



Консультация для родителей

«Дошкольник и гаджеты. Зависимость от гаджетов. Как её избежать?»

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

Современная жизнь «преподнесла» еще одну психологическую проблему — **гаджеты** (от англ. gadget, что обозначает «техническая новинка»). Особенно остро эта проблема появляется у наших детей — **зависимость от гаджетов**.

Отношение **родителей к внедрению гаджетов** в жизнь ребёнка неоднозначное: одни активно их используют, другие настойчиво пытаются оградить чадо от современных веяний.

Не стоит бросаться в крайности. **Гаджеты** должны быть в жизни детей, но дозировано и под **родительским контролем**. Попробуем разобраться, как в данной ситуации сохранить здоровье ребенка и в то же время не обделить его чем-то важным, не препятствовать его развитию.

Рассмотрим подробнее, в чём заключаются плюсы и минусы использования **гаджетов**.

Плюсы использования гаджетов:

1. Способ временно занять ребёнка в «полевых» условиях. Дети достаточно тяжело переносят длительное ожидание в очередях, дальнюю дорогу, стояние в пробках. Смартфон или планшет с мультиками, играми или интересными приложениями помогут скрасить ребёнку томительные минуты и часы.
2. 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.



Многие современные **дошкольные** образовательные организации оснащены планшетами и компьютерами. Существует огромное количество развивающих и обучающих компьютерных программ для **дошкольников**. Это не «ходилки» и «стрелялки», а игры, которые помогают специалистам (*учителям-логопедам, учителям-дефектологам и педагогам-психологам*) развивать способности ребенка и проводить коррекцию нарушенных функций.

Раз уж мы заговорили о том, что **гаджеты** способствуют развитию ребёнка, стоит сказать и об обратной стороне медали.

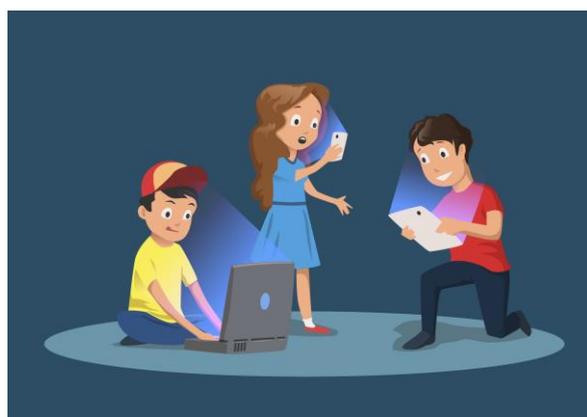
Минусы использования гаджетов:

1. «*Однобокость*» развивающего эффекта. Для ребёнка раннего возраста, у которого образное мышление ещё только формируется, развивающий эффект от мультимедиа 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 ручки грани и рёбра кубика, округлость мяча. В итоге развивающее видео даёт т однобокий эффект: формально ребёнок что-то запоминает, но фактически не осваивает информацию глубоко и качественно.

2. 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 мультимедиами, гораздо меньше двигаются, а это системно сказывается на состоянии всего организма. Дети за компьютером/планшетом/ноутбуком сидят часто сутулясь, а это провоцирует искривление позвоночника и проблемы с осанкой в будущем.

3. 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.



4. 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**. Французские авторы Кристин Керделлан и Габриэль Грезийон в книге «Дети процессора. Как Интернет и видеоигры формируют завтрашних взрослых» отмечают, что электронные игрушки способствуют появлению поколения детей, которые учатся стрелять раньше, чем говорить.

Влияние **гаджетов** на речевое развитие детей.

Исследователями Казанской государственной медицинской академии М. В. Белоусовой, А. М. Карповым, М. А. Уткузовой было проведено анкетирование 180 семей, имеющих детей раннего и **дошкольного возраста**, с целью выявления факторов, влияющих на речевое развитие ребенка. У 50 детей диагностированы проявления общего недоразвития речи (*ОНР*) в сочетании с аутистикоподобными нарушениями. В семьях таких детей наблюдалось неоправданно раннее знакомство ребенка с электронными устройствами (*смартфонами, планшетами*).

В последние годы специалисты и педагоги всё больше отмечают влияние чрезмерного увлечения **гаджетами** на показатели задержки речевого развития: дети позже начинают говорить, мало и плохо разговаривают, их речь бедна и примитивна.

