

РЕБЕНОК И ГАДЖЕТЫ: ПОЛЬЗА ИЛИ ВРЕД

Жизнь современного человека уже не представляется без таких вещей, как планшет,



телефон, компьютер. Дети, наблюдая за жизнью взрослых, с пелёнок начинают интересоваться гаджетами: раз мама и папа так много внимания уделяют этим вещам, значит, они действительно интересны. Отношение родителей к внедрению гаджетов в жизнь ребёнка неоднозначное: одни активно их используют, другие настойчиво пытаются оградить чадо от современных веяний.

ПЛЮСЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ГАДЖЕТОВ:

- ✚ Способ временно занять ребёнка в «полевых» условиях. Дети достаточно тяжело переносят длительное ожидание в очередях, дальнюю дорогу, стояние в пробках. Игрушки, книги, фломастеры и альбом далеко не всегда могут оказаться под рукой, а вот с гаджетами взрослые не расстаются, и тут они будут очень кстати. Смартфон или планшет с мультиками, играми или интересными приложениями помогут скрасить ребёнку томительные минуты и часы.
- ✚ Развитие познавательных процессов и получение новых знаний. Некоторые компьютерные игры и приложения действительно способствуют развитию внимания, памяти, логического мышления, учат читать, считать, рисовать.
- ✚ Так же существуют познавательные мультики, которые позволяют ребёнку получить новые знания об окружающем мире.
- ✚ Кроме того, специальные приложения даже помогают заниматься спортом. Вы с лёгкостью найдете тренировочные видеоуроки для ребенка или для всей семьи, где уже будет подобран комплекс упражнений. Их нельзя рассматривать как полноценную замену спортивным секциям, но они прекрасно подходят для проведения утренней гимнастики и разминки в течение дня.



МИНУСЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ГАДЖЕТОВ

- ✚ **«ОДНОБОКОСТЬ» РАЗВИВАЮЩЕГО ЭФФЕКТА.** Для ребёнка раннего возраста, у которого образное мышление ещё только формируется, развивающий эффект от мультиков и передач стремится к нулю. Когда ребёнок активно осваивает мир предметов, важно, чтобы у него были задействованы все каналы восприятия. Чтобы понять, что кубик квадратный, а мяч круглый, ему недостаточно увидеть изображения – обязательно нужно потрогать, ощутить ручками грани и рёбра кубика, округлость мяча. В итоге развивающее видео даёт однобокий эффект: формально ребёнок что-то запоминает, но фактически не осваивает информацию глубоко и качественно.
- ✚ **ОТРИЦАТЕЛЬНОЕ ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ И ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ.** В первую очередь речь идёт об ухудшении зрения. Если ребёнок регулярно больше 20 минут в день смотрит в монитор компьютера или экран телефона или планшета, то через полгода острота его зрения начинает снижаться.
- ✚ Второй аспект негативного влияния на здоровье связан с тем, что дети, проводящие много времени за играми и мультиками, гораздо меньше двигаются, а это **ОТРИЦАТЕЛЬНО СКАЗЫВАЕТСЯ НА СОСТОЯНИИ ВСЕГО ОРГАНИЗМА.** Дети за компьютером/планшетом/ноутбуком сидят часто сутулясь, а это провоцирует искривление позвоночника и проблемы с осанкой в будущем.
- ✚ **СНИЖЕНИЕ ТВОРЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ.** Никакие игры и приложения никогда не заменят спонтанное творчество, работу с настоящими материалами и живым цветом. В реальной жизни ребёнок фантазирует. Он клеит, лепит, вырезает, раскрашивает, комбинирует, находит самые неожиданные решения. Виртуальное пространство лишает его творчества, ведь там он может действовать только в рамках опций, предусмотренных производителем программы.
- ✚ **ВЫТЕСНЕНИЕ ИНТЕРЕСОВ, ОТНОШЕНИЙ И ПРИВЯЗАННОСТЕЙ В ВИРТУАЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО.** Это очень серьёзное последствие, и возникает оно только при злоупотреблении гаджетами. Ребёнок буквально выпадает из реальной жизни: все его интересы сосредоточены на виртуальном мире. В этом случае можно говорить о зависимости от гаджетов.

КАК ЖЕ ПРАВИЛЬНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЭЛЕКТРОННЫЕ УСТРОЙСТВА?

1. Многие специалисты считают что, **дети не должны использовать** смартфоны до возраста трех лет. Потом можно постепенно знакомить с ними ребенка.
2. Время **использования гаджетов** ребенком 3-х лет не более 5 -10 минут. Более старший ребенок может **использовать гаджеты** от 1 до 2-х часов в день. Необходимо делать перерывы после 15 - 20 минут игры и чередовать компьютерные игры с другими занятиями.

3. Отложить телефон нужно в момент разговора с родителями, во время еды, выполнения домашних заданий. Иначе ребенок разучится взаимодействовать с окружающими.
4. За час до сна нужно отказаться от **использования гаджетов**. Мозг ребенка обрабатывает полученную информацию чуть по другому чем мозг взрослого, что может привести к проблемам со сном. Многие игры вызывают бурные эмоции, ребенок переживает, возникает стресс. Важно, время перед сном посвятить спокойным играм, чтению.
5. Не забывайте о живом общении с ребенком. Ребенок должен играть и общаться с родителями, а электронные устройства не заменят такого общения!
6. Показывайте личный пример. Не сидите сутками за компьютером или смартфоном.
7. Будьте ближе к ребенку. Можно поиграть в компьютерные игры вместе. Это даст возможность установить дружеский контакт, и контролировать время проведенное за компьютером.



В УМЕЛЫХ РУКАХ ПЛАНШЕТ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАНОВИТСЯ ОКНОМ В МИР НОВОГО, ИНТЕРЕСНОГО И ПОУЧИТЕЛЬНОГО. В ДРУГИХ ЖЕ СЛУЧАЯХ ОН МОЖЕТ ПРЕВРАТИТЬСЯ В УСТРОЙСТВО ДЛЯ ДЕГРАДАЦИИ И ПСИХИЧЕСКОГО РАССТРОЙСТВА. ЧЕМ ПЛАНШЕТ СТАНЕТ ДЛЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА — ЗАВИСИТ ОТ ВАС.

