

Муниципальное бюджетное дошкольное  
образовательное учреждение  
Детский сад №5 «Радуга»  
Городского округа «город Якутск»

# Дети и Гаджеты- Вред или Польза?



Автор: Будаева Дари Баировна

# Актуальность темы:

**Технологии не стоят на месте.**

**Детей XXI века невозможно представить без электронных гаджетов и Интернета.**

**Смартфон, планшет, нетбук – неиссякаемый источник удовольствия для детей и предмет беспокойства наших родителей.**



# Что такое гаджеты?

В современном мире, где электронные технологии развиваются стремительными темпами, получили своё развитие гаджеты.



# Чем опасны гаджеты, какой от них вред и какая польза.

«Очень важно понять, что гаджеты несут и позитивную, и негативную окраску. Сегодня трудно представить ребенка без каких-то телефонных и компьютерных аппаратов, и в три года он с ними, и в четыре-пять. Важно дозировать эти гаджеты»аджет



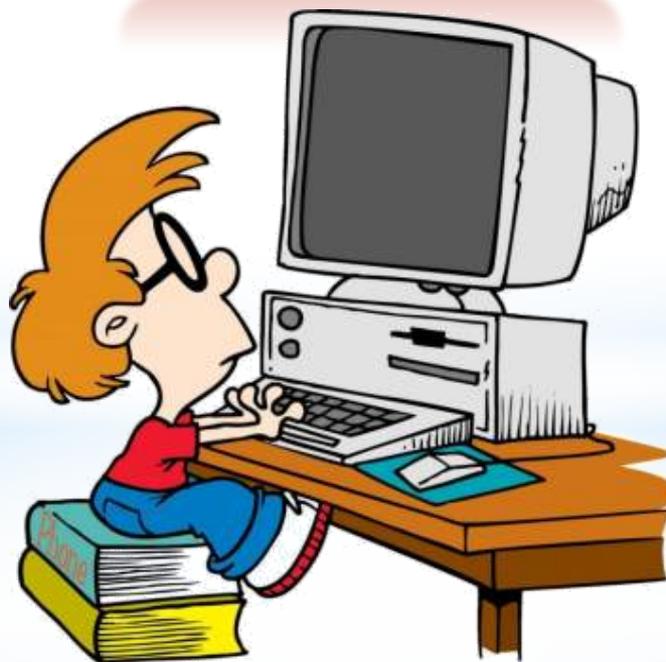
# ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ

НЕГАТИВНОЕ  
ВЛИЯНИЕ НА  
ЗДОРОВЬЕ

НАРУШЕНИЕ  
ЦИРКАДНЫХ  
РИТМОВ

ПОДМЕНА  
ЖИВОГО  
ОБЩЕНИЯ

ТРУДНОСТИ В  
ОБУЧЕНИИ



ПСИХИЧЕСКИЕ  
РАССТРОЙСТВА

ПУГАЮЩАЯ  
СТАТИСТИКА

# Вред гаджетов для здоровья

Нарушение сна, поведения,  
внимания, социальных навыков,  
гипервозбудимость

Нарушение кровообращения в  
шейном отделе

Нарушение  
физического  
развития

Нарушение зрения

Нарушение речи и пищевых привычек

Нарушение мелкой  
моторики

Искривление  
позвоночника

Нарушение пищеварения  
и ожирение

Повреждение связок  
запястья





**Незаметно можно прочно увязнуть в электронных играх и сети интернета, как в паутине гигантского паука, питающегося людьми.**

**Игры воруют время!  
Проигранные минуты быстро превращаются в часы.  
Часы складываются в потерянные сутки, недели и месяцы.**



## Польза гаджетов

Гаджеты можно рассматривать не как средство развлечения, а как реальную помощь. Существует множество сайтов и учебных приложений, направленных на развитие мелкой моторики, реакции, логики, памяти и других важных навыков.



# ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

1. Помните о времени использования гаджетов детьми:

- *4-5 лет — не более 15 минут;*
- *6 лет — 20 минут;*
- *7-9 лет — 30 минут;*
- *10-12 лет — 40 минут;*
- *13-14 лет — 50 минут.*



2. Не позволять пользоваться гаджетами перед сном.

3. Оптимальное расстояние между глазами и монитором — 60-70 см.

4. Если занятие предполагает более длительное нахождение перед монитором, необходимо делать 10-минутные перерывы.

5. Уделить время прогулкам на свежем воздухе, спорту, подвижным играм.

