УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ЛЕНИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ Д/С №5 «УЛЫБКА»

Конспект

проведения просветительской деятельности

для родителей дошкольников

*на тему: «Экранная зависимость у дошкольников*

Составила и провела

педагог-психолог:

Огородникова А.С.

Видное, 2018

**Конспект просветительской лекции для родителей дошкольников на тему: «Экранная зависимость у дошкольников»**

**Цель:** проинформировать родителей о проблемах, связанных с повышенным интересом детей к телевизору, компьютеру, планшету и другим гаджетам, побудить родителей к полноценному общению со своими детьми и совместному проведению с ними свободного времени.

**Задачи:**

- активизировать родителей, подтолкнуть их к совместной работе, поиску ответов на вопросы, связанные с проблемой экранной зависимости;

- сформировать представление о негативном влиянии компьютерных игр на эмоционально-волевую сферу дошкольника;

- помочь осознать важность поддержания эмоционального контакта, проведения совместного с детьми досуга во избежание развития у них экранной зависимости.

**Оборудование и материалы:** проектор, мяч, заранее подготовленные карточки с вопросами, ручки, буклеты.

**Методы и приемы:**

1. Наглядные
2. Словесные
3. Практические

**Используемые технологии:**

1. Интерактивные технологии
2. Игровые технологии

**Ход лекции:**

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы с вами поговорим о том, как защитить детей от экранной зависимости. Компьютер и другие гаджеты стали привычной и необходимой вещью в нашей жизни. Такое безобидное на первый взгляд занятие, как игра на планшете или просмотр мультфильмов, часто устраивает не только детей, но и родителей. Казалось бы, ребенок не капризничает, не требует родительского внимания к себе, сидит дома, узнает с помощью гаджетов что-то новое, приобщается к современной жизни, управляя электронными устройствами… Однако, такое безобидное на первый взгляд увлечение детей «экранным» времяпрепровождением очень быстро может обернуться и для ребенка, и для его близких весьма плачевными последствиями.

Дело в том, что подобные занятия очень затягивают ребенка и начинают тормозить его нормальное развитие: отвлекают его от того, что ему действительно необходимо постичь в этом возрасте; вызывают нездоровое стремление к неосмысленному получению большого объема разноплановой информации, постоянной смене впечатлений, что негативно сказывается на его нервной системе и поведении; способствуют уходу в виртуальный мир и отрыву от реальности.

С появлением экранной зависимости ребенок утрачивает способность концентрироваться, на каком-либо занятии, теряет интерес к получению той информации, которую ему дают родители и воспитатели. Утрачивает желание овладевать теми или иными навыками, становится неусидчивым и рассеянным. Привыкнув получать постоянную внешнюю стимуляцию через экран, такой ребенок плохо читает и с трудом воспринимает информацию на слух,

Особое внимание со стороны взрослых требует увлечение дошкольников компьютерными играми с сюжетом. Именно они способны сформировать у ребенка устойчивую психологическую зависимость, привести к дезадаптации и нарушению в его психике. Пройти игру для него становится чуть ли не смыслом жизни, а чтобы стать победителем, не всегда подразумевается совершение чего-то важного, доброго, оказание кому-то помощи, практически всегда бывает наоборот (убийство кого-то, разрушение чего-то)

Специалисты выделяют несколько причин возникновения экранной зависимости:

1. Отсутствие контроля со стороны родителей, неумение ребенка самостоятельно играть, организовывать свою игру.
2. Дефицит общения в семье, т.е. стремление заменить компьютером общение с близкими людьми;
3. Родители не осознают взросления ребенка и не изменяют стиль общения с ним
4. Ребенку дома некомфортно, т.к. у него нет личного пространства, где бы он чувствовал себя хозяином;
5. Низкая самооценка и неуверенность ребенка в своих силах, зависимость его от мнения окружающих;
6. Замкнутость ребенка, его неприятие сверстниками;
7. Незнание правил психогигиены взаимодействия с компьютером.

Беспокоится по поводу экранной зависимости стоит в следующих случаях:

- если ребенок много времени проводит за экраном компьютера, телевизора, планшета и прочих электронных устройств, поглощен этим занятием;

- постоянно требует поставить ему мультики или смотрит все подряд;

- постоянно старается улучшить момент, чтобы включить компьютер, планшет или телевизор;

- перестает слушаться родителей (напряжение между ребенком и родителями нарастает);

-постоянно просит скачать новые игры или делает это сам;

- перестает проявлять интерес к обычным играм, прогулкам, творческим занятиям;

-отказывается от приема пищи, чтобы не отрываться от компьютера, телевизора.

При бесконтрольном проведении времени за монитором у ребенка могут появиться следующие проблемы со здоровьем:

1. Ухудшение зрения;
2. Ухудшение осанки;
3. Головные боли;
4. Симптомы хронической усталости;
5. Нарушение сна и аппетита.

