

Родителям стоит встревожиться, если у ребенка нет друзей, а в компании детей он ведет себя скованно.

*На самом деле,  
побочных эффектов  
от использования гаджетов  
избежать несложно!*

- \* Родителям **нужно контролировать количество времени**, которое дети тратят на электронные игры. У ребенка не будет зависимости от них, если у него есть альтернативные интересы (кружки, прогулки, спорт).
- \* А еще не забывайте, что до определенного возраста **главным примером для ребенка являются его родители**. Если мама с папой все свободное время проводят в социальных сетях, то не стоит удивляться, что гаджеты ассоциируются у ребенка с чем-то необычайно важным и увлекательным.

*Желаем успехов!*

## Гаджеты и дети

### «За» и «Против»

Смартфоны, планшеты, ноутбуки и другие электронные устройства прочно заняли место в нашей жизни. Как минимум один гаджет сейчас есть в каждой современной семье. Неудивительно, что дети начинают пользоваться ими раньше, чем говорить и, тем более, писать от руки. Малыши воспринимают их лишь как игрушку, детям постарше они помогают в учебе.

С одной стороны, современные технологии помогают детям развивать внимание, мелкую моторику, способствуют их интеллектуальному развитию. С другой – они нередко отнимают много времени, которого, в итоге, не хватает на активные занятия и развлечения. Давайте разберемся, насколько полезны, и чем вредны гаджеты для ребенка.



## АРГУМЕНТЫ «ЗА»

**Гаджеты – часть технического прогресса.** Компьютерные и интернет-технологии – такая же часть жизни современного человека, как холодильник, метро, самолет и другое. Их предназначение – помогать работать и отдыхать с комфортом. Чем раньше ребенок научится пользоваться этими благами цивилизации с пользой для себя – тем лучше. Так что пусть овладевает новыми навыками.

**Заполняем паузу с пользой.** После появления компьютеров, планшетов, смартфонов родителям больше не нужно ломать голову, чем занять ребенка в очереди в поликлинике или во время длительной поездки. Нет необходимости брать с собой пакет игрушек. Теперь можно просто включить малышу любимый мультфильм или игру. Он не заскучает, интересно проведет время, и не будет мешать окружающим.

**Гаджеты – развивающий инструмент.** Разноцветные пирамидки, кубики, пластилин, краски, машинки, пупсы и другие традиционные детские атрибуты – это не просто игрушки, а средство для физического, социального и интеллектуального развития детей. Также и гаджеты. Когда малыш хаотично нажимает на кнопки, он развивает мелкую моторику и непроизвольно запоминает некоторые буквы и цифры. Когда рассматривает картинки на экране и выбирает мелодию – тренирует зрительное и слуховое восприятие. Важно направить действия малыша в нужное русло. Существует множество электронных игр, которые расширяют кругозор ребенка и помогают ему освоить различные навыки. На роль одной из таких игр подойдет и простейший графический редактор.

**Помощник в учебе.** Электронные устройства способны хранить в себе целую библиотеку. Электронная книжка помогает ребенку получать новые знания так же, как и привычная бумажная. К тому же, не нужно нести тяжелую подборку книг из библиотеки и обратно. Достаточно скачать интересующую книгу из Интернета. Родители могут приучить ребенка к тому, что Интернет – кладезь полезной информации, а не только источник игр.

## АРГУМЕНТЫ «ПРОТИВ»

**Проблемы со здоровьем.** Технический прогресс освободил людей от многих физических нагрузок. Актуальной проблемой человечества стали гиподинамия и ее последствия для здоровья (избыточный вес, сердечно-сосудистые заболевания, слабость мышечной системы).

**Недостаток движения** особенно опасен для растущего детского организма. От длительного сидения на одном месте (а именно этим грозит увлечение гаджетами) нарушается циркуляция крови в ногах, внутренних органах, включая головной мозг. Это плохо сказывается на мыслительных процессах, памяти, концентрации внимания.

Если ребенок предпочитает компьютерные игры подвижным, его мышечная система становится слабой, нарушается осанка (что ведет к нарушению функций внутренних органов и систем), **появляются лишние килограммы.**

Кроме того, детские глаза испытывают колоссальную нагрузку, рано возникают **проблемы со зрением.**

**Эмоциональная зависимость.** Если ребенок проводит слишком много свободного времени с компьютером, планшетом или смартфоном, у него формируется зависимость от них. Постепенно другие развлечения становятся неинтересны. А лишившись любимого электронного устройства, ребенок начинает нервничать и капризничать.

**Источник запретных тем.** Не секрет, что в онлайн-пространстве слишком много вещей, которые не предназначены для детской аудитории. Но для решения этой проблемы существуют программы родительского контроля, которые позволяют закрыть детям доступ к опасному контенту.

**Подменяют реальное общение.** Времяпровождение с гаджетом и виртуальное общение могут мешать осваивать навыки коммуникации, установлению полноценных социальных связей. Вместо того, чтобы заводить реальных друзей и общаться с ними вживую, некоторые дети слишком серьезно воспринимают героев компьютерных игр или «чатятся» с друзьями, хотя могли бы позвонить им или встретиться, пойти гулять и общаться вживую.