

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

1. Помните о времени использования гаджетов детьми:

- 1-2 года- от нуля до нескольких минут;
- 3-4 года- до 1 часа в день
- 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. Если занятие предполагает более длительное нахождение перед монитором, необходимо делать 10-минутные перерывы.

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

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

7. У ребёнка должны быть обязанности по дому.



В умелых руках планшет для детей становится окном в мир нового, интересного и поучительного. В других же случаях он может превратиться в устройство для деградации и психического расстройства.

!!!ЧЕМ ПЛАНШЕТ СТАНЕТ ДЛЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА — ЗАВИСИТ ОТ ВАС!!!



Родителям важно не допустить, чтобы гаджеты в жизни ребёнка стали источником проблем.

Контакты:

414056, г. Астрахань, ул.Татищева д.12а

414024, г. Астрахань, ул.Волжская, д.56а

Тел.: 8 (8512) 48-31-77, 48-30-80

e-mail: centr-reab@rambler.ru

skype: centr-reab

сайт: www.развитие30.пф

Государственное автономное учреждение
Астраханской области
«Научно-практический центр
реабилитации детей
«Коррекция и развитие»

*Гаджеты для малышей:
польза и вред*



г. Астрахань 2023

В современном мире везде: на улице, на лавочках парка, за столиками в кафе мы можем видеть одну и ту же картину: дети, взрослые, молодые и даже, уже немолодые люди, сидят, сосредоточив взгляд на экране телефона, планшета, ноутбука. Они что-то просматривают, кому-то отвечают.



«Гаджет — небольшое устройство, предназначенное для облегчения и усовершенствования жизни человека».



Но так ли это на самом деле? Конечно, в их использовании можно найти не только минусы, но и плюсы.



Плюсы использования гаджетов:

Способ временно занять ребёнка в «полевых» условиях.

Развитие познавательных процессов и получение новых знаний, внимания, памяти, логического мышления, учат читать, считать, рисовать.

Познавательные мультимедиа, которые позволяют ребёнку получить новые знания об окружающем мире.

Ребенок школьного возраста вполне может пользоваться такими приложениями, как график дел, расписание уроков, ведение дневника и т. д.

Специальные приложения даже помогают заниматься спортом. Вы с легкостью найдете тренировочные видеуроки для ребенка или для всей семьи, где уже будет подобран комплекс упражнений.

Минусы использования гаджетов

Отрицательное влияние на здоровье и физическое развитие.

«Однобокость» развивающего эффекта.

Вытеснение интересов, отношений и привязанностей в виртуальное пространство

Пропадает интерес к реальной жизни

Снижение творческой активности

