

## Убираем гаджеты из жизни ребенка!

### Хвалите!

Часто детки ищут отвлечения в гаджетах, когда думают, что больше у них ничего не получится. Вместе с ребенком найдите интересное творческое занятие и искренне хвалите его за каждый успех. Это отличная мотивация развить свой навык и заменить планшет творчеством.



### Перенесите игру в реальность!



Расспросите у ребенка, кто его любимый герой, что он делает, когда добивается цели. А потом превратитесь в этих героев сами! Можно даже сконструировать костюмы из одеял и плащей, шлемы из картона и мечи из скалок. Главное, чтобы ребенок понял, что в реальности играть гораздо увлекательнее!

### Гуляйте!

Чем больше времени ребенок проводит на свежем воздухе, тем меньше возможности у него есть для того, чтобы пользоваться гаджетом. Несколько дней в неделю попробуйте заменить диванный отдых с гаджетом на активный отдых на воздухе.



### Займите время!



Ребенок может увлечься электронным устройством, если у него много свободного времени, и ему элементарно скучно. Спросите малыша, что ему нравится, и запишите ребенка в нужную секцию или кружок.

### Занимайтесь домашними делами вместе!

Мама любит давать детям в руки гаджеты в те моменты, когда им нужно выполнить работу по дому. Вместо этого попросите малыша вам помочь! Поручите ему несложное задание: подмести пол, протереть стол, помыть фрукты и овощи. Во время



домашних дел общайтесь на разные темы, рассказывайте интересные истории – ребенок обязательно вовлечется в процесс!

### **Сидите в гаджетах вечером!**



Если ребенок видит, что вы сами не прочь уткнуться в экран на часок-другой, то у него будет возникать точно такое же желание. Пользуйтесь компьютером, планшетом и смартфоном после того, как дети лягут спать.

Учитель-дефектолог  
Фадеева З.Э.