Наряду с этим у него возникают проблемы эмоциональной сферы

(страхи, фобии), особенно, если он играет в игры, связанные с насилием, «стрелялками»; наблюдаются различные виды навязчивых действий (ребенок грызет ногти, сосет пальцы, у него поддергиваются некоторые части тела); имеют место психофизиологические реакции (нервный тик, энурез, заикание). В дополнение к этому у зависимых детей возникают социальные проблемы: они испытывают трудности в общении со сверстниками, становятся замкнутыми, грубыми.

**Профилактика экранной зависимости:**

1. Введите четкий режим. Общение с компьютером для дошкольника –

20-30 минут в день. Старайтесь не поддаваться на слезы, капризы и жалобы ребенка. Реагируйте спокойно, терпеливо объясняйте, детей помладше отвлекайте другими занятиями.

1. Поощряйте и хватите детей. Именно в этом скрыт один из волшебных

ключей, открывающий дверь во внутренний мир наших детей. Не скупитесь хвалить ребенка за вымытую тарелку, умение одеваться или дружную игру с другими детьми. В компьютерные программы для детей заложено очень много поощрений, которые дети не слышат от большинства родителей. Компьютер не устает хвалить малыша, подчеркивает его способность, ум, ловкость, необыкновенность, позитивно реагирует даже на проигрыш и ошибки, в то время как взрослые часто относятся к промахам ребенка противоположным образом – раздражаются, срываются на крик. Относитесь ровно, к успехам в компьютерной игре, ведь поощрение и так уже заложено программой.

1. Родители – образец для подражания. Не нарушайте правила, которые устанавливаете для ребенка. Проанализируйте, не являетесь ли вы сами зависимыми? Курение, алкоголь, телевизор, компьютер? Ваше освобождение – лучший рецепт для профилактики зависимости у ребенка.
2. Контролируйте занятость ребенка. Приобщайте к домашним обязанностям. Культивируйте семейное чтение. Играйте в настольные и другие игры.

Уважаемые родители, а сейчас мы закрепим с вами ту информацию,

которую вы только что получили.

Давайте мы поиграем в командах. Для этого сначала рассчитаемся

на «мышку», «флешку» и «планшет» и соответствующим образом поделимся на три команды с соответствующими названиями. Каждая команда выбирает себе капитана и они подойдут ко мне.

Командам раздаются листочки с заданием.

**Задание первое:**

- команды должны придумать или вспомнить часто возникающую проблемную ситуацию, связанную с игрой на компьютере, планшете и т.д.;

- сконструировать проблемную ситуацию, связанную с увлечением ребенка просмотром телепередач, и найти выход из нее;

- перечислить признаки экранной зависимости.

После обсуждения вопроса в командах капитаны приглашаются к педагогу-психологу и зачитывают ответы.

**Задание второе:** вопросы командам:

1. Какие проблемы со здоровьем могут возникнуть в эмоциональной сфере, социальной сфере, сфере общения?

**Задание третье:**

Уважаемые родители, предлагаю, всем встать в круг. Мы с вами будем перекидывать друг другу мяч, т те, в чьих руках он будет оказываться, должны поочередно говорить: «Экран – это плюс, потому что… Экран – это минус, потому, что…»

**Задание четвертое:** Сейчас мы с вами рассчитаемся на «родителя, «ребенка», «Педагога» и разделимся на соответствующие команды. Команды выберут себе капитанов, которые подойдут ко мне.

Задания:

- команде педагогов – расскажите, как можно использовать компьютер, привлекая детей к полезной, продуктивной деятельности совместно со взрослым.

- команде родителей – расскажите, каким образом можно организовать досуг ребенка, чтобы это времяпрепровождение сталь альтернативой занятиям с компьютером, планшетом, телевизором.

- команде детей – расскажите, во что бы вам хотелось поиграть, чем бы позаниматься с мамой или папой (кроме компьютера, планшета, игровых приставок).

Примечание: ответы должны состоять не менее, чем из пяти пунктов.

**Рефлексия:** Уважаемые родители, спасибо вам большое за участие. Поделитесь пожалуйста, своими ощущениями и впечатлениями.

- что нового вы узнали на этой встрече?

- Что было для вас интересным и полезным?

- Какие трудности вы испытывали?

Уважаемые родители!. В использовании современных гаджетов, несомненно, есть масса положительных сторон. Мы с вами рассмотрели все плюсы и минусы экрана в жизни наших детей и понимаем, что без этого жизнь невозможна. Хорошо, что наши дети легко и быстро осваивают компьютерную технику, а наша с вами задача заключается в том, чтобы сделать компьютерную технику помощником и союзником в их воспитании и развитии. Делать это нужно грамотно, продуманно и дозировано, и, конечно, же мы должны уделять больше времени общению с детьми, чаще проводить с ними совместный досуг. Желаю всем вам обязательно достичь успехов в воспитании детей и чаще радоваться этому.

**Список используемой литературы**

1. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования
2. Справочник педагога-психолога №6, 2014; М:, изд. ЗАО «МЦФЭР»
3. Справочник педагога-психолога №4, 2016; М:, изд. ЗАО «МЦФЭР»