

«Современные гаджеты и их влияние на детей»

Подготовил:
педагог-психолог *Домащенко Е.В.*

Компьютер и дети - это тесная связь, которая с каждым годом становится все прочнее, а детки все раньше осваивают современную технику. В некоторых семьях, как только ребёнок научился сидеть, его сажают перед экраном. Домашний экран совершенно вытеснил бабушкины сказки, мамины колыбельные песенки, разговоры с отцом. Экран становится главным



«воспитателем» ребёнка. По данным ЮНЕСКО 93 % современных детей 3-5 лет смотрят на экран 28 часов в неделю, т.е. около 4-х часов в день, что намного превосходит время общения со взрослыми. Это «безобидное» занятие вполне устраивает не только детей, но и родителей. В самом деле, ребёнок не пристаёт с вопросами, ничего не просит, не хулиганит, не подвергается

рisku, и в то же время получает впечатления, узнаёт что-то новое, приобщается к современной цивилизации.

Однако, это, кажущееся безобидным, занятие таит в себе серьёзные опасности и может повлечь весьма печальные последствия.

Так насколько безопасно такое увлечение детей гаджетами? Есть два противоположенных мнения: одни родители-за, а другие категорически против. Истина, как водится, где-то посередине. Поэтому поговорим подробнее о современных гаджетах, о влиянии гаджетов на детей и о плюсах и минусах современных устройств. Минусы, безусловно, есть: во-первых, ухудшается **здоровье**: если ребенок часто сидит в интернете или играет в компьютерные игры, то, **это чревато ухудшением зрения**.



- Возникает синдром «сухого глаза» Это связано с тем, что из-за постоянной концентрации внимания человек перед монитором реже моргает. Дети очень увлечены игрой или просмотром мультфильма, и они забывают о таком простом действии. В результате слезная пленка высыхает и истощается. Появляется ощущение сухости или «песка» в глазах, с которым дети борются своеобразно-начинают тереть их грязными руками, что, в свою очередь, может привести к различного рода заболеваниям.
- **Близорукость**. Если ребенок систематически держит экран на маленьком от себя расстоянии. Глаза вынуждены постоянно повышать резкость изображения, что чревато спазмом зрительных мышц. Оптимальное расстояние между глазами и монитором - 60-70 см
Как утверждают специалисты, у детей в раннем возрасте зрение «садится» очень быстро, примерно, за полгода, а вот восстановлению поддается не всегда. Поэтому родители должны следить, чтобы ребенок не жил

в «обнимку» с гаджетом, а все-таки играл и развивался еще и в реальном мире.

- Еще один минус постоянного общения ребенка с современными технологиями-малоподвижный образ жизни. Дети, которые постоянно играют в планшетный компьютер или ноутбук, практически не двигаются, да и сидят со своими любимыми гаджетами, зачастую, сутулясь. Все это провоцирует искривление позвоночника и проблемы с осанкой.
- Наконец, интерактивные развлечения нередко приводят к **головным болям**, поскольку статичное напряжение, в первую очередь, ощущают мышцы шеи. От этого сдавливаются кровеносные сосуды, и снижается приток насыщенной кислородом крови к головному мозгу. Отсюда и головные боли, которые проходят только после хорошей физической разминки или активной прогулки на свежем воздухе.

Минусы, безусловно, и в **нанесении ущерба психическому здоровью**.

- Во-первых, это отставание в развитии речи. В последние годы и родители, и педагоги всё больше жалуются на 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.



Однако, при чём здесь компьютер или планшет? Ведь ребёнок, сидящий у экрана, постоянно слышит речь. Разве насыщение слышимой речью не способствует речевому развитию? Какая разница, кто говорит с ребёнком-взрослый или герой мультфильма?

Разница огромная. Речь-это не подражание чужим словам и не запоминание речевых штампов. Овладение речью в раннем возрасте происходит только в живом, непосредственном общении, когда малыш 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.

Современные дети в большинстве своём слишком мало используют речь в общении с близкими взрослыми. Гораздо чаще они поглощают телепрограммы, которые не требуют их ответа, не реагируют на их отношение и на которые он сам никак не может воздействовать. Усталых и молчаливых родителей заменяет экран. Но речь, исходящая с экрана, остаётся малоосмысленным набором чужих звуков, она не становится «своей». Поэтому дети предпочитают молчать, либо изъясняются криками или жестами.

- В последнее время педагоги и психологи всё чаще отмечают у детей неспособность к самоуглублению, к концентрации на каком-либо занятии,

отсутствие заинтересованности делом. Данные симптомы были обобщены в картину новой болезни «**дефицит концентрации**». Этот вид заболевания особенно ярко проявляется в обучении и характеризуется **гиперактивностью**, ситуативностью поведения, повышенной рассеянностью. Такие дети не задерживаются на каких-либо занятиях, быстро отвлекаются, переключаются, лихорадочно стремятся к смене впечатлений, однако многообразные впечатления они воспринимают поверхностно и отрывочно, не анализируя и не связывая между собой. Им необходима постоянная внешняя стимуляция, которую они привыкли получать с экрана.

