  
«Планшет и телефон в мире дошкольника»

Выполнила: воспитатель  
Кузнецова С. С.

Барнаул 2024

Смартфоны, планшеты и другие гаджеты стали неотъемлемой частью жизни как взрослых, так и детей. 90 % детей пользуются ежедневно электронными гаджетами. Но помимо пользы они приносят и вред в любом возрасте.

### **Какой же вред влечет использование гаджетов?**

Ребенок, растущий в постоянном соседстве с гаджетом, не может ни спать, ни есть без него. Таким образом, проблемы возникают не только на уровне развития (задержка развития, отстающая речь, снижение умственных способностей и т.п.), но и на физиологическом уровне (изменение остроты зрения, проблемы с ЖКТ и т.д.) и психическом (повышенная возбудимость, аутистические расстройства и др.). Это доказано многими учеными во многих странах мира. И чем раньше ребенка сажают к гаджету, вернее, гаджет размещают рядом с ребенком, тем хуже складывается ситуация.

По мнению профессора Татьяны Владимировны Черниговской, в настоящее время компьютерная зависимость уже относится к числу заболеваний. Мозг человека, проводящего часы у экрана компьютера, претерпевает точно такие же изменения, как у наркомана или алкоголика. Это показывают проведенные исследования. Представляете, что происходит с пластичным и еще несформировавшимся мозгом ребенка, когда перед ним ставят гаджет на час-полтора? У малышей происходит торможение развития мозга.



Как утверждают врачи, в жизни ребенка раннего дошкольного возраста до трех лет гаджетов вообще не должно быть, а детям старшего дошкольного возраста без вреда можно проводить перед экраном гаджета не больше пятнадцати-двадцати минут в день. Так как при чрезмерном увлечении компьютерами в раннем возрасте часто происходит смешение реальностей, появляются страхи, которые мешают нормальному обучению и мотивации. Дети становятся невнимательными, сильно ухудшается память. Виртуальное пространство не даёт в полной мере развивать творчество и креативность.

### ***ПРИЗНАКИ ГАДЖЕТ - ЗАВИСИМОСТИ У ДОШКОЛЬНИКОВ:***

- Хорошее настроение у ребёнка только тогда, когда он пользуется устройством.
- Невозможность оторваться от просмотра, частое обращение к гаджету без надобности.
- Плохой, беспокойный сон, плач во сне, страхи, неустойчивость в проявлении эмоций.



### ***ПРОФИЛАКТИКА ЗАВИСИМОСТИ:***

1. Предлагайте ребёнку альтернативу телевизору, компьютеру, телефону: познавательные путешествия, экскурсии, прогулки, чтение книг, рисование.
2. Больше общайтесь с ребёнком, обсуждайте с ребёнком свои и его чувства. Давайте выход чувствам ребёнка, пусть он побегает, попрыгает, покричит, поплачет, когда это требуется.
3. Не пресекайте и по возможности удовлетворяйте любопытство ребёнка.
4. Учите своё чадо общаться, знакомиться, мириться, договариваться со сверстниками.
5. Повышайте самооценку ребёнка.
6. Не делайте просмотр телевизора, игру на компьютере, планшете или телефоне средством поощрения.
7. Контролируйте время. 3-4 года – 10-15 мин - 1-3 раза в неделю. 5-6 лет – 15 мин непрерывно - 1 раз в день. 7-8 лет – 30 мин - 1 раз в день.

Таким образом, помните уважаемые родители, давая ребёнку в руки планшет или телефон, мы лишаем его самого главного для развития — возможности полноценно познавать мир.