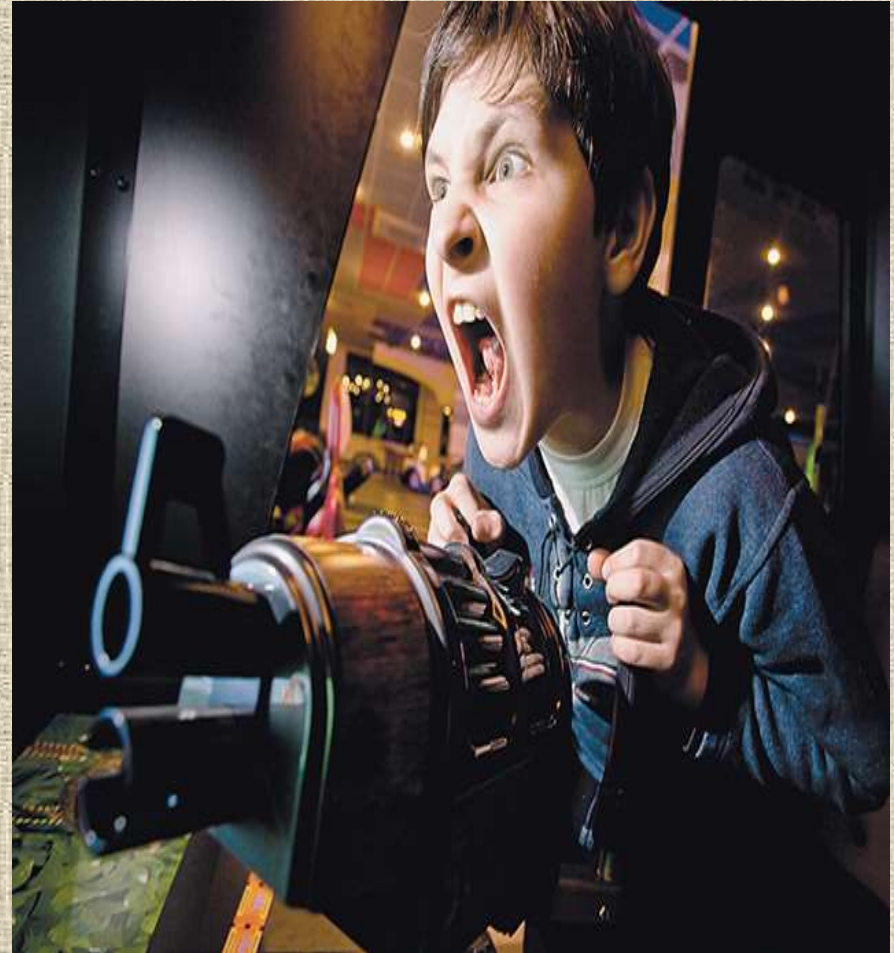


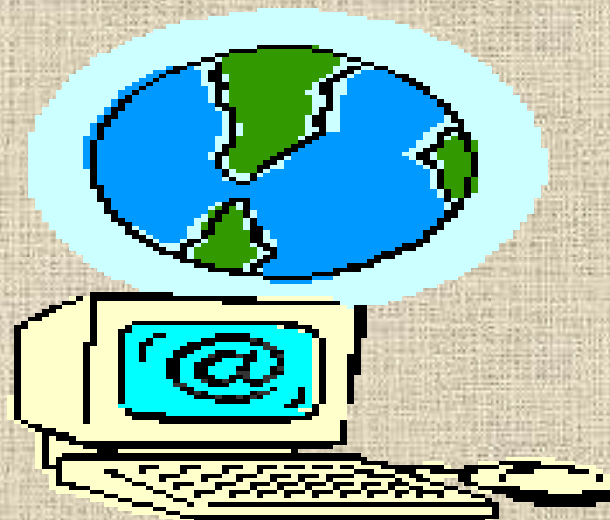
«ПРОФИЛАКТИКА ЭКРАННОЙ ЗАВИСИМОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ»



Педагог-психолог МБУ ЦДиК «Диалог»
Мусаева А.А.

Термин «экранная зависимость» определяет патологическое пристрастие человека к работе или проведению значительного времени за экраном телевизора, монитором компьютера или различных гаджетов.

Гаджет(англ. *Gadget* приспособление, устройство)— небольшое устройство, предназначенное для облегчения и усовершенствования жизни человека.



В чём причины?



