

Цель:

Дать представление родителям как гаджеты влияют на развитие ребенка и совместно с воспитателями представить регламент работы с ними в условиях ДОО и семьи.

Задачи:

Рассказать родителям, как гаджеты влияют на эмоциональное и речевое развитие ребенка, двигательную активность и пищеварение. Дать практические рекомендации по поводу того, чем занять ребенка, пока мама готовит, и как использовать мультфильмы в развивающих целях.

Примерное время - 1 час.

- сколько времени без вреда для здоровья ребенок может проводить перед экраном;
- что с ребенком произойдет, если будет сидеть в гаджетах сверх нормы;
- какие мультики можно смотреть и в какие игры играть;
- как сбросить статическое напряжение после планшетов, телефонов, телевизоров;
- чем можно занять ребенка вместо электронных устройств.

Часть 1. Вступительная - 10 минут

Добрый вечер, уважаемые родители! Воспитатели не раз слышали от родителей жалобы, что ребенка не оторвать от телевизора, планшета, смартфона. Спрашивали, сколько времени он может проводить перед экраном без вреда для здоровья, влияет ли это на его развитие, можно ли смотреть телевизор во время еды и какую найти альтернативу электронным устройствам.

Чтобы вы получили ответы на эти вопросы, мы пригласили на родительское собрание.

Часть 2. Основная - 45 минут

По данным Всемирной организации здравоохранения, детям до 3 лет сидеть перед экраном планшета, смартфона, компьютера нельзя. От 3 до 6 лет — не более 30 минут в день. Детям 7–10 лет — не более 1 часа в день, подросткам 11–17 лет — максимум 3 часа в день, но с перерывами на физкультминутку.

Что произойдет, если не придерживаться правил пользования гаджетами? Ребенок начнет плохо спать, поскольку мозг ночью обрабатывает информацию. Станет капризным и раздражительным. Кадры в мультиках сменяются каждые 3–5 секунд, а мозг ребенка обрабатывает информацию за 5–10 секунд, поэтому он не понимает, что нужно усваивать, а что нет. К тому же будет плохо ориентироваться в эмоциях взрослых. Это связано с тем, что мультяшные лица не содержат мимических и жестовых нюансов и поэтому отличаются от эмоциональных проявлений в реальной жизни. Если ребенок долго сидит перед экраном, у него могут появиться тики и подергивания мышц. Все потому, что не происходит двигательной активности, которая необходима дошкольнику. В итоге ребенок станет расторможенным и физическую активность будет сложно контролировать.

Если вы все-таки загружены домашними делами и занимать детей приходится мультфильмами, чтобы свести вред к минимуму, выбирайте только советские мультфильмы. В них медленнее, чем в иностранных, сменяются кадры, герои имеют более естественный внешний вид, речь содержит правильные грамматические конструкции.

После просмотра мультфильмов дайте ребенку подвигаться, так он сбросит статическое напряжение. Поиграйте в догонялки, обнималки и целовалки. Выйдите на улицу и позвольте ребенку побегать, поваляться в листьях или снегу.

Поиграйте в игру «Смотри, как я умею ходить». Изображайте цаплю — ходите на носочках и высоко поднимайте колени. Слона — на прямых ногах, кошечку — мягко и бесшумно. Уточку — вприсядку. Пусть ребенок за вами повторяет.

Если выйти на улицу нет возможности, предложите ребенку сделать гимнастику для глаз: «Давай сделаем зарядку для глаз: сначала сильно поморгай, посмотри на кончик носа, потом на самую дальнюю точку, вон на тот дом, и опять на нос».

Используйте мультфильмы для развития ребенка. Попросите мультик пересказать, задавайте наводящие и альтернативные вопросы. Например, мишка в лесу встретил зайку или лисичку? Хвалите ребенка за ответы. Попросите поразмышлять о моральных сторонах

персонажей. Например, что чувствовали герои, правильно ли они поступили, что бы ты сделал на их месте.

Если у ребенка есть любимые герои, купите аналогичные игрушки или сделайте их сами. Проигрывайте бытовые ситуации, обязательно давайте ребенку какую-нибудь роль, даже если он не говорит. Это будет побуждать его к общению.

Вместе с ребенком рисуйте или лепите героев мультфильмов, устройте выставку. Приучите малыша заботиться о других на примере любимого героя — его нужно покормить, помыть, одеть, уложить спать. Также игрушку можно брать с собой в поликлинику. Попросите врача обследовать сначала ее, а потом ребенка — будет нестрашно.

