



КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ПУНКТ

«Детский сад и семья – будем вместе!»

Сона Ирина Олеговна,
воспитатель
структурного подразделения
«Детский сад «Звонкие голоса»
ГБОУ ООШ № 9 г. Новокуйбышевска

Консультация для родителей «Ребенок и гаджет: вред или польза?»



В наше время гаджеты так глубоко проникли во все сферы нашей жизни, что жизнь без этой умной машины себе представить сложно. Наши дети родились и растут в мире, где компьютер такая же привычная вещь, как и все остальное.

Развивающая функция гаджета. Подходящие по возрасту развивающие игры и даже просто взятые из интернета картинке способны расширить кругозор ребенка и в игровой форме дать ему необходимые знания. Использовать компьютер в обучающих целях можно уже с 1,5 года, когда ребенок проявляет активный интерес не только к окружающему миру его предметам, но и к изображениям, которые он видит в книжках.

Положительное влияние гаджет на ребенка.

Гаджет развивают у ребенка:

- ✚ быструю реакцию;
- ✚ мелкую моторику рук;
- ✚ визуальное восприятие объектов;
- ✚ память и внимание;
- ✚ логическое мышление;
- ✚ зрительно моторную координацию

Отрицательное влияние гаджета на ребёнка. Самый большой вред компьютера в том же, в чем и его достоинство в его бесконечной увлекательности. Вред гаджета приносит в том случае, когда дети не соблюдают правила, предназначенные для того, чтобы свести к минимуму дурное влияние гаджета на свое здоровье (не испортить зрение, не искривить позвоночник, не впасть в психологическую зависимость):

- ✚ Дети, увлеченные гаджетом, не замечают утомления и усталости глаз, они могут очень сильно их перегрузить. Тем более, если ребенок играет в гаджет, а не занимается какой – то обучающей программой.

Поэтому, чтобы сохранить своему ребенку зрение, всегда контролируйте, сколько времени он проводит за экраном.

- ✚ Растущий организм, нуждается в движении. Из – за длительного неподвижного состояния ухудшается самочувствие ребенка, происходит сбой в организме.
- ✚ Когда ребенка много играет в гаджеты, это сопровождается эмоциональным напряжением, что так же не проходит бесследно. В результате, просидев весь день перед гаджетом или за гаджетом, ребенок к вечеру приходит в возбужденное и раздраженное состояние, становится агрессивным и не управляемый, а ночью плохо спит.
- ✚ Происходит падение умственных способностей. Ученые обнаружили, что гаджет стимулируют лишь те участки головного мозга, которые отвечают за зрение и движение, но не способствуют развитию других важных его участков.

Ограничения на использование компьютера.

Главная задача родителей — контролировать время, которое ребенок сидит за компьютером.

- ✚ Средние ограничения по времени занятий для детского возраста при приблизительно таковы: в 3- 4 года ребенок может находится у гаджета от 15 до 25 минут; в 5-6 лет от 20 до 35 минут; в 7-8 лет от 40 до 60
- ✚ Усаживать ребенка за компьютер нужно так, чтобы расстояние между монитором и экраном глаза ребенка составляют 40- 50 сантиметров.
- ✚ Вечером следует вообще ограничивать работу ребенка за гаджетами, особенно нельзя позволять играть в игры – эмоциональное напряжение во время их может негативно сказаться на сне.
- ✚ Каждый 20 минут ваш ребенок должен оторвать глаз от гаджета и посмотреть на объект, удаленный от него, по меньшей мере, на 20 метров, по крайней мере 10 секунд.
- ✚ Компьютерные уроки для дошкольников не должны превышать 15 минут, для младших школьников 20 минут.
- ✚ Обязательно формируйте у ребенка правильное отношение к гаджету. И словом, и действием приучайте его, что гаджет – это рабочая машина, и использовать его можно только для учебы и работы.
- ✚ Родителям также не следует забывать о других правилах, сохраняющих здоровье: занятия за гаджетом нужно чередовать с подвижными или физическими упражнениями, а компьютерные игры, требующие быстрой мышечной и зрительной реакции- с более спокойными (головоломками и логическими играми).