**Консультация для родителей**

**«Что такое социальные сети для детей?»**



**Социальные сети для детей – это**

*Источник новой информации.* Социальные сети заменяют ребёнку телевизор, книги, общение в режиме реального времени.

*Место для общения.* В социальных сетях у ребёнка появляются новые знакомства. Появление виртуальных друзей чаще всего происходит у детей, у которых возникают трудности социализации в реальном мире.

*Платформа для самовыражения.* В социальных сетях ребёнку проще получить признание и самовыразиться. Выложил фотографию, видео в социальной сети – получил «лайк». Таким образом, ребёнок самоутверждается. Особенно это характерно тревожным, с низкой самооценкой и неуверенным в себе детям.

*Зона для развлечений.* Дети находят интересные для себя видео, просматривают их, играют в онлайн-игры, создают мемы. Соцсети помогают дошкольникам расслабиться, снизить эмоциональное напряжение.

*Ресурс для развития.* Социальные сети – это место для интерактивного обучения детей. В ходе такого обучения ребёнку проще выполнить неинтересные для него задания. Интерактивность помогает повысить мотивацию ребёнка выполнить сложные задания.

**Как определить** **зависимость ребёнка от социальных сетей.**

* Эмоциональная нестабильность: часто меняется настроение;
* Появляется вербальная и физическая агрессия, когда не получается выйти в интернет;
* Ребёнок нарушает привычный режим сна и отдыха;
* Снижается аппетит;
* Ухудшается зрение;
* Речевое развитие не соответствует возрастной норме;
* Появляются вредные привычки;
* Отказывается от реальной действительности: игровой, познавательно-исследовательской, двигательной, коммуникативной.

**Как снизить зависимость ребёнка от социальных сетей.**

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

*Домашние дела.* Определите для ребёнка 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 ребёнком обед или ужин. Будьте для ребёнка источником интересной информации.

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

*Домашний питомец.* Животное не только отвлечёт его от гаджета, но и поможет воспитать самостоятельность.

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

Успехов вам!