

**Вот пять полезных советов, чтобы уменьшить технологическую зависимость вашего ребенка и провести время вместе.**

1. Для малышей лучше подойдут игрушки, а не гаджеты. Хорошие игрушки задействуют чувства ребенка, пробуждают его воображение. По мере взросления младенцы могут использовать игрушки, чтобы исследовать постоянство объектов и причинно-следственные связи. Например, кубики помогают развить моторику и координацию рук и глаз.

2. Родители должны убрать свои устройства и показать хороший пример.

Требования общества могут быть жесткими, но маме и папе нужно держаться подальше от своих устройств и разговаривать со своими детьми. Например, поговорить за семейным ужином или после него. Взаимодействуйте со своими детьми, играя в настольные игры и другие мероприятия, которые стимулируют разговор. На сообщения о работе всегда можно ответить после того, как дети ложатся спать.

3. Подумайте о том, чтобы дать вашему ребенку-подростку телефон, а не смартфон.

Раскладной телефон препятствует доступу в Интернет и использованию приложений. Если ребенку необходим телефон, чтобы вы просто могли с ним связаться, потому что ребенок остается дома один, или вам нужно забрать ребенка из школы, раскладной телефона будет достаточно.

4. Поддерживайте «границы устройства» между вашим ребенком и его друзьями.

Когда вы устраиваете встречи ребёнка с его друзьями или проводите выходные все вместе, спросите родителей, какова их политика в отношении устройств, и соблюдайте ее. Не позволяйте вашему ребенку приносить свое устройство в дом друга, если в этой семье запрещено пользоваться гаджетами. Если вам необходимо связаться с вашим ребенком, узнайте номер телефона родителей.

5. Узнайте, как ограничить экранное время и заблокировать контент. Если вы беспокоитесь о вреде технологий, но не до такой степени, чтобы убирать их из жизни ребенка совсем, узнайте о лучших продуктах на рынке, чтобы заблокировать контент, установить ограничения экрана и т.д. Многие хорошие смартфоны имеют такие приложения и функции.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Иркутска детский сад № 136**

**РОДИТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**«Ребёнок в информационном мире»**

**Советы родителям  
на тему: «Влияние СМИ на  
развитие ребенка»**



**Март, 2020г.**

- **Не поддавайтесь соблазну облегчить себе жизнь, посадив ребёнка перед телевизором, а самим заняться делами. Помните, что психика ребенка формируется во взаимодействии со взрослым.**
- **Четко регулируйте просмотр ребенком телепрограмм и работу за компьютером. Проведенное время у экрана не должно превышать от 15-20 минут до 1 часа в день (у компьютера – не более 12 минут) для старших дошкольников.**
- **Старайтесь не позволять ребенку просматривать рекламу, а также художественные фильмы, ориентированные на взрослую аудиторию.**
- **Старайтесь следить за содержательностью и художественностью детских программ для того, чтобы исключить низкопробную видео- и телепродукцию.**

- **Обговаривайте и обсуждайте с ребенком сюжеты просмотренных фильмов, использованных компьютерных игр. Важно понять, что ребенок думает, чувствует, как он поступила бы в той или иной ситуации.**
- **После обсуждения можно предложить малышу нарисовать героев фильма, игры или слепить их из пластилина и т.д. При этом важно обратить внимание на изображение эмоций героев.**
- **Для детей старшего дошкольного возраста можно организовать игру «Режиссеры-мультипликаторы»: придумать и нарисовать серию рисунков для нового фильма или продолжить любимый фильм или игру.**