

スマホに子守りをさせないで

* 子どもの脳や体は発達する時期が決まっていますが、その時期にスマホを与えてしまうと適切な経験が積めずに発達に悪影響を及ぼします。

* スマホによる疑似体験は経験にならないと言われています。

例えば…

アプリの積み木は指先で積めますが、本来積み木を積むには、持ち方、手の感触、視覚で距離を測る、力加減、手を挙げる高さなど様々な感覚を駆使しています。

* 低年齢で使用を開始すると依存しやすくなります。



分かっている影響

- ・ 睡眠の質が悪くなる
- ・ ことばが遅れる
- ・ コミュニケーション力の遅れ
- ・ 運動不足による体力の低下
- ・ ボディイメージの未発達
(不器用、ぎこちない動き、力加減が悪い、怪我が多い)

スマホの使い方を検討しましょう！
お子さんの発達を促すためには、日頃の関わりや遊びが大切です。

