

## **«Влияние гаджетов на психику ребенка дошкольника»**



Мы живем в мире, в котором все происходит в быстром темпе. И не редко на своих детей у родителей просто не хватает свободного времени. Редко мама или папа может постоянно сидеть и заниматься с ребенком. Очень часто на помощь родителям приходят планшеты, смартфоны, приставки и компьютеры. Так незаметно, день за днем, гаджеты входят в жизнь ребенка.

А так ли полезна эта «палочка-выручалочка»?

***Уважаемые родители, давайте посмотрим, как влияют планшеты-смартфоны на состояние ребенка:***

1. От длительного нахождения вблизи экрана, у дошкольников очень быстро ухудшается зрение.

2. Скелет ребенка находится в стадии развития. Долгое сидение перед компьютером или с планшетом в руках лишает ребенка возможности двигаться. У детей нарушается осанка, появляются сколиозы. Мышцы не развиваются.

3. Нередко у детей возникают головные боли. Ведь дети сидят в одной позе. От этого сдавливаются кровеносные сосуды.

4. Дети отстают в речевом развитии. Они поздно начинают говорить, мало и плохо разговаривают. Речь становится бедной и примитивной. Ведь дети овладевают речью только в живом общении. Потoki информации, льющиеся с экрана, остаются пустыми звуками.

5. Если нет внешней, то нет и внутренней речи, значит нет мышления, воображения и переживания — все того, что составляет внутренний мир человека. Внутреннюю пустоту необходимо теперь всегда заполнять виртуальным миром.

6. Дети быстро отвлекаются, переключаются, лихорадочно стремятся к смене впечатлений. Только вот все эти разнообразные впечатления поверхностны и отрывочны.

7. Дети не могут самостоятельно занимать себя. Они не могут придумать новые игры, рассказы или сочинить сказку.

8. Дети теряют желание общаться со сверстниками. Им не о чем разговаривать, не о чем спорить. Если дети и пытаются поговорить со

сверстниками, то разговоры у них сводятся к компьютерным играм или мультикам.

В результате дети **могут потерять интерес к реальному миру, и у них возникнет зависимость к гаджетам.**

Ведь **пока ваши дети еще ходят в детский сад, а не в школу, их легче отучить от телевизора или компьютера.** Ведь, чем младше ребенок, тем легче это сделать.

Самое главное – Вы ничего не добьетесь, ведь бесполезно что-то объяснить чаду, когда папа «на самолетиках летает», мама часами «зависает» в социальных сетях, а бабушка с дедом на «ферме урожай собирают». **Если Вы хотите отучить своих детей от гаджетов, то начните с себя.** Ограничьте собственное бесполезное времяпровождение в сети. Займитесь делами, которые Вы давно хотели сделать, но постоянно откладывали.

Научите детей играть в реальные игры. Существует множество интересных подвижных игр. Можно поиграть в настольные игры: лото, ходилки или домино. Дети с удовольствием играют в дидактические игры и сюжетно-ролевые. Особенно с мамой и папой! Пообщайтесь с более опытными мамами, пусть они поделятся с вами опытом. Найдите единомышленников среди других родителей, которые тоже хотят отучить детей от вредных пристрастий. Вместе это будет легче.

Сделайте акцент на способностях детей. Хвалите и подбадривайте их.

Некоторым детям нужно объяснять про вред гаджетов, а другим невозможно ничего рассказать. К таким детям надо применять ласку. Мамины руки всегда должны быть наготове. Берите на ручки, успокаивайте, а потом активно вовлекайте в игру.

**Не делайте послаблений. Как бы Вы не были заняты, не отдавайте снова в руки виртуального мира своих детей.** Полное ограничение то же вредно. Ограниченное время и только мультики или игры согласно возраста ребенка. Отвлекайте детей от сверстников, если у тех в руках планшеты. Всегда берите с собой любимую машинку, шеночка или куклу. Возьмите интересную книжку. Ведь всегда можно найти альтернативу, было бы желание.

Для чего все это нужно?

- Вы станете больше общаться со своими детьми и сами вернетесь в детство. Станете более жизнерадостными и здоровыми.
- У Ваших детей уменьшатся капризы и истерики. Они станут более спокойными.
- У Вас появится много свободного времени. Вы станете все успевать.

***Отучение от гаджетов детей пойдет на пользу всей Вашей семье!***

Педагог-психолог Максоцкая А.В.