

**Муниципальное бюджетное дошкольное  
образовательное учреждение  
детский сад № 23 «Ромашка»**

**«Гаджеты и дети»**

Подготовил: педагог-психолог Носкова Т.В.

**2026 г.**



## Основные плюсы

### Образовательные возможности

- Интерактивное изучение букв, цифр, цветов, форм;
- Знакомство с иностранными языками в увлекательной форме;
- Познавательные мультфильмы и фильмы о природе, космосе и т.д.

## Развитие когнитивных навыков

- Улучшение памяти(игры на запоминание);
- Развитие логического мышления (головоломки, сортировка по признакам)
- Тренировка внимания (поиск предметов,прохождение лабиринтов)
- Формирование пространственного восприятия (конструкторы и пазлы в цифровом формате)

## Творческое развитие

- Рисование и раскрашивание;
- Создание простых анимаций;
- Музыкальное творчество;
- Сборка коллажей и фотомоделирование

## Коммуникация и социализация

- Видеозвонки с родственниками, живущими далеко;
- Совместные игры с родителями или старшими братьями и сестрами;
- Дистанционное общение с друзьями (под присмотром взрослых)

## Практические преимущества для родителей

- Возможность занять ребенка в дороге, очереди, во время ожидания;
- Инструмент для обучения правилам безопасности;
- Помощь в формировании режима дня (таймеры, визуальные расписания)

## **Основные минусы**

### **Физическое здоровье**

- Ухудшение зрения;
- Проблемы с осанкой и позвоночником;
- Снижение двигательной активности и риск ожирения;
- Головные боли и нарушение кровообращения

## Психическое развитие

- Задержка речевого развития и коммуникативных навыков;
- «Клиповое мышление» и проблемы с концентрацией;
- Слабое развитие воображения и творчества;
- Трудности с самоконтролем и усидчивостью

## Эмоциональное и социальное развитие

- Нарушение детско-родительских отношений;
- Социальная дезадаптация;
- Эмоциональные проблемы;
- Риск зависимости;
- Нарушение сна;
- Нарушение пищевого поведения

## **Рекомендации для минимизации вреда**

- ✓ **Ограничить время использования гаджетов (детям до 3 лет гаджеты не рекомендуются, 3-4 года- не более 30 минут в день, 5-6 лет- не более 1 часа(с перерывами)**
- ✓ **Избегать использование перед сном (за 1- 2 ч.)**
- ✓ **Контролировать контент;**
- ✓ **Поощрять альтернативные виды деятельности;**
- ✓ **Быть примером для детей**
- ✓ **Установить программы контроля родителей**