



В экстремальном случае зависимости- ОТКЛЮЧИТЬ интернет, «сломать» гаджет, «не дразнить» ребёнка, демонстрируя их.

Если хотите воспитать ребёнка - начните с себя.

**Консультационный центр
«Первые шаги»**



«Дошкольник и современные гаджеты, их влияние на нервную систему ребенка»



педагог-психолог В.А. Иванова

ПАМЯТКА родителям по БОРЬБЕ с пристрастием детей к гаджетам

1. ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР. Не заглядывайте в телефон, интернет бесцельно, каждые 5 минут. «Не зависайте там».



Дети часто чувствуют себя покинутыми, когда родители отвлекаются от общения с ними на гаджеты.

2. СТРОГО ограничивайте время общения ребёнка с гаджетами, ПРЕДВАРИТЕЛЬНО обговорив и предупредив ребёнка об этом.



3. Нагружайте\занимайте ребёнка активностями-спортом, хобби, прогулка, общением с вами



4. Не берите гаджеты с собой в кафе\гости\прогулку. Ребёнок должен уметь отдыхать без них. Для его развития важны новые эмоции, впечатления, «картинки и образы».



5. Не превращайте гаджеты в способ похвалы.

