

ГАДЖЕТЫ В ЖИЗНИ РЕБЕНКА.

Современные технологии делают жизнь намного проще, но часто мы пользуемся ими неразумно. Особенно, когда наши дети имеют неограниченный доступ к гаджетам.



Почему же надо учить ребенка пользоваться ими **УМЕРЕННО?**

1. УЖЕ В РАННЕМ ДЕТСТВЕ ФОРМИРУЮТСЯ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ С ЛЮДЬМИ.

К 2 годам мозг ребенка увеличивается в три раза. Голос родителей, их прикосновения, совместные игры могут помочь ребенку сформироваться именно таким образом, чтобы затем устанавливать нормальные эмоциональные связи с другими людьми. Но у малышей, которые уже в таком малом возрасте имеют доступ к гаджетам, постоянно смотрят мультфильмы, нервная система начинает хуже развиваться, это плохо влияет на концентрацию внимания и восприятие окружающих людей.

2. БЕСКОНТРОЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЛАНШЕТА И ТЕЛЕФОНА ФОРМИРУЮЕТ У ДЕТЕЙ ЗАВИСИМОСТИ.

«Технологии привлекают людей тем, что в виртуальном мире можно бесконечно пробовать что-то новое. Очень сложно отказаться от их использования именно потому, что нет никаких ограничений в удовлетворении своих желаний», - это слова доктора Гэри Смолла, профессора психиатрии и директор Центра долголетия при Калифорнийском институте неврологии.

Одним нажатием на кнопку ребенок может получить желаемое. Именно поэтому он привыкает к смартфону моментально и, в отличие от взрослого человека, не всегда может контролировать себя.

3 ЛИШНИЙ ПОВОД ДЛЯ СЛЕЗ.

Когда у человека есть привязанность к чему-либо, то ему очень трудно с этим расстаться. Лишение предмета привязанности вызывает эмоциональный негатив, раздражение. Так происходит в любом возрасте. Поэтому, когда ребенок закатывает истерику, не спешите снова давать ему планшет только ради того, чтобы успокоить. Это принесет лишь временное облегчение.

«Если эти устройства становятся главным инструментом, чтобы успокоить и отвлечь маленьких детей, то каким образом будут развиваться их собственные внутренние механизмы саморегуляции?» — спрашивает доктор Дженни Рэдески.

Постарайтесь успокоить ребенка ласковым словом, интересной игрой, игрушкой, увлекательной историей.

4. СОН БУДЕТ БЕСПОКОЙНЫМ.

Доказано, что использование электронных устройств в вечернее время

неблагоприятно влияет на качество сна и плохо сказывается на состоянии на следующий день. Нервная система отдыхает в период 21:00 — 1:00.

5. РЕБЕНОК СТАНОВИТСЯ РАССЕЯННЫМ.

Многие родители замечают, что смартфоны постоянно отвлекают ребенка и делают его более рассеянным.

«Эти устройства порой заменяют практическую деятельность, необходимую для развития сенсомоторных и визуально-двигательных навыков, которые важны для обучения», — добавляет доктор медицинских наук Бостонского университета Дженни Рэдески. Видео- и онлайн игры также способны ограничить творческое воображение ребенка. И не стоит пугаться того, что ребенку, возможно, сейчас скучно. Если ему скучно — значит, есть повод что-то придумать. Именно так у детей развивается способность творчески мыслить.

6. РЕБЕНОК МЕНЕЕ ОБЩИТЕЛЕН.

«... когда мы имеем неограниченный доступ к такому виду общения, мы начинаем забывать о живых встречах. Некоторые дети вообще стараются избегать естественных проявлений человеческой природы, потому, что им так намного легче». Ребенку необходимо постоянно вживую общаться со своей семьей, со сверстниками, ведь только так он сможет научиться проявлять сочувствие, понимать природу других людей. Только живое общение научит его чувствовать себя непринужденно в компании других людей, что очень пригодится во взрослом возрасте.

7. ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЗАВИСИТ ОТ АКТИВНОСТИ.

Как правило, если мы пользуемся своими гаджетами, то находимся в статичном положении. И порой несколько часов способны просидеть в одном положении, захваченные происходящим на экране устройства. Стоит ли говорить, что такая малоподвижность может стать одной из причин увеличения веса не только у взрослых, но и у детей. По данным исследования, дети, которым родители не разрешают выходить в интернет из своей спальни, намного реже страдают ожирением.

8. ВИДЕОИГРЫ (с агрессивными сюжетами) РАЗВИВАЮТ АГРЕССИЮ.

Чем позднее ребенок столкнется с проявлением насилия, тем лучше. Не секрет, что многие видеоигры основываются на принципе борьбы.

Злоупотребление такими играми притупляет чувствительность маленького человека к жестокости и может воспитать в ребенке убеждение, что агрессия — это неплохой способ решения проблем.

9. НЕТ НИЧЕГО БОЛЕЕ ВАЖНОГО, ЧЕМ ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА.

Огромный поток информации, порой лишней и вредной, делает даже взрослого человека беспокойным. Что же тогда говорить о детях, которые еще менее стойкие к различным волнениям. Кто-то что-то сказал в соцсети, возможно, как-то унизил, и детский покой нарушен. Ведь намного легче написать, чем сказать в лицо, а значит, увеличивается и вероятность возникновения подобных ситуаций, которые являются огромным стрессом для детей.