

Чем заменить гаджеты?

С каждым годом увеличивается количество детей привязанных к различным гаджетам и это не удивительно ведь яркие картинки, и забавные игры прочно притягивают детское внимание.

Родители могут постараться отсрочить первое знакомство ребёнка со смартфоном. Когда впервые дать ребёнку в руки телефон? Каждый сам должен ответить на этот вопрос. Если вы сможете отложить это событие до школьного возраста, это будет очень позитивно.

Что нужно делать, чтобы ребенок как можно меньше проводил за телефоном?



Предлагайте альтернативу времени проведенного с гаджетом. Это может быть занятия творчеством (лепка, рисование, аппликации), приготовление еды, настольные игры или конструктор. Ребенка в дошкольном возрасте нужно научить занимать себя самостоятельно.



Старайтесь все доказывать своим примером. Если ребенку нельзя «сидеть» в телефоне, не проводите все свое свободное время с гаджетами.



Не отбирайте у ребенка телефон. Это приведет только к агрессии. Забирать телефон нужно после переговоров, идеальный вариант если ребенок вернет его сам.



Четко проговаривайте с ребенком, сколько времени он может проводить за телефоном, обязательно предупреждайте его за 5 минут о том, что время игры заканчивается.



Отучая ребенка от смартфонов и планшетов, делайте это дозированно, постепенно ограничивая время проведения за гаджетом.



Не храните гаджеты в поле зрения ребенка, как говорится «С глаз долой – из сердца вон!».



Не используйте телефон в ритуальных моментах, перед сном и во время приема пищи, то усилит привязанность. Быстро меняющиеся картинки негативно влияет на эмоциональное состояние ребенка.



Замените телефон книгой, отлично привлекают внимание яркие и красочные иллюстрации. Предоставьте ребенку разнообразный выбор книг с любимыми персонажами.



Установите с ребенком доверительные отношения, тактильный контакт необходим ребенку. Ежедневно уделяйте малышу свое время, пусть это будет 10 – 20 минут, но они будут посвящены вашему общению.



Важно осознавать, что гаджет в руках ребенка оказался только благодаря родителям. Поэтому ребенку необходима помощь родителей! Для решения этой проблемы понадобится достаточно времени и терпения!



Если каждый вечер хотя бы немного времени уделять чему-то одному, разнообразия хватит на целую неделю, даже не нужно будет придумывать, чем занять ребенка. Нужно лишь побороть собственную лень, и не искать себе оправдания все ближе подвигая ребенка к экрану!

