

## **Современные гаджеты в жизни ребенка - дошкольника**

Современный мир невозможно представить без компьютеров, планшетов и смартфонов. При чем, ими пользуются не только взрослые, но и все больше маленьких детей. Уже с рождения наши дети привыкают к ним. Цели, по которым взрослые дают телефоны детям могут быть разными - для развития ребенка, для того, чтобы отвлечь его, посидеть в тишине, в больших очередях. Но не все родители соблюдают меру и контролируют, просматриваемый ребенком контент.

А может ребенка вообще не стоит знакомить с виртуальным миром и техническими возможностями до школы? Конечно - в современных реалиях это неразумно и бессмысленно. Уже в начальной школе детям желательно уметь пользоваться компьютером, особенно актуально это в режиме дистанционного обучения.

### **Но чем же вредны - гаджеты?**

**1. Нарушается эмоциональный контакт с близкими людьми, дети недополучают живое общение.** Вам надо приготовить покушать, сделать уборку? Не спешите включать ребенку мультики, блогеров и бесполезные игры. Пригласите ребёнка помочь вам, совместное времяпровождение сблизит, ребенок почувствует себя нужным и будет счастлив сделать что-то новое. Пусть это и займет время.

**2. Отставание в развитии речи.** Овладение речью происходит только в живом, непосредственном общении, когда ребенок не только слышит чужие слова, но и отвечает другому человеку, вовлечен в диалог. Речь ребенка должна сопровождаться с реальными практическими действиями, просьбами и чувствами.

**3. Ребенок становится более жесток и агрессивен.** Конечно, и раньше дети дрались, но из-за влияния игр и видео, у них теряется чувство меры. Причинить кому-то боль и страдание становится привычным, теряется сопереживание, жалость, ребенок не может понять последствий от своих действий.

**4. Снижается фантазия и творческая инициатива.** Чтобы придумать реальную игру, нужно приложить усилия, пойти на контакт со сверстником, найти тему для беседы и обсуждения. С гаджетами не нужно придумывать свой воображаемый мир, гораздо проще нажать кнопку и действовать по готовому сценарию, и ждать новых развлечений. Виртуальные раскраски, не заменят спонтанное творчество, работу с реальными материалами.

**5. Ухудшается здоровье ребенка.** Во-первых, гаджеты отрицательно влияют на зрение. Это и синдром «сухого глаза», и близорукость. Во-вторых, малоподвижный образ жизни провоцирует искривление позвоночника и проблемы с осанкой. В-третьих, чрезмерное злоупотребление гаджетами может привести к головным болям, поскольку сдавливаются кровеносные сосуды, и приток кислорода к

головному мозгу снижается. Поэтому детям просто необходима двигательная активность и прогулки на свежем воздухе.

**Итак, гаджеты не запрещаем, но необходимо соблюдать ряд правил:**

- Не превышайте допустимого времени нахождения за компьютером/смартфоном. Для каждого возраста оно своё. До трех лет не более 20-30 минут в день, но каждые 10 минут должны быть перерывы. Для более старшего возраста можно увеличить время использования гаджетов. Но не забываем делать перерывы! Ребенку это не понравится, но проявляем твердость и терпение, предлагаем ребенку другие занятия.

- Придерживайтесь возрастных рекомендаций к мультфильмам и играм. Вся информация должна быть понятна для ребенка, помогаем детям осмыслить и усвоить увиденное.

- Служим примером для ребенка. А как часто используете гаджеты Вы? Старайтесь сами не нарушать правила, которые устанавливаете для ребенка.

- Стимулируйте разнообразную деятельность ребёнка. Приобщайте его к домашним обязанностям, чаще гуляйте, играйте настольные игры, ходите на кружки.

Не забывайте, нормальное интеллектуальное и личностное развитие ребенка возможно только в общении с реальными людьми, но грамотное и умеренное использование гаджетов способствует развитию ребенка и поможет ему стать частью современного мира.