

# Современные дети и гаджеты



Разработчик/составитель: воспитатель  
второй младшей группы № 10  
Терещенко Татьяна Владимировна

---



**Цель:**

**создать условия для  
осмысления родителями  
влияния гаджетов на детский  
организм.**

---

# **Задачи работы:**

**1. Обратить внимание родителей на достоинства и недостатки общения ребенка с мобильным телефоном, телевизором.**

**2. Показать влияние сотовых телефонов и телевизоров на здоровье и психику ребенка при неправильном его использовании.**

---

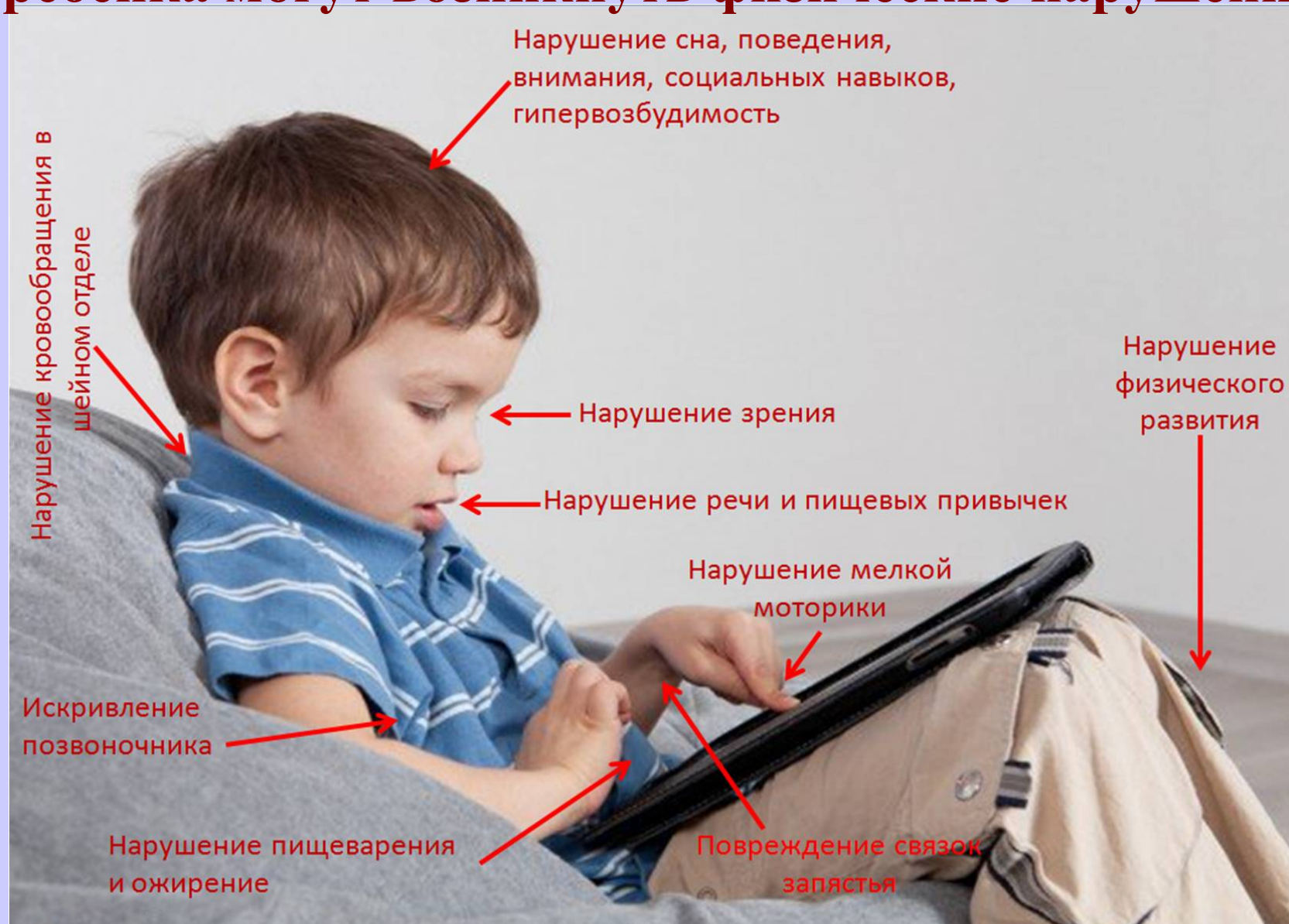
**Новые технологии активно  
вторгаются не только нашу жизнь, но  
и жизнь наших детей.**