- Многим детям стало трудно воспринимать **информацию на слух** – они не могут удерживать предыдущую фразу и связывать отдельные предложения, понимать, схватывать смысл. Слышимая речь не вызывает у них образов и устойчивых впечатлений. Поэтому им просто неинтересно, скучно читать даже самые хорошие детские книжки.
- Ещё один факт, который отмечают многие педагоги – резкое снижение **фантазии и творческой активности детей**. Дети теряют способность и желание самостоятельно занять себя, содержательно и творчески играть. Они не прилагают усилий для изобретения новых игр, для сочинения сказок, для создания собственного воображаемого мира. Им не интересно общаться друг с другом. Замечено, что общение со сверстниками становится всё более поверхностным и формальным: детям не о чём разговаривать, нечего обсуждать или спорить. Они предпочитают нажать кнопку и ждать новых готовых развлечений. Собственная самостоятельная, содержательная активность не только блокируется, но (!) не развивается, и даже не возникает, не появляется.
- Но, пожалуй, самое явное свидетельство нарастания этой внутренней пустоты – повышение **детской жестокости и агрессивности**. Конечно, мальчишки дрались всегда, но в последнее время изменилось **качество** детской агрессивности. Раньше, при выяснении отношений на школьном дворе, драка заканчивалась, как только противник оказывался лежащим на земле, т.е. побеждённым. Этого было достаточно, чтобы чувствовать себя победителем. В наше время победитель с удовольствием бьёт лежащего ногами, потеряв всякое чувство меры. Сопереживание, жалость, помощь слабому встречаются всё реже. Жестокость и насилие становится чем-то обыденным и привычным, стирается ощущение порога дозволенности. При этом дети не отдают себе отчёта в собственных действиях и не предвидят их последствий.
- И наконец, детские психологи считают, что злоупотребление гаджетами приводит к формированию **зависимости**, когда ребенок все свободное время старается посвящать компьютерным играм и онлайн-просмотру мультиков, отказываясь от других развлечений. Лишившись любимого электронного устройства, дети начинают чувствовать себя некомфортно и капризничать. Но, с другой стороны, такая зависимость появляется только в том случае, если у малыша нет альтернативных интересов. Постоянно находясь дома без определенных занятий, ребенку проще потратить свободное время на компьютер. Но как только появляются

другие развлечения (прогулки, кружки, игры с родителями), он достаточно легко обходится без гаджетов.

Но неужели всему виной экран и компьютер? **Да**, если речь идёт о маленьком ребёнке, не готовым адекватно воспринимать информацию с экрана. Когда домашний экран поглощает силы и внимание малыша, когда планшет подменяет для маленького ребёнка игру, активные действия и общение с близкими взрослыми, он, безусловно, оказывает мощное формирующее, вернее деформирующее влияние на становление психики и личности растущего человека.

Детский возраст – период наиболее интенсивного становления внутреннего мира, построения своей личности. Изменить или наверстать упущенное в этот период в дальнейшем практически невозможно. Возраст раннего и дошкольного детства (до 6-7 лет)-период зарождения и формирования наиболее общих фундаментальных способностей человека. Термин «фундаментальных» здесь употреблён в самом прямом смысле-это то, на чём будет строиться и держаться всё здание личности человека.

Итак, сказанное выше отнюдь не означает призыва исключить компьютер, планшет из жизни детей. Вовсе нет. Это невозможно и бессмысленно. Но в раннем и дошкольном детстве, когда внутренняя жизнь ребёнка только складывается, экран несёт в себе серьёзную опасность.

Просмотр мультиков для маленьких детей должен быть строго дозирован. При этом родители должны помочь детям осмыслить происходящие на экране события и сопереживать героям фильма.

Компьютерные игры можно вводить только после того, как **ребёнок освоил традиционные виды детской деятельности-рисование, конструирование, восприятие и сочинение сказок**. И главное – когда он научится самостоятельно играть в обычные детские игры (принимать роли взрослых, придумывать воображаемые ситуации, строить сюжет игры и пр.)

Предоставлять свободный доступ к информационной технике можно только за пределами дошкольного возраста (после 6-7-лет), когда дети уже готовы к её использованию по назначению, когда экран будет для них именно средством получения нужной информации, а не властным хозяином над их душами и не их главным воспитателем.

Если у вас появятся вопросы, я с удовольствием на них отвечу при личной встрече или на сайте на форуме.

Литература:

<https://nsportal.ru> [Текст]