

## Консультация для родителей

### «Влияние гаджетов на детей раннего возраста»

Влияние гаджетов на ребенка бывает разным в зависимости от возраста. Чем младше ребенок, тем меньше времени необходимо использовать их. До 3 лет ребёнку лучше совсем не использовать гаджеты. В этом просто нет никакой развивающей необходимости. Ведь для маленького ребёнка важно общение с людьми, особенно близкими, исследование окружающей среды.

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. А развивающее видео даёт однобокий эффект: формально ребёнок что-то запоминает, но фактически не осваивает информацию глубоко и качественно. Самое отрицательное влияние гаджетов на детей состоит в том, что они не способствуют их интеллектуальному развитию.

Игры в гаджеты не создают моральную базу – они дают готовую картинку, которая не требует умственного напряжения. Как следствие – малыш ничему не учится. Не нужно забывать и о негативном влиянии на физиологию. Организм человека, особенно растущего, нуждается в движении. Из-за длительного неподвижного состояния ухудшается самочувствие ребенка, происходят сбои в организме, развивается гиподинамия, искривляется позвоночник, а в будущем это проблемы с осанкой.

Многие родители приучают своих малышей к приему пищи под просмотр ярких динамичных изображений, потому что так ребенок «хорошо» ест. В дальнейшем это может привести к пищевым расстройствам, нарушениям в эндокринной системе и непониманию собственных желаний. Часто родители с помощью гаджетов пытаются активно готовить ребенка к школе. Для этого используют планшет и компьютер, в котором находится множество обучающих программ.

Конечно же, в планшетах и компьютерах есть масса полезных игрушек, развивающих мышление дошкольника. Однако, важно помнить, что, несмотря на развитие технического прогресса, люди по-прежнему в школе и на работе большую

часть времени используют реальные предметы, а не виртуальные. Если взять школьное обучение — оно построено на использовании всё той же ручки, карандаша, учебника и тетради. Поэтому ребёнка важно готовить к тому, чтобы он умел пользоваться этими предметами в первую очередь. Никакие игры и приложения никогда не заменят спонтанное творчество, работу с настоящими материалами и живым цветом.

С одной стороны при правильном подборе контента и игр можно многому ребенка научить. С другой стороны, всему этому можно научить и без помощи гаджетов. Есть игрушки, книги и, самое главное, родители и бабушки с дедушками. Живое общение и тактильный контакт сможет заменить игры, но не наоборот.

Что делать? Не стоит оставлять ребёнка наедине с гаджетом надолго. Помните о психогигиене. Рекомендуемое время, которое не стоит превышать ребёнку трех-четырёх лет, проводя за любым экраном — до 1 часа в день; детям пяти-шести лет можно до 1,5 часов в день. При этом нужно учесть, что это совокупное время, которое должно быть разделено в течение дня как минимум на две части. Нельзя использовать гаджет как способ утешения ребенка. Наверняка расстроенный малыш успокоится, если «всунуть» ему гаджет, однако это не решит его эмоциональную проблему, а только закапсулирует ее. К тому же малыш научится использовать свое состояние как способ получения любимой «игрушки». Очень важно показывать ребёнку своим примером грамотное отношение к гаджетам, так как дети всегда хотят походить на взрослых.

Приучайте старшего дошкольника к тому, что использование гаджетов должно быть в целях поиска нужной информации. Важно также помнить, что когда у ребенка есть другие увлечения: посещение секций, кружков, занятий которые нравятся ребенку, то зависимость от электронных устройств не возникнет. Если же родители не хотят уделять ребенку время, заменяют живое общение гаджетами, то надо быть готовыми к тому, что со временем ему может понадобиться психологическая помощь. Если все интересы ребенка сосредоточены только на виртуальном мире, то можно сделать вывод о компьютерной зависимости.