

Автор-составитель:
инструктор по физической культуре
МАДОУ № 13 «Сказка»
Ермолаева В.В.



ВЛИЯНИЕ ГАДЖЕТОВ НА РАЗВИТИЕ РЕБЁНКА

Ни для кого не секрет, что в наши дни современное общество стало зависимым от **гаджетов**: телефонов, компьютеров, планшетов. За последние 100 лет мир очень изменился. Поменялось все: образ жизни, ценности, приоритеты людей.

Раньше родители переживали, что ребенок сутками пропадает на улице, а теперь все наоборот – переживают, что ребенок не выходит из дома сутками и все время проводит с **гаджетами** в руках.

Казалось бы, ничего ужасного в том, что ребёнок смотрит мультик на телефоне, а его мама в это время может заняться делами. Это вполне нормальная и обыденная ситуация, однако, не стоит забывать, что постепенно у ребёнка вырабатывается зависимость от **гаджетов**, особенно, если не контролировать время общения ребенка с ними.

Ему уже не интересно ни рисовать, ни играть в игрушки, ни общаться со сверстниками. Всем его вниманием завладел телефон, компьютерные игры. И теперь он не может ни есть без него, ни одеваться.

Начинаются капризы, самостоятельность падает, он к ней просто не стремится, а характер существенно портится.

Кроме того личный пример заразителен: если родители сидят дома долго за **гаджетами**, мало уделяют времени ребёнку, то он невольно начинает подражать маме и папе.

Не стоит забывать и про излучение, про мелкие детали, что ребёнок может случайно разбить телефон, пораниться, так что настоящее средство связи не является игрушкой.

Интернет тоже **небезопасен для юного человека**: существуют приложения, завязанные на деньгах, социальные сети, в которых доверчивость может подвести, спам, информация, несущая в себе вред для детей, содержащая контент для старшего возраста, травмирующий психику.



В наше время невозможно оградить ребенка от **гаджетов**, сейчас уже в младших классах ученикам необходимо знать компьютер, а сотовый телефон нужен первоклашкам для связи с родителями. Так что полностью отказаться от электронных устройств у вас не получится, но родители могут либо регулировать и контролировать их присутствие в жизни своих детей, либо пустить ситуацию на самотёк. Однако во

Воспитывать детей нелегко и непросто. А воспитать достойного человека, ещё сложнее, поэтому нужно прилагать усилия, иначе придётся вкушать последствия в будущем.



При разумном подходе использование **гаджетов** детьми не должно стать большой проблемой. Образовательные программы, ограничение по времени, и родительское участие превратят любой девайс из врага, с которым следует бороться, в помощника.

Кроме привычных планшетов и смартфонов, на рынке существует огромное количество **гаджетов**, которые не оказывают отрицательное влияние, но при этом значительно упрощают жизнь мамам и папам. Вот несколько примеров:

-
- A collage of various smart devices including smartwatches, fitness trackers, smart speakers, and smartphones, illustrating the concept of smart homes.

■ Детям постарше можно приобрести электронную книгу. Она не влияет на зрение, а её объём памяти позволяет хранить огромное количество различной литературы.



Отрицательное влияние гаджетов на жизнь ребёнка

Самое отрицательное и пагубное влияние **гаджетов** на детей состоит в том, что они не способствуют их интеллектуальному развитию. Телефоны и ноутбуки негативно влияют на развитие ребёнка. Из-за них у ребёнка не развивается воображение, образное мышление, фантазия, логика, концентрация внимания. Игры в **гаджеты** не создают моральную базу – они дают готовую картинку, которая не требует умственного напряжения.

■ Эмоциональная скупость — это не совсем корректный с точки зрения психологии термин, но как нельзя лучше даёт понимание проблемы вреда **гаджетов** для детей и подростков. Более научное и корректное понятие — «уплощённый аффект», то есть бедность и примитивность эмоциональной сферы. Речь не идет о контроле над эмоциями, этих эмоций просто нет. Тем самым возникают две проблемы:

- ✓ человек не способен адекватно эмоционально реагировать на происходящее;
- ✓ человек не способен понять эмоции и чувства других людей.

■ Ребёнок не учится высказывать своё мнение, не делится переживаниями, не разделяет чью-то боль. Из-за **гаджетов** пропадают социальные навыки, которые так необходимы ребенку в будущем. К тому же общение в социальных сетях и на форумах не дает возможности увидеть подлинную реакцию собеседника. Это значит, что ребёнок забывает подумать о последствиях своих слов и действий, которые могут быть не обратимы и пагубны.



■ Часто, особенно среди детей подросткового возраста, личное общение заменяется виртуальным, живые эмоции и мимика - смайликами и стикерами.

■ Проблема еще в том, что современный ребенок получает в десятки раз больше информации, чем его сверстники 100 и даже 50 лет назад. Чаще всего это информация негативная, хотя позитивная или негативная информация это понятие условное. Имеется в виду, что в большой степени это информация не ведет его к развитию, чаще всего наоборот.

