

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования
город Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 206»

350916, Российская Федерация, Краснодарский край, г.Краснодар, Прикубанский внутригородской округ, ст.Елизаветинская, ул.Красная,34.

Тел/факс: 229 12 61. Электронный адрес: detsad206@kubanet.ru. Сайт: ds206.centerstart.ru

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Правила пользования планшетами для детей»

Подготовила
воспитатель Черепица О.В.

Краснодар

2021

Рекомендации по использованию планшетов

Необходимо заметить, что часть детей, участвующих в исследовании, познакомилась с играми на планшете только в детском саду, а другие дети (примерно половина) уже играли на планшетах дома.

Сегодня электронные планшеты имеются во многих семьях с детьми. Однако не все родители, а тем более дети, соблюдают правила их безопасного использования.

Во-первых, следует напомнить, что зрительный анализатор (глаз ребенка) формируется в среднем до 10 лет, и зрение дошкольника еще не готово к восприятию мелких деталей. Экран планшета влияет на зрение гораздо сильнее, чем экран телевизора. При этом офтальмологи отмечают тревожное состояние зрения современных детей, называют стремительное и массовое ухудшение зрения «эпидемией миопии». Поэтому детям в возрасте до пяти лет не рекомендуют пользоваться мультимедийными устройствами. Не стоит мешать ребенку познавать мир постепенно и без участия виртуального сопровождения.

Во-вторых, многие из нас не раз замечали, как дети увлекаются возможностями компьютерной техники. Глядя в яркий экран, ребенок забывает об окружающем мире и о времени. Поэтому взрослым стоит либо самим ограничивать продолжительность игр ребенка на планшете, либо устанавливать таймер, предварительно договорившись с ребенком, что как только прозвучит сигнал, означающий окончание отведенного времени, планшет должен быть отложен в сторону. Всегда нужно оговаривать точное время окончания игры и четко соблюдать эту договоренность.

В-третьих, важно контролировать не только время, но и содержание игры. Хорошо известно и подтверждено результатами научных исследований, выполненных специалистами лаборатории гигиены обучения и воспитания детей и подростков, что самыми утомительными для детей являются игры с навязанным темпом игровой деятельности, рассчитанные на быстроту реакции. Для детей эти игры привлекательны острыми ощущениями и яркими эмоциями. Однако психика детей неустойчива, поэтому чрезмерное увлечение такими играми может стать причиной очень тяжелых последствий: повышенной возбудимости, агрессивности, нарушения сна. Необходимо внимательно выбирать компьютерные игры, оценивать не только их содержание и характер игры, но и цветовое решение, размер изображений.

В-четвертых, одним из существенных преимуществ планшета по сравнению со стационарным компьютером является его компактность. Планшет можно взять с собой куда угодно, но в этом и кроется опасность. Дети могут смотреть мультфильмы, играть в игры на планшете лежа на кровати или сидя в неудобной позе. Поэтому необходимо контролировать положение ребенка, работающего с планшетом, и соблюдать основные правила безопасного использования.

Тем не менее время покажет, каким будет поколение детей, развитие которых происходило на фоне раннего и активного использования различных электронных гаджетов.

Правила безопасного использования электронных планшетов

Для того чтобы занятия с планшетом не причиняли вреда здоровью ребенка, нужно соблюдать следующие правила:

- планшет должен располагаться на столе, размеры стола и стула должны соответствовать росту ребенка;
- ребенок должен правильно сидеть за столом: не сутулиться, не класть ногу на ногу, не задирать голову;-
- экран планшета должен располагаться в 30–40 см от глаз ребенка и лучше всего под углом 10–20 градусов так, чтобы взгляд на дисплей падал сверху вниз;
- размер экрана планшета должен быть не менее 10 дюймов. Использовать для занятий дошкольников мобильные телефоны, смартфоны и другие электронные устройства с маленькими экранами недопустимо;
- во время занятия с планшетом в помещении должно быть светло, но при этом необходимо исключить попадание прямых солнечных лучей на экран планшета;
- для профилактики нарушения зрения необходимо проводить с дошкольниками 2-3-минутную гимнастику для глаз — лучше всего в игровой форме;
- нельзя использовать планшет в автомобиле во время движения;
- следует систематически протирать экран планшета.