

Шпаргалка
для родителей и педагогов

Шесть вариантов, чтобы снизить зависимость ребенка от социальных сетей

Секции. Запишите ребенка в спортивную секцию или предложите заняться творчеством: художественная или музыкальная школа, театральная студия. Предварительно вместе обсудите его предпочтения.

Домашние дела. Определите для ребенка домашние обязанности, ориентируясь на его возраст.

Семейный досуг. Составьте список интересных мероприятий для всех членов семьи. Это могут быть прогулки, выход в театр, музей, библиотеку. Приготовьте вместе с ребенком обед или ужин. Будьте для ребенка источником интересной информации.

Настольные игры. Купите ребенку настольные игры или изготовьте их вместе из подручного материала.

Домашний питомец. Животное не только отвлечет его от гаджета, но и поможет воспитать самостоятельность и чувство ответственности.

Рисование. Нарисуйте вместе правила игры с гаджетами. Сформулируйте и нарисуйте вместе с ребенком правила пользования гаджетами для всех членов семьи.