■ К тому же зависимость от **гаджетов** возникает очень быстро. Попытки родителей отвлечь от экрана ребенка заканчиваются плачем и скандалами, ведь отказаться от того, что приносит удовольствие, очень сложно. Сейчас дети чуть ли не с младенчества сидят в социальных сетях. Они так много проводят времени за компьютером, что постепенно «теряются» в «ВКонтакте»



и Instagram. Ребёнок настолько увлечён

виртуальным общением, что забывает о домашнем задании, прогулке во дворе, иногда даже об ужине!

■ Так же в интернете много жестокости. Сайт «Youtube» например, заполнен агрессивными роликами и фильмами ужасов. Другие сайты тоже содержат вредную для ребёнка информацию. Редко, но иногда это влияет на психику ребенка. Он может начать относиться ко всему враждебно. В этом случае задача родителей оградить ребёнка от компьютера или следить за тем, что он ищет в сети.

■ Не следует забывать и о том, что наша психика заточена на то, что негативная информация привлекает внимание быстрее и активнее. Так задумано природой, с целью выживания рода, но с развитием IT-технологий эта особенность психики приносит нам больше вреда, чем пользу. Кроме этого, у ребёнка могут возникнуть проблемы с общением не только с сверстниками но и с родителями. Таким образом, теряется связь между ребенком и родителем, как говорит современная молодежь: «Мы на разной волне», тем самым ребенок перестает быть понятым своими родителями.

Итак, **гаджеты**, несомненно, влияют на всех людей без исключения, но так как психика ребенка еще не сформирована, то влияние **гаджетов** может стать для его психики роковым фактором. Чтобы полноценно развиваться, ребёнку нужно постоянно контактировать с окружающим миром. Такой контакт, включает в себя общение со сверстниками и родителями, развивающие игры, исследование мира дома и природы. Благодаря этим действиям ребёнок получает эмоциональные впечатления, потому что каждое движение он пропускает через себя. Он обдумывает каждую полученную информацию и сохраняет её в своем сознании. А вот различные



девайсы предоставляют детям лишь изображение, которое не может *«поговорить»* с ними. Конечно, развивающие мультфильмы и детские передачи дают малышу полезную информацию, но они не реагируют на конкретного ребёнка, не вызывают у него какого-то действия, а просто гипнотизируют разноцветными образами.

Кроме того, до определенного возраста детей привлекают лишь яркие изображения, которые быстро сменяют друг друга. Малыши не способны усваивать сюжет, воспринимать характеры героев и оценивать их поступки. С таким же успехом можно посадить ребёнка перед стиральной машиной, и он с упоением будет рассматривать крутящийся барабан.

Отрицательное **влияние гаджетов** на детей особенно заметно на примере компьютерных игр. Отсутствие контроля со стороны родителей приводит к тому, что виртуальный мир становится важнее реального. Из-за этого у ребёнка могут возникнуть серьёзные проблемы:

- ✓ Притупление чувства самосохранения;
- ✓ Отсутствие умения мирного разрешения конфликтов;
- ✓ Проявление излишней жестокости;
- ✓ Неспособность к длительным нагрузкам.

Дети, живущие в виртуальном мире, постепенно утрачивают способность отличать правду от вымысла. Они руководствуются моралью выдуманных героев, перенимают навыки компьютерных персонажей и их модель поведения.

Чрезмерное использование любых **гаджетов** ведёт к формированию зависимости. Маленькие дети устраивают истерики, а подростки начинают вести себя



агрессивно, бунтуют или впадают в депрессию.

Но не нужно забывать и о негативном влиянии на физиологию ребенка. Во-первых, это касается отрицательного воздействия на зрение детей. К тому же, дети, которые постоянно проводят время за **гаджетами**, меньше двигаются. А это плохо сказывается на их опорно-двигательной системе. Ребёнок за ноутбуком часто сидит с сутулой

спиной, а это ведёт к искривлению позвоночника.

Родители, помните!

■ Вы должны дозировать время, которое ребёнок проводит за электронными устройствами, то есть, ограничьте период времени, проведённый за компьютером.

■ Следите за тем, чтобы малыш больше двигался. Придумайте совместное занятие: прогулка по городу или приготовление ужина, чтение книжки с картинками или сделайте какую-нибудь поделку с ребенком. Нужно больше времени уделить ребенку и тогда у него не останется времени для девайсов. А часы, проведённые с семьёй, всегда лучше часов, проведённых за ноутбуком, в виртуальной реальности.

■ Если хотите вырастить по-настоящему умного человека, контролируйте использование цифровых устройств. Старайтесь соблюдать баланс, не допускайте бездумного списывания или нажатия на кнопку.

■ Вред **гаджетов** для детей можно уменьшить, научив их думать, размышлять над увиденным или прочитанным.