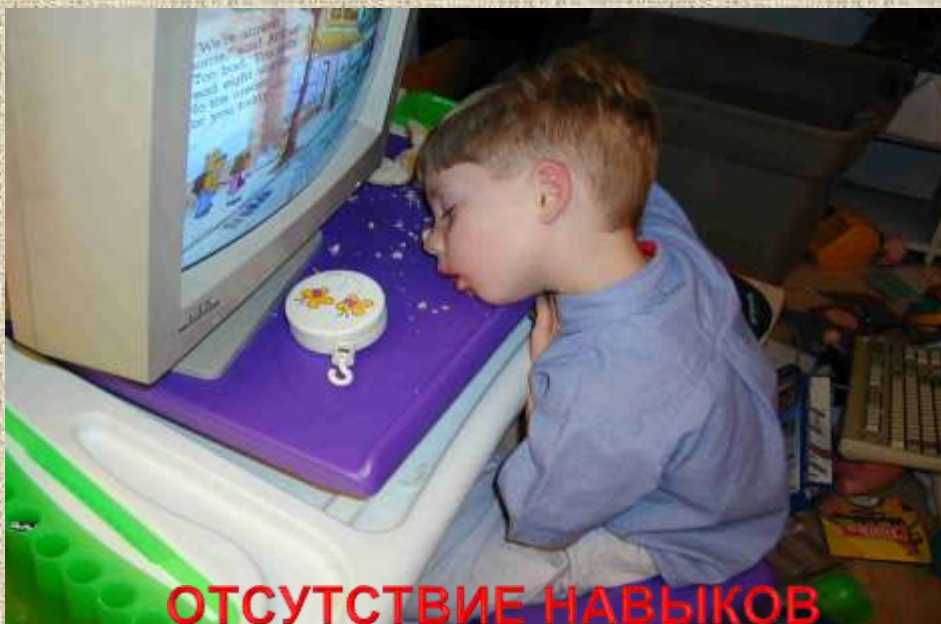
**ИМИТАЦИЯ РЕАЛЬНОСТИ,
СХОДСТВО ИГРЫ С
ФАНТАЗИЕЙ**



**ОСОБЕННОСТИ
ХАРАКТЕРА**



**ОСОБЕННОСТИ СЕМЕЙНОГО
ВОСПИТАНИЯ**



**ОТСУТСТВИЕ НАВЫКОВ
ОБЩЕНИЯ**

Как распознать зависимость?

- ❖ много времени проводит за экраном компьютера, телевизора, планшета, поглощён этим занятием;
- ❖ Постоянно требует поставить ему мультики или смотрит всё подряд;
- ❖ «выключается» из реального мира, становится рассеянным и несобранным;



Как распознать зависимость?

- ❖ Перестаёт слушаться родителей;
- ❖ Постоянно просит скачать новые игры или делает это сам;
- ❖ Перестаёт проявлять интерес к обычным играм, прогулкам, творческим занятиям;
- ❖ Отказывается от приёма пищи, чтобы не отрываться от компьютера, телевизора.

Как предотвратить экранную зависимость?

- Родителям необходимо быть положительным примером для своих детей;
- Взрослые должны с самого начала озвучить ребёнку чёткие и жёсткие правила пользования телевизором, планшетом, компьютером;
- Записать ребёнка в кружок или секцию в соответствии с его интересами;
- Совместные семейные вечера или семейный досуг;
- Компьютер можно использовать для проведения совместно с ребёнком экскурсии по виртуальному зоопарку или установить полезные для развития программы;

Как предотвратить экранную зависимость?

- ❑ Ограничивайте время компьютерных забав.
- ❑ Постарайтесь оградить ребенка до 5 лет от компьютерных игр, так как это наиболее ответственный период развития психики ребенка.
- ❑ Играть в компьютер перед сном запрещается всем детям.
- ❑ Устанавливайте с ребёнком доверительные отношения, чтобы он и взрослея советовался, во что играть на компьютере.

Главное, помнить, что всё хорошо в меру.

Способы избавления от экранной зависимости

общение с родными,
со сверстниками,
с домашними
животными



любовь к
здоровому
образу жизни



Прогулки,
посещение
цирка,
зоопарка

увлечение
прикладным
творчеством



ОРИГАМИ



КВИЛЛИНГ



**Пусть совместный просмотр
любимых передач,
мультфильмов и работа на
компьютере и интернет будет
Вам и Вашим детям во благо!**