87% процентов родителей считают, что мультфильмы развивают речь, но это не так. Когда ребенок смотрит на экран, у него работает зрительный канал восприятия, а не слуховой, даже если герои много разговаривают. Потом такой ребенок не сможет с первого раза понять, что ему говорят. А это основа обучения в школе. Учеными доказано, если ребенок в возрасте до года проводит по два часа в день перед телевизором, это в шесть раз увеличивает риск речевых нарушений.

Есть перед экраном запрещено. Это приводит к нарушению пищеварения. Когда ребенок сосредоточен не на еде, у него не вырабатываются во рту ферменты, пища не перерабатывается. К тому же, когда внимание сосредоточено на мультиках, он не понимает, когда наступает насыщение. В дальнейшем это приведет к перееданиям и ожирению. Показывайте их не более часа в день. За два часа до сна все гаджеты убирайте, чтобы восстановить баланс между процессами возбуждения и торможения в мозге. Исключите компьютерные игры. Помните, импульсивным, невнимательным и с задержкой речевого развития детям давать телефоны, планшеты и ноутбуки нельзя. Скажите «Нет!» мультфильмам во время еды.

Часть 3. Заключительная - 5 минут

Какие мультики лучше смотреть, сколько на это времени отвести, чтобы не навредить ребенку, чем лучше заняться после просмотра, как их использовать в развитии дошкольника и какими играми можно заменить.

Если у вас остались вопросы, можете подойти лично пообщаться. В группах и на информационном стенде мы вешаем рекомендации психологов, врачей и педагогов, как правильно развивать детей.

Как предупредить или победить детскую зависимость от компьютерных устройств?

Что делать?

1. Родители должны постоянно заниматься воспитанием и всесторонним развитием своего ребёнка. 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. У ребёнка обязательно должны быть альтернативные увлечения и лучше, если их будет много: рисование, конструирование, лепка, путешествия, экскурсии, прогулки, чтение, книги, такие занятия, которые будут доставлять ему удовольствие. Не пресекайте и по возможности удовлетворяйте любопытство ребёнка.
 2. Больше общайтесь с ребёнком, обсуждайте с ним свои и его чувства. Давайте выход чувствам ребёнка, пусть он побегаёт, попрыгает, покричит, поплачет, когда это требуется.
 3. Повышайте самооценку ребёнка. Поощряйте и хвалите детей. Не стесняйтесь хвалить ребенка за вымытую тарелку, умение одеваться или дружную, спокойную игру с другими детьми.
 4. Учите своё чадо общаться, знакомиться, мириться, договариваться со сверстниками.
 5. Личный пример. Дети всегда повторяют взрослых и если родители все свободное время проводят в интернете или за играми, то и ребенок будет вести себя так же.
 6. Набраться терпения для того, чтобы противостоять манипуляциям.
 7. Интересуйтесь, чем занимаются ваши дети за компьютером. Будьте рядом, будьте вместе с ребенком. Обсуждайте игры, в которые любит играть ребенок. Учите ребенка рассматривать игры, приложения для гаджетов и интернет как средство приобретения новых знаний, навыков, для развития мышления, восприятия, воображения, получения полезной информации.
 8. За пару часов до сна вообще выключать и убирать все гаджеты подальше. Давать детям играть в гаджеты перед сном не рекомендуется, так как ребенок может перевозбудиться, и от этого плохо спать или не заснуть вовсе.
 9. А можно просто, незаметно убирать планшет с поля видимости. Как говорится с глаз долой из сердца вон!
 10. Прямой и категорический запрет – самое простое и самое безрезультатное решение, приводящее к конфликту между ребенком и родителем и усугублению проблемы. Разумный подход – это научить ребенка правильно относиться к компьютеру и интернету, позволить ребенку пользоваться компьютером, но под родительским контролем и с ограничением времени.
 11. Соблюдать санитарные нормы занятия за компьютером:
25 мин – для детей 5–6 лет,
30 мин – для детей 6–7 лет.
- Родители, вручающие гаджет своему ребёнку, должны при этом отдавать себе отчёт, что строгий контроль над временем игры ребёнка с гаджетом необходим.
12. Не желательно знакомить с гаджетами детей до двух лет. Важно — максимально продлить период «нецифровой игры». Ученые считают его очень важным, столь же, как и умения сидеть, ходить, говорить и т.п. В первые два года жизни ребенка его мозг увеличивается в 3 раза. А к росту побуждает именно воздействие внешних стимулов, и это должны быть реальные предметы, взаимодействие с родителями.