

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад общеразвивающего вида № 57»

Консультация
для родителей
«Гаджеты: польза и вред»

Подготовила:
воспитатель
подготовительной
к школе группы
Рыжая Н. В.

октябрь 2021 г.

В век современных технологий гаджеты на столько вошли в нашу жизнь, что трудно представить мир без них. Некоторые родители считают, что гаджеты – это излишки, которые отвлекают ребенка от реального мира. Но пора признать, что смартфоны, ноутбуки и другие технологии – это уже наш мир, и применять грубые ограничения просто глупо.

Конечно же, есть свои «плюсы» в появлении гаджетов в нашей жизни. Это возможность получить информацию здесь и сейчас, это общение с человеком из любой точки планеты, это возможность слушать музыку, читать книги, смотреть фильмы, изучать языки. Это и различные развивающие игры, квесты, которые способствуют развитию памяти и мышления. Это, конечно, палочка-выручалочка для родителей с детьми, совершающих длительные путешествия.

Дети перенимают «залипание» в смартфон от родителей. Чтобы гаджеты не превращались только в средство удовольствия, взрослые должны демонстрировать это на своем примере. Нужно самим отказаться от бесполезных игрушек и донести важность офлайн-жизни: прогулки, путешествия, пикники, встречи и так далее. Кроме того, ребенок должен видеть в гаджете инструмент для учебы. Так что скачайте пару полезных приложений и вместе с ним разберитесь, как это работает и какую пользу несет ребенку и вам.

А теперь посмотрим на «минусы», которые несут гаджеты. И здесь врачи бьют тревогу!

Окулисты – о снижении зрения. Каждый третий школьник к 9-10 годам имеет близорукость.

Хирурги – ухудшается осанка, от длительного сидения за компьютером в неудобной позе формируется сколиоз.

Неврологи – появляются головные боли, боли в шее, руке, немеют пальцы, развивается «туннельный» синдром.

Эндокринологи – говорят об ожирении – как один из факторов неправильного питания и малоподвижного образа жизни.

Становясь участником компьютерных игр, дети считают, что решение любых проблем совершается одним «кликом мышки», с помощью оружия и силы,

отсюда формируется неумение решать конфликты мирным путем, отсюда агрессия, нетерпимость и злость.

Обратите внимание! Ребенок не должен пользоваться гаджетами, когда он ест, читает, делает домашние задания, разговаривает со взрослыми – в эти моменты устройства следует убирать. В противном случае ребенок начнет заменять реальное общение виртуальным.

Все выше сказанное, не говорит о том, что надо запрещать пользоваться гаджетами, а нужно просто научить ребенка правильно пользоваться ими. Главное правило – это соблюдение баланса во всем.

- Заниматься всесторонним развитием ребенка: занятия творчеством, спорт, подвижные игры, чтение книг, прогулки.
- Следите, чтобы ребенок не находился за компьютером больше разрешенной специалистами нормы. В среднем это 30-50 минут в день. Если занятие требует больше времени, следите, чтобы ребенок делал перерыв по 10 минут и не пропускал гимнастику для глаз.
- Не давайте ребенку пользоваться гаджетами перед сном: такая активность перед засыпанием возбуждает нервную систему, ребенок может плохо спать, с трудом засыпать или видеть ночные кошмары.