

Консультация для родителей ДОУ «Дети и ИКТ»



Уважаемые родители! Данная консультация является важным шагом к тому, чтобы технологии служили на благо развития ребёнка, а не становились источником проблем.

Цель консультации — повысить педагогическую грамотность родителей, помочь Вам найти баланс между развивающими возможностями цифровых технологий и сохранением здоровья, психики и гармоничного развития малыша.

Структура консультации:

1. Почему это важно?

ИКТ прочно вошли в жизнь детей, и задача консультации — не запрещать технологии, а научить родителей грамотно их использовать.

2. Плюсы использования ИКТ:

- **Мотивация и наглядность.** ИКТ делают обучение ярким, динамичным, что особенно важно для дошкольников с их наглядно-образным мышлением.
- **Индивидуализация.** Можно выстраивать для ребёнка личный темп и возвращаться к сложным моментам.
- **Развитие навыков.** Существуют образовательные программы и игры, которые помогают развивать логику, внимание, мелкую моторику, зрительно-моторную координацию.

3. Минусы и риски:

- **Перегрузка.** Слишком насыщенный сенсорный контент (яркие цвета, громкие звуки) может привести к переутомлению нервной системы, снижению концентрации внимания в реальной жизни.
- **Влияние на здоровье.** Длительное сидение за экраном негативно сказывается на зрении и осанке.
- **Риск замены живого общения.** Чрезмерное увлечение гаджетами может тормозить развитие коммуникативных навыков, умения взаимодействовать со сверстниками и взрослыми.
- **Психологические аспекты.** Есть риск развития компьютерной зависимости, если не контролировать время у экрана.

4. Практические рекомендации для родителей:

- **Соблюдайте режим.** Для детей 5 лет — не более 10 минут за раз, для 6–7 лет — до 15 минут. Занятия с ИКТ проводите не чаще 1–3 раз в неделю.
- **Контролируйте контент.** Выбирайте развивающие игры и программы, соответствующие возрасту ребёнка. Обсуждайте с ним, что он смотрит или во что играет.
- **Соблюдайте гигиену.** Обеспечьте хорошее освещение, чтобы не было бликов на экране. Расстояние от глаз до экрана — около 55–65 см, до телевизора или интерактивной доски — около 2 метров. Следите за правильной позой.
- **Делайте перерывы.** После работы за экраном проведите зрительную гимнастику и смените деятельность на более активную.
- **Будьте рядом.** Совместная игра или просмотр с родителем — отличный способ обсудить происходящее, развить речь и мышление ребёнка.
- **Показывайте личный пример.** Если вы сами много времени проводите в соцсетях, ребёнку будет сложнее соблюдать ограничения.
- **Предлагайте альтернативы.** Помогите составить список занятий, которые не связаны с гаджетами: прогулки, игры, творчество, чтение.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!