**Консультация для родителей**

**«Как уберечь ребенка от интернет - зависимости»**



 Современный мир постепенно, но уверено перемещается в интернет-пространство. Люди все больше времени проводят в сети, все реже общаются, многих с головой затягивает в игры и соцсети. И если даже взрослому человеку тяжело отказаться от интернета, то ребенку и подавно. Как же выстроить жизнь малыша, чтобы не потерять его в компьютере?

· **Начинайте с себя**

Подумайте, достаточно ли времени вы ежедневно уделяете своему чаду, ему точно этого хватает и он не чувствует себя обделенным вниманием? Родители, которые увлечены только карьерой и личной жизнью вряд ли смогут уловить момент, когда ребенку станет интереснее и веселее в интернете, чем с ними. Поэтому мамы и папы возьмите на вооружение несколько советов:

·  **Проявляйте искренний интерес к делам ребенка**, интересуйтесь его жизнью и мировоззрением. Для этих целей заведите полезную привычку устраивать совместное чаепитие с откровенными разговорами и обсуждение всех проблем.

· **Займите досуг малыша чем-либо интересным**. Запишите его в секцию или кружок, только такую, о которой мечтает ребенок, а не вы считаете нужным.

· **Дозируйте время, проведенное у компьютера**, поставьте родительскую защиту, проверяйте на какие сайты заходит ваше чадо. Последнее особенно важно, потому что в первую очередь затягиваю игры.

· **Старайтесь проводить выходные всей семьей**, посещая интересные места или выезжая загород.

·  **Уделяйте достаточно времени путешествиям**. Пусть они будут небольшими, но регулярными.

·  **Привлекайте свое чадо к домашним делам**, просите помогать в каком-либо вопросе и обязательно благодарите, независимо от результата.

· **Если ребенок время от времени играет в какие-нибудь интернет-игры, не стоит его за это ругать**, главное, чтобы это было не регулярное проведение всего досуга, а игры не несли в себе агрессивность, насилие и жестокость. Категорически запрещать вообще не рекомендуется. Все детки таковы: что нельзя того больше всего и хочется, поэтому не нужно заострять внимание на проблеме «все компьютерные игры – зло».

·  **Поощряйте общение с друзьями.** Предлагайте ребенку пригласить их в гости, устраивайте маленькие детские посиделки и праздники.

Все вышеперечисленное нужно начинать делать задолго до того, когда проблема уже возникнет и будет требовать решения. Если с детства у ребенка будет широкий круг интересов, много различных занятий и хороших друзей, интернет-зависимости не будет.

Подготовила

воспитатель группы №12

Боронина О.В.