



- Приучайте ребенка с раннего возраста выполнять правила, установленные родителями. Тогда ему легко будет выполнять правила по использованию гаджетов.
- Не кормите детей перед телевизором.
- Не используйте гаджеты, как средство от истерики и плохого настроения.
- Родители - пример для ребенка. Покажите, как можно проводить свободное время: игра, прогулка, творчество и т.д.
- Больше разговаривайте с детьми, гуляйте, занимайтесь общим делом.
- Обеспечьте ребенка игрушками, материалами для творчества, спортивным инвентарем.
- Интересуйтесь своим ребенком: во что играет, что смотрит, с кем общается.

В современном мире не обойтись без телефона, планшета, компьютера.

Да и ребенку необходимо уметь пользоваться гаджетами и ориентироваться в сети!



## ПОЛЬЗА ГАДЖЕТОВ:

Качественные игры и приложения позволяют детям развивать память, логику, изучать иностранные языки.



Развитие и образование: возможность не выходя из дома заниматься с педагогами

**НЕ НУЖНО ПОЛНОСТЬЮ  
ОГРАЖДАТЬ ДЕТЕЙ ОТ ГАДЖЕТОВ.**

**НУЖНО ПРОСТО УДЕЛЯТЬ ИМ  
ВНИМАНИЕ!**



МБДОУ "ДС № 108 г. Челябинска"  
Желнова Н.А.  
Кнутарева Н.Е.

## ДЕТИ И ГАДЖЕТЫ: ВРЕД И ПОЛЬЗА



Профилактический буклет  
для родителей

Челябинск, 2021



# ВРЕД ГАДЖЕТОВ



## ЗДОРОВЬЕ:

- Влияет на незрелую нервную систему;
- Проблемы с координацией действий руками;
- Плохо развивается мелкая моторика;
- Развивается близорукость;
- Проблемы с позвоночником.



## ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ:

- Замена родителей гаджетами ведет к нарушению эмоциональных взаимоотношений в семье.



## РЕЧЬ:

- тормозит развитие речи;
- усугубляет коммуникативные проблемы.



## ПСИХИКА:

- негативное влияние на мышление, восприятие;
- гаджеты влияют на тактильные и осязательные ощущения;
- искажается восприятие мира;
- влияет на поведение: истерики, стрессы, депрессии.

## СОЦИАЛИЗАЦИЯ:

- Нарушение взаимодействия взрослыми сверстниками.

со  
и



# РОДИТЕЛИ,

## БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ!



## ЕСЛИ У РЕБЕНКА ПОЯВИЛОСЬ:

- нежелание гулять, играть в настольные, подвижные игры, а нетерпеливо ожидает контакта с гаджетом;
- возникли болезни глаз;
- изменилось поведение: стал раздражительным, апатичным, агрессивным;
- нарушение сна;
- появилась неуверенность в себе;
- перестал следить за своим внешним видом;
- отказывается от еды, чтобы не отходить от гаджета;
- не находит других занятий кроме гаджета;
- не хочет общаться со сверстниками.

**ПОМНИТЕ! НЕСОБЛЮЖДЕНИЕ ПРАВИЛ "ОБЩЕНИЯ" С ГАДЖЕТАМИ ПРИВОДИТ К ЗАВИСИМОСТИ ОТ НИХ!**



# “ СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ "КАК ПРЕОДОЛЕТЬ ЗАВИСИМОСТЬ" ”



## 1. Поговорить с ребенком

Честно сказать ребенку, что будет лучше, если у него будет еще жизнь, кроме компьютера или телефона. Вы, как родители, хотите, чтобы он получил образование, нашел дело жизни и достиг успеха. Объяснить ребенку, что такое зависимость.

## 2. Занятость

Каждый день ребенок должен быть чем-то занят. Найдите кружки, секции, которые понравятся вашему ребенку.



## 3. Личный пример

Проводите больше времени с ребенком. Придумайте ритуалы и традиции, которые вы будете выполнять всей семьей.

**РОДИТЕЛИ ДОЛЖНЫ ПОКАЗАТЬ РЕБЕНКУ ВАРИАНТЫ ПОЛЕЗНОГО ПРОВЕДЕНИЯ ВРЕМЕНИ С ГАДЖЕТОМ**