# Плюсы и минусы использования гаджетов

Плюсы	Минусы
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Обучение и развитие</li><li>2. Удобство связи и общение</li><li>3. Контроль родителей</li><li>4. Приятное время проведение</li><li>5. Поиск информации</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ухудшение зрения</li><li>2. Осанки</li><li>3. Ожирение</li><li>4. Нарушение речи</li><li>5. Гипервозбудимость</li><li>6. Зависимость</li><li>7. Нарушение психики</li><li>8. Понижение интересов к познавательной деятельности</li><li>9. Нарушение внимания</li><li>10. Снижение интеллекта</li><li>11. Снижение круга интересов</li></ol>

# При постоянном контакте ребенка с гаджетами у ребенка могут возникнуть физические нарушения





# Тест для родителей "Определение телефонной зависимости у дошкольников"



**1. Ребенок, только проснувшись, начинает просить мультики или планшет**

- да

- нет

**2. Играет в планшет или смотрит мультики во время еды, поездки в транспорте, одевания**

-да

-нет

**3. Если вы выключаете или забираете гаджет, у ребенка начинается истерика, он долго не может успокоиться и переключиться на другое занятие**

- да

-нет

**4. Если не забрать у ребенка телефон, он может просидеть в нем более часа-полутора**

- да

- нет

**5. Ребенок начинает требовать телефон чаще 2 раз в день**

- да

- нет

---



**6. Ребенок плохо засыпает, видит страшные сны, тревожится без причины**

- да

-нет

**7. Часто, когда ребенку становится скучно, начинает просить гаджет или мультфильмы, отвечая, что не хочет играть своими игрушками**

- да

- нет

**8. Легко раздражается, бросает начатое дело, злится, если сразу не получает результата**

- да

- нет

**9. Ребенок часто трет и чешет глаза, особенно после времени, проведенного с гаджетом или за мультфильмами**

- да

- нет

**10. Отказывается есть без мультиков (телефона) или садиться в автокресло без гаджета**

-да

-нет

---

## Ответы на тест

- ❖ Если вы ответили положительно от 1 до трех 3 пунктов, то повода для беспокойства нет, гаджеты не занимают слишком много времени и внимания вашего ребенка.
- ❖ Ответ "да" на 4-5 пунктов – пограничное состояние, есть тенденция к зависимости. Обратите пристальное внимание на то, чем именно он занимается с гаджетами, не страдают ли остальные сферы жизни – прогулки, игры с другими детьми, творчество, игры с игрушками. Помогите наполнить его жизнь реальными событиями и увлечениями – чаще зовите в гости других детей, выезжайте на природу, играйте по вечерам в настольные игры, читайте ему книги.
- ❖ "Да" на 7-10 пунктов – налицо все признаки зависимости. Паниковать не надо, но необходимо уже сейчас исправлять ситуацию. Чем дальше она затянется, тем хуже будет исправить.



# ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

1. Помните о времени использования гаджетов детьми

- 4-5 лет — не более 15 минут;
- 6 лет — 20 минут;
- 7-9 лет — 30 минут;
- 10-12 лет — 40 минут;
- 13-14 лет — 50 минут.



2. Не позволять пользоваться гаджетами перед сном.

3. Оптимальное расстояние между глазами и монитором — 60-70 см.

4. Не разрешать смотреть плохие видео/мультфильмы

5. Уделить время прогулкам на свежем воздухе, спорту, подвижным играм.

6. За 2-3 часа до сна замените электронное устройство на спокойные совместные игры, чтение книг, общение.



# ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

7. Проводите со своим ребенком больше времени. Это могут быть, к примеру, совместные прогулки, игры, чтение книг.
8. Если ребенок ведет себя раздражительно, то не нужно с ним спорить, оскорблять.
9. Следите за тем, чтобы ребенок не увеличивал время, проводимое с гаджетами.



**Помните: здоровье вашего ребенка в  
ваших руках.**



**Спасибо за  
внимание!**