|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Правила для родителей  1. 1. Обеспечить ребенку социальное сопровождение, не оставлять его один на один с виртуальным пространством. 2. 2. Принять цифровое поколение как новую нормальность. 3. 3. Начать с себя (обучать ребенка самостоятельным занятиям, игре и т. п.). Гаджеты ребенку родитель предлагает сам, чтобы тот не мешал. Помните, что маленький ребенок — подражатель.   4. Ввести цифровую диету — ограничение времени пребывания в интернет-пространстве от 20 минут до 1 часа для дошкольника, от 1 до 2 часов для детей от 8 лет. Подумать, как по-другому организовать время детей.   1. 5. Помнить, что простой запрет не возымеет действия. 2. 6. Активно участвовать в жизни ребенка, интересоваться его и реальной, и виртуальной жизнью. Развивать так называемый твой-мой интерес с детьми старшего дошкольного возраста и младшими подростками. |  | Но на что же стоит переключить внимание ребенка, чтобы тот менее интересовался родительскими гаджетами? Ведущая деятельность детей дошкольного возраста — игровая, в жизни дошкольника должна быть и физическая, и интеллектуальная активность, то есть в целом деятельность должна быть разнонаправленной, подчеркивает специалист. |  |
|  |  | Как воспитать детей  цифрового поколения? |
|  |
|  |  |  |  |
|  |  | Консультант  Егорова Инна анатольевна  Ул.Эльменя д 34  г.Чебоксары  тел:89053434439  тг: @i0n\_n\_a |  |
|  |  |  | Консультационный центр «Сова» |
|  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | рекомендации по профилактики компьютерной зависимости **1. Введите строгий режим. «Общение» с компьютером для дошкольника должно составлять 20–30 мин в день. Старайтесь не поддаваться на слезы, капризы и жалобы ребенка. Реагируйте спокойно, объясняйте терпеливо, детей помладше постарайтесь отвлечь другими занятиями.**  **2. Поощряйте и хвалите детей. (за вымытую тарелку, умение одеваться или дружную, спокойную игру с другими детьми). Ведь именно поощрение является одним из волшебных ключей, открывающих дверь во внутренний мир наших детей.**  **3. Станьте примером для ребенка. Старайтесь сами не нарушать правила, которые устанавливаете для ребенка (с учетом своих норм, естественно).**  **4. Стимулируйте разнообразную занятость ребенка. Приобщайте его к домашним обязанностям, культивируйте семейное чтение, играйте вместе в настольные и другие игры, приобщайте ребенка к играм своего детства.** |  | влияние гаджетов **Отношение родителей к появлению гаджетов в жизни ребенка неоднозначное : одни активно их используют, другие настойчиво пытаются оградить своё чадо от современных влияний. С одной стороны, родители  радуются: «Ах, какой смышленый! Лучше меня разбирается!», с другой – беспокоятся: «Это же вред здоровью, компьютерная зависимость?»**  **По данным исследований в России собственный смартфон или планшет есть у 42% детей 3-6 лет. Цифровая активность ребят 5-10 лет - от одного до трех часов в сутки, а вместе с просмотром телевизора - 3-5 часов в день.**  **Многие специалисты также считают, что лучше детей знакомить с различными девайсами после трех лет, ребёнку 3-4 лет хватит не более часа в день,  5-6 лет – не более двух часов в день.**  **С одной стороны ,без компьютерных технологий современную жизнь представить невозможно . С другой стороны , по требованиям СанПиН дошкольникам разрешается проводить за компьютером( планшетом, сотовым телефоном) не более 10-30 минут в день в зависимомти от возраста ,а малышам до 3 лет – вообще настоятельно не рекомендуется.** |  | **Чтобы полноценно развиваться, ребёнку нужно постоянно контактировать с окружающим миром. Такой контакт, включает в себя общение со сверстниками и родителями, развивающие игры, исследование дома и природы, поиск новых звуков. Благодаря этим действиям ребёнок получает эмоциональные впечатления, потому что каждое движение он пропускает через себя. Он обдумывает каждую полученную информацию и сохраняет её в своем сознании.**  **В этом процессе на помощь ему должны прийти не виртуальные стимулы, а реальные объекты. Игрушки, которые можно потрогать, растения, которые можно понюхать, рассказы родителей, которые можно услышать.** |
|  |  |
|  |  |  | другое увлечение **Пока малыш занимается тем, что ему действительно интересно, он не вспоминает о смартфоне, телевизоре или компьютере. Поэтому постарайтесь найти какое-нибудь увлекательное и желательно полезное занятие для него. Отправьте его в кружок по рисованию или на шахматы. Попробуйте плавание или спортивные игры — подойдет любая активность. Главное, чтобы она нравилась малышу, а не превратилась в обязанность. Ваша цель, чтобы кроха с трудом мог вспомнить, куда и когда положил гаджет.** |
|  |  |  |  |  |