



10 «ВИТАМИНОВ» ОТ ЭКРАННОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Увлечение детей гаджетами и интернетом бессмысленно запрещать – его стоит направлять, искать противовес, ставить разумные границы.

1. **Перестаньте воевать.** Попробуйте понять и договориться.
2. **Найдите, за что можно уважать** данного конкретного «злостного игромана».
3. **Постарайтесь быть авторитетом** для детей. Учитесь этому у лучших педагогов и Ваших коллег.
4. **Живите сами интересно!** Увлекайтесь, интересуйтесь новинками, будьте в курсе.
5. **Направляйте интерес** детей к гаджетам в разумное русло. Открывайте детям полезные возможности Интернета, обменивайтесь опытом, рекомендуйте интересные сайты.
6. **Обсуждайте тему с учениками,** пусть она станет предметом их исследования, социального или научного проекта.
7. **Аргументируйте и дипломатично убеждайте.** Диспут – лучшая форма для работы с подростками. С младшими школьниками говорите о вреде перегрузок для зрения и нервной системы.
8. **Помогайте детям находить эмоциональный баланс** в реальной жизни, а не в виртуальном мире. Привлекайте на помощь психологов.
9. **Прививайте информационную культуру** – умение искать и фильтровать информацию, оценивать достоверность источника, соблюдать правила Интернет-безопасности.
10. **Создавайте ситуации успеха** для каждого ребенка: дети, не слишком проявляющие себя в учебе, могут показать себя в спорте, школьных праздниках, творческих проектах, волонтерской деятельности...



**Можно бороться с болезнью,
а можно наращивать здоровье.
В теме экранной зависимости –
второе намного эффективнее!**