

РЕБЕНОК И ГАДЖЕТЫ

Информация для родителей

Сегодня трудно представить жизнь человека без телефона и других гаджетов. Телефон сейчас это не только как средство связи, это и средство хранения информации и выполнения многих повседневных функций.

Многие родители считают телефон/планшет также одним из средств развития ребенка. Им кажется, что ребенок учится чему-то новому, у него воспитывается усидчивость. Поэтому, вернувшись вечером домой, родители с легкостью дают ребенку гаджет, а сами занимаются своими делами.

Сейчас повсеместно можно увидеть ребенка с гаджетом в руках: в транспорте, в очереди к врачу, на площадке и т.д.

Иногда планшет – это отличная палочка-выручалочка, которая помогает нам выкроить хоть полчаса свободного времени, но ни один гаджет не может, и не должен, заменять живого общения с семьей и друзьями.



Нужно помнить, что чрезмерное использование гаджетов детей не успокаивает, а, напротив, делает более возбужденными и даже агрессивными: так мозг реагирует на визуальный раздражитель.

Ребенок не в состоянии самостоятельно оценить точность, правдивость, уместность и, в первую очередь, безопасность информации, к которой имеет свободный доступ. Жестокость, психозы, тревожность – вот только несколько последствий неконтролируемого пользования гаджетами.

Ребёнок, в отличие от взрослого, не в состоянии понять, почему он не может отказаться от гаджета. И, если не установить правила пользования гаджетом, у него может сформироваться зависимость. А уже отсюда – тревожность из-за страха лишиться телефона, планшета непонимание, чем себя занять. Чем больше времени ребенок проводит за телефоном/планшетом, тем сложнее потом его от него «оторвать». Ребенок теряет чувство реальности, плохо развивается речь, память, воображение,

мышление и появляются проблемы с чтением. Также гаджеты негативно влияют на зрение, умение общаться.

Как не допустить зависимости ребенка от гаджетов:

- 1. Личный пример.** Дети всегда копируют родителей. И если взрослые много времени проводят за гаджетом, то и ребенок будет поступать так же. Введите в вашу семью традиции, вместе с ребенком планируйте время и отдых. Это могут быть прогулки, путешествия, посещение интересных мест, поделки, рукоделие, кулинарное творчество. И тогда гаджеты отойдут на второй план.
- 2. Занятость.** День ребенка, по возможности, должен быть расписан. Нужно придумать для него полезные активности – записать на кружки, секции. Важно обеспечить ребенку интересный и разнообразных досуг. У него должно быть время на прогулки, игры, отдых. И только во время отдыха, ребенок может воспользоваться гаджетом, но только строго отведенное время.
- 3. Правила.** Строго установить время использования гаджета ребенком и никогда его не нарушать. Не использовать гаджеты, как средства от истерик, плохого настроения. Не практиковать кормление ребенка во время просмотра мультфильмов. Это только несколько примеров правил, которые можно дополнить в вашей семье.

Современному человеку умение пользоваться компьютером необходимо. Ведь в нашем мире все компьютеризовано. Поэтому не нужно полностью ограждать ребенка от гаджетов. Существуют качественные игры и приложения, позволяющие детям развивать логику, память, изучать иностранные языки. Главное родителям правильно ориентировать ребенка в этой области. Важно уделять внимание ребенку, доносить до него значение настоящих ценностей – семья, дружба, общение, развития. А гаджеты должны быть только помощниками в жизни и достижении успеха.