***Гаджеты: польза или вред?***

Современные электронные устройства – в первую очередь это планшеты и смартфоны – не просто активные помощники взрослых. Те, у кого есть дети, не понаслышке знают, насколько просто ребенка занять (особенно это касается тех детей, которые не могут играть одни) подобным гаджетом. Вряд ли отыщется ребенок, который устоит перед динамичными картинками на экране и возможностью поуправлять ими.

Смартфоны и планшеты, особенно вкупе с интернетом, способны оказать большую помощь – кладезь информации в интернете позволяет найти практически что угодно, а развитие мелкой пальцевой моторики и быстрой реакции в играх также способствует формированию определенных способностей ребенка. Ряд приложений в игровой форме способны развивать логику и внимание, формировать навыки чтения и простейшей обработки информации. Плюс ко всему развивается усидчивость, привычка быстро обучаться и т. п.

Однако многие родители категорически против общения своих детей с подобными устройствами. Это, разумеется, тоже перебор. И исключить гаджеты из нашей жизни сейчас, наверное, невозможно. Сами по себе подобные устройства безвредны, но использовать их следует с большой осторожностью.

Дошколята и первоклашки, как правило, любят играть в онлайн-игры, и часто становятся зависимыми от ярких картинок и эффектных звуков. Школьники постарше без проблем находят в интернете рефераты, изложения и т. п. Про книги современные дети уже не думают – все есть в сети.

Мы прекрасно знаем, что все хорошо в меру. Так и с гаджетами.

Следует ограничить время, проводимое ребенком с гаджетом – не более 15-20 минут, проводимых у экрана. При этом необходимо держать спину прямой, а расстояние от глаз должно быть не менее 40 см. Малышам до семи лет лучше гаджеты вообще не использовать – у них завершается процесс формирования бинокулярного зрения, и гаджеты негативно влияют на этот процесс.

Хотите, чтобы ребенок был здоров? В таком случае слежение за осанкой и глазами со стороны родителей обязательно должно быть. Получается, если следить за ребенком, проблем не должно быть. Так ли это?

Часто, если родители постоянно при делах, способ «на-поиграй-я-пока-занят(а)» очень быстро становится популярным для того, чтобы любимое чадо не мешало работать (или, наоборот, отдыхать). И в этой ситуации нет ничего более опасного, нежели злоупотребление таким решением.

Давайте перейдем к минусам и посмотрим, что перевесит на чаше весов – плюсы или минусы.

Во-первых, частое использование гаджетов приводит к развитию т. н. «клипового» мышления – ребенок часто не в состоянии воспринимать все происходящее на экране полностью, его занимают отдельные кружочки, движущиеся человечки и т. п. И позже учебную информацию ребенок воспринимает кусочками и не может создать полную картину, отсюда и множество трудностей с усвоением школьных предметов. Если то, что отображается на экране, в реальности нельзя попробовать, потрогать (а зачастую так и есть), это также формирует неправильное восприятие мира.

Во-вторых, в отличие от лепки, рисования и т. п. фантазия ребенка в играх ограничена разработчиком. Изо всей самостоятельности только управление кнопками, а в детском возрасте, как понимаете, без фантазии никак. Используя уже готовое разработчиком, ребенок привыкает к тому, что нужно только смотреть, т.е. потреблять то, что тебе дают. Думать тут не надо. И это входит в привычку – быть просто потребителем, воспринимать все за чистую монету. А это, как вы понимаете, негативно сказывается не только на учебе.

В-третьих, при перенапряжении глазных яблок, затекании шеи происходит нарушение кровотока, и ребенок становится раздражительным, отказывается делать уроки, гулять и т. п. Про книги даже и думать нечего.

По исследованию ученых, дети (и не только), часто использующие гаджеты в жизни, более приспособлены к оперативному анализу, выискиванию необходимой информации. Но это умение – точечное («клиповое»). Такие дети способны быстро решить поставленную задачу без какой-либо детализации, обрабатывать ряд параллельных задач с потерей качества работы. Во взрослом возрасте это означает очень простую вещь: взамен качеству приходит на смену скорость (и это проявляется во всем – и на работе, и в быту).

В-четвертых, если ребенок не может несколько дней подряд прожить без какого-либо гаджета, у него ухудшаются отношения со взрослыми, снижается успеваемость – это серьезный повод задуматься над тем, чтобы ограничить его общение с электронными устройствами. Кстати, телевизор тут не является исключением, и даже, более того – на информацию по ТВ ребенок вообще никак не способен повлиять (детский мозг, как губка, впитывает и хорошее, и плохое с экрана), а последствия те же.

***Несколько простых рекомендаций помогут вам предотвратить негативные последствия при использовании вашим ребенком гаджетов:***

\* Постарайтесь посмотреть на себя со стороны. Не часто ли собственное чадо видит вас с электронными штуковинами?

\* Установите конкретное и точное время, в которое ребенок будет играть в игры или проводить время в интернете. Лучше, если это будет не больше 30-40 минут в сутки.

\* Не позволяйте ребенку пялиться в экран как минимум за 3 часа до сна.

\* Если уж вы не прочь поиграть с ребенком – делайте это полноценно, без смартфона или планшета в руках.

\* Позвольте ребенку включаться в реальные дела – мытье посуды, уборка и т. п. Главное, чтобы вы это делали вместе. Поверьте, дети очень любят чувствовать себя значимыми, воспользуйтесь этим.

И обязательно побольше книг. Ведь книга, как ничто иное, позволяет детям включать настоящие эмоции, сопереживать героям, формировать собственную картину мира, прививать моральные и этические нормы – а это, согласитесь, в разы важнее любых компьютерных навыков, и останется с детьми на всю жизнь.

http://chitalochka-ru.ru/