

Консультация для родителей

«Развитию мозга лучше поможет движение, чем смартфон»

Составители: Демьянова Т.В., Емельянова В.В.

Начиная с 2000-х годов, врачи и психологи обратили внимание на значительное увеличение детей с неврологическими нарушениями. Они связывают эту проблему с тем, что в это время стал доступен Интернет. И все это привело к тому, что резко снизилась двигательная активность детей, потому что им сейчас гораздо интереснее и проще сидеть с телефоном и поиграть, чем идти, играть и что-то делать на детской площадке. Даже когда они выходят на улицу, то не знают, что делать друг с другом.

Ребенок не может сам отказаться от смартфона. У него еще не сформировались те области мозга, которые отвечают за волю и контроль. В руках родителей помочь своему ребенку? Да! Но это означает, маме и папе придется больше времени проводить с ребенком. Нужно продумать, что вы предложите взамен, что еще любит ребенок (играть, лепить, собирать пазлы, гулять, рисовать и т.д.).

Смартфон можно давать в трехлетнем возрасте только под присмотром родителей и с ограничением по времени: с 3 до 4 лет – 15-20 мин; 4-5 лет – 20-30 мин; после 5 лет – от 30 мин до 1 часа. Чтобы у ребенка после использования смартфона не было истерии и агрессивного поведения, необходимо подобрать нужное по возрасту приложение (сборник для игры или для просмотра м/ф), которое понравится ему. Например, головоломки, рисование, песенки, сказки, м/ф.

И, конечно же, нельзя забывать о том, что приложения – это лишь вспомогательный инструмент для знакомства с миром. Никакая красочная анимация не заменит карандаши и листок бумаги, нарисованный снег не сравнится с тем, в котором можно валяться и лепить снежки. Приложения помогут выучить буквы и слова, узнать о мире вокруг и ознакомят со «взрослой» работой. Но любая интерактивная игра – это лишь симулятор реального мира. Поэтому большую часть времени ребенку лучше проводить в обычных играх со сверстниками.

Используемая литература и интернет-ресурсы:

Белова З. «Развитию мозга поможет движение».

Лошкарева О. «Чему смартфон может научить ребенка».

Международный образовательный портал <https://www.maam.ru/>