

**Занятие с элементами тренинга**  
**«Влияние родительских установок на развитие детей.**  
**Гаджет в жизни дошкольника»**



Подготовила: педагог-психолог  
Лужная К.И.

2021 г.

**Цель:** сформировать у родителей (законных представителей) представление о влиянии компьютерных игр на психику и поведение ребенка; сформировать психологическую установку на снижение отрицательного воздействия компьютерных игр на дошкольника.

**Необходимые материалы:** фотография с изображением пустой комнаты на экране проектора для упражнения «Метафора-рисунок», листочки бумаги и карандаши по количеству участников.

### **Ход занятия:**

#### **1. Игра «Испорченный телефон».**

Цель: включение родителей (законных представителей) в групповую работу.

Педагог передает последнему участнику задуманное слово – «гаджеты», а воспроизводит услышанное первый участник.

#### **2. Беседа с родителями «Дошкольник и гаджеты».**

Цель: дать представление о влиянии компьютерных игр на психику и поведение ребенка.

Уважаемые родители, как вы считаете, влияют ли телефоны, планшеты, компьютеры и другие гаджеты на здоровье детей?

- Если ребенок часто сидит в интернете или играет в компьютерные игры, - это чревато ухудшением зрения:

- синдром «сухого глаза» (*из-за постоянной концентрации внимания человек перед монитором реже моргает, появляется ощущение сухости или «песка» в глазах*);

- близорукость (*если ребенок систематически держит экран на маленьком от себя расстоянии*).

- малоподвижный образ жизни - головные боли (*провоцирует искривление позвоночника, снижается приток насыщенной кислородом крови к головному мозгу*).

- Нанесение ущерба психическому здоровью ведет к отставанию в развитии речи, дефициту концентрации, гиперактивности, восприимчивости информации на слух, резкому снижению творческой активности детей, проявлению жестокости и агрессивности.

- Злоупотребление гаджетами приводит к формированию зависимости.

Компьютерные игры можно вводить только после того, как ребёнок освоил традиционные виды детской деятельности: рисование, конструирование, восприятие и сочинение сказок. И главное – когда он научится самостоятельно играть в обычные

детские игры (принимать роли взрослых, придумывать воображаемые ситуации, строить сюжет игры и пр.)

- Сколько времени допускается проводить дошкольнику за компьютером?

- Нормы проведения времени ребенком за компьютером без риска для здоровья, при условии 10-15минутного перерыва после 30 минут игры:

- младше 5 лет – не более 10 минут;

- 5-7 лет – 15-20 минут;

- 7-11 лет – 20-30 минут;

- 12-14 лет – 30-45 минут;

- 15-16 лет 1-2 часа

### **3. Упражнение: «Где вы стоите?».**

Цель: Создать условия для самостоятельного анализа ситуации родителями (законными представителями), сформировать у родителей представление о влиянии компьютерных игр на психику и поведение ребенка, психологическую установку на снижение отрицательного воздействия компьютерных игр на дошкольника.

В одной стороне комнаты расположен знак «+», в другой «-». Педагог читает утверждения. Те, кто согласен с данным утверждением, встают на ту сторону, где расположен «+», кто не согласен, туда, где «-». Участники должны обосновать свой выбор.

*Утверждения:*

- Чем позже ребенок в своей жизни познакомится с компьютерными играми, тем лучше;

- Компьютерные игры должны быть способом поощрения за достижения, успехи;

- Ребенка нужно обязательно ограничивать в использовании компьютера;

- Компьютерные игры развивают умственные способности ребенка;

- Компьютерные игры мешают социализации детей (они не учат общению, а наоборот препятствуют ему);

- В компьютерных играх нет абсолютно ничего плохого.

### **4. Упражнение: «Выявление зависимости у ребёнка».**

Цель: дать психологическую установку на снижение отрицательного воздействия компьютерных игр на дошкольника.

Как же определить, где та грань между здоровым интересом и зависимостью от гаджетов. Понять это несложно, понаблюдав за поведением ребенка и ответив на такие вопросы:

- Сколько по времени ребенок играет в компьютерные игры? Если больше часа в день – стоит задуматься.
- Может ли ребенок занять себя игрой без компьютера или планшета?
- Насколько легко можно отвлечь ребенка от компьютера, позвав его кушать, играть или спать?
- Любит ли ребенок рисовать на бумаге, читать книги или слушать мамино чтение либо же всему этому предпочитает компьютер?
- Может ли ребенок провести один или несколько дней, ни разу не заглянув в компьютер?

### **5. Упражнение: «Метафора-рисунок» (см.приложение).**

Цель: создать условия для самостоятельного анализа проблемы через рассматривание фотографии пустой комнаты.

На экране представляется картина - пустая комната.

Вопросы для рассуждений (*высказываются желающие*):

- Какое впечатление у вас от этой картинки? Какие эмоции она вызывает?
- Какие ассоциации появляются у вас, когда вы смотрите на эту пустую комнату?
- Если бы вы оказались там, чтобы вы сделали?
- Можно ли жить в этой комнате? Чего в ней не хватает?

Впечатление от этой картины может быть, как отрицательным: *там пусто, неуютно, хочется заполнить чем-то*, так и положительным: *что-то новое, чистое, пространство для творчества*.

**- Какую аналогию можно провести между этой картиной и воспитанием детей, какие выводы сделать?**

Ответы родителей могут быть такими:

Жизнь ребенка не может быть пустой, она обязательно будет наполнена эмоциями, событиями. Без этого, как без мебели в комнате ребенок жить не может. Родителям необходимо направить ребенка в позитивное русло.

## **6. Упражнение «10 способов».**

Цель: создание условий для выхода от компьютерной зависимости.

Необходимо придумать не менее 10 способов, как отвлечь ребенка от компьютера (*внимание к ребенку, объятия, интересные занятия, посещение кружков, театров, парков развлечений, прогулки, поездки всей семьей, настольные игры, разговоры по душам и т.д.*).

Каждый участник записывает свои 10 пунктов, затем зачитывает их, а остальные родители дополняют свой список понравившимися идеями.

### **Памятка для родителей по использованию компьютера:**

- Определите совместно с ребенком правила использования интернета и компьютера, определите количество времени в день для игры и в последующем неукоснительно придерживайтесь установленных правил.

- Хорошим помощником в этом деле могут стать специальные программы, впускающие пользователя на определенное время и выключающий компьютер после его истечения.

- Предлагайте ребенку различные возможности для развития: спортивные и творческие занятия, чтение, кружки, прогулки и игры на свежем воздухе.

- Если ребенок зависим от социальных сетей, поговорите с ним о чувствах и отношениях между людьми в реальной жизни.

- Берите детей с собой в гости, устраивайте дома вечеринки, поддерживайте ребенка в том, чтобы он заводил реальных друзей и проводил с ними время.

## **7. Упражнения «Продолжи фразу».**

Цель: рефлексия занятия.

Педагог предлагает участникам закончить предложение:

- для меня было важно...
- мне больше всего запомнилось...
- сегодня я для себя уяснила...

# Приложение.