Специальная логопедическая помощь нужна практически в каждой группе детского сада. Как показали специальные исследования, в наше время 45% четырехлетних летних детей страдают нарушением речевого развития. За 20 последних лет число речевых нарушений возросло более чем в шесть раз!

Овладение речью и ее развитие происходит только в живом, непосредственном общении, когда ребенок не только слушает чужие слова, но отвечает другому человеку, когда он сам включён в диалог.

Причём, включён, не только слухом и артикуляцией, но всеми своими действиями, мыслями и чувствами. Для того, чтобы ребёнок заговорил, необходимо, чтобы речь была включена в его конкретные практические действия, в его реальные впечатления и главное – в его общение со взрослыми.

Зависимость от **гаджетов и как её избежать?**

Доктор психологических наук, заведующий кафедрой психологии образования и педагогики факультета психологии МГУ Александр Веракса отмечает, что **дошкольники**, использующие **гаджеты не более часа**, успешнее в своем речевом, эмоциональном развитии, чем сверстники, которые проводят времени существенно больше.

По требованиям СанПиН **дошкольникам** разрешается проводить за компьютером (*планшетом, сотовым телефоном*) не более 10-30 минут в день в **зависимости от возраста**, а малышам до 3 лет - вообще настоятельно не рекомендуется.

Рекомендации педиатров, неврологов, психологов относительно времени, которое дети разных возрастов могут проводить за **гаджетами**, следующие:

детям до 2 лет не стоит давать в руки **гаджеты**;

детям 3-4 лет — 30-40 минут в день (*каждые 10-15 минут нужно делать перерыв*);

детям 5-7 лет — 1 час в день (*каждые 15-20 минут нужно делать перерыв*).

Распознать **зависимость от гаджетов** можно по следующим признакам:

- Ребёнок перестаёт интересоваться реальной жизнью: не играет в игрушки, не стремится к общению со сверстниками.
- Отношения с **родителями** отходят для ребёнка на второй план, и вместо совместного занятия он так же предпочитает проводить время с планшетом или компьютером.
- Попытки ограничить время за играми и мультиками вызывает бурный протест и истерику.

Чтобы не допустить **зависимости от гаджетов** и снизить их негативное влияние, важно использовать их с умом и придерживаться следующих правил.

1. Не допускайте превышения допустимого времени нахождения за компьютером/планшетом. Возможно, ребёнок будет протестовать, но **родителям** стоит проявить твёрдость. Не забывайте, что вы – взрослый человек, и ответственность за жизнь и здоровье маленького существа лежит на вас.

2. Подавайте пример. Всем **родителям известно**, что в своем поведении ребенок ориентируется в первую очередь на **родителей** — это касается и пользования **гаджетами**.

3. Придерживайтесь возрастных рекомендаций к играм и мультфильмам. Не стоит перегружать ребёнка той информацией, которую он не сможет воспринять.

4. Найдите увлечение для ребенка.

Пока малыш занимается тем, что ему действительно интересно, он не вспоминает о смартфоне, телевизоре или компьютере. Поэтому постарайтесь найти какое-нибудь полезное увлекательное. Отправьте его в кружок по рисованию или на шахматы (это не только пара часов в классе, но еще и домашние задания, дома можно лепить из теста, играть с кинетическим песком, раскрашивать, собирать пазлы и многое другое. Попробуйте плавание или спортивные игры - подойдет любая активность. Ваша цель, чтобы кроха с трудом мог вспомнить, куда и когда положил **гаджет**.

5. Не используйте **гаджеты чтобы «отделаться»** от ребёнка без особой надобности. В каких-то ситуациях они действительно – спасение, но если мама, к примеру, собирается готовить обед или заниматься домашними делами – лучше включить ребёнка в этот процесс, чем включить ему мультик.

Таким образом, **родителям важно не допустить**, чтобы **гаджеты** в жизни ребёнка стали источником проблем. Грамотное и умеренное использование **гаджетов** действительно будет способствовать развитию ребёнка и поможет ему шагать в ногу со временем.

Парадокс! некоторые мамы и папы могут три часа просидеть в Интернете, читая советы по воспитанию детей или проводя время на форумах, посвященных этим вопросам, при этом их собственное чадо мается бездельем где-то неподалеку.