6. За 2-3 часа до сна замените электронное устройство на совместные игры, чтение книг, общение.

7. У ребёнка должны быть обязанности по дому.



# Вывод

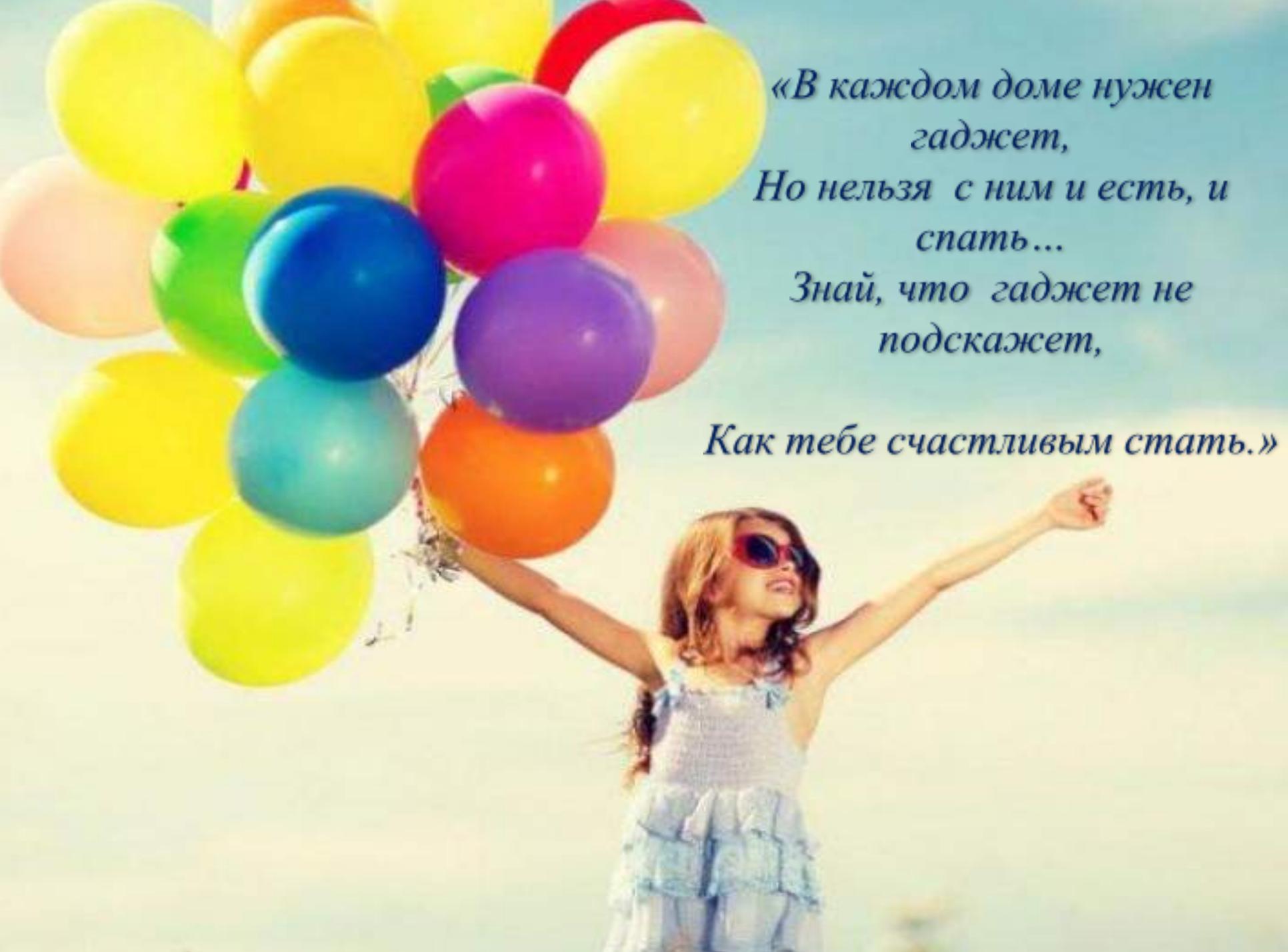


**Гаджеты – неотъемлемая часть жизни современного человека.**



**Но пользоваться этими приборами нужно разумно.**





*«В каждом доме нужен  
гаджет,  
Но нельзя с ним и есть, и  
спать...*

*Знай, что гаджет не  
подскажет,*

*Как тебе счастливым стать.»*