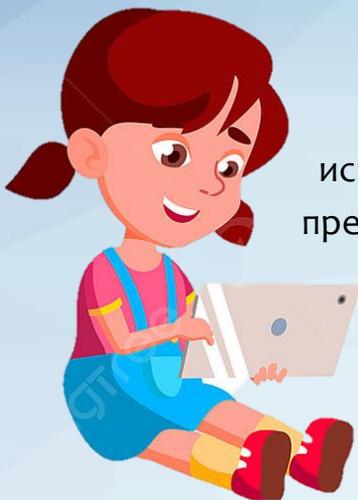


ГАДЖЕТЫ В ЖИЗНИ СОВРЕМЕННЫХ ДЕТЕЙ.



В последние годы уже невозможно представить себе человека, не использующего гаджеты. Смартфон из средства связи между людьми превратился в супермногофункциональное устройство – поход за продуктами, покупка одежды, обучение, развлечения, общение, практически все жизненные вопросы можно легко решить с помощью маленького прибора у нас в кармане. Удобно, не правда ли? А что же насчет подрастающего поколения? Самое большое отличие современных детей – они уже рождены в мире, наполненном гаджетами. С самого рождения их окружают взрослые, использующие смартфон и для облегчения жизни и для развлечения. Они считывают основы использования телефонов и впитывают их, прежде всего в условиях семьи. Глядя на родителей и на то, с какой целью они используют смартфон – ребёнок учится взаимодействовать с этим поистине волшебным прибором.

Телефон – это не зло, которого нужно избегать в любых случаях. Задача родителя – научить ребёнка пользоваться им эффективно. Для этого необходимо выполнять несколько правил:

1. **Чем позже, тем лучше.** До трёхлетнего возраста ребёнку очень важно познавать мир через все органы восприятия – слух, осязание, вкус, зрение. Ему обязательно нужно всё потрогать, пощупать, залезть, увидеть искренние эмоции, то есть заложить базовое развитие. Достигнуть этого можно только в живом общении и активном познании мира, а с помощью телефона этого не сделать. С 3 до 5 лет активно развиваются все психические процессы – внимание, мышление, память, воображение, речь. Использование гаджетов в этот возрастной период чревато потерей интереса к манипуляции с предметами – пазлами, конструктором, а также к чтению книг и сюжетно-ролевой игре, а в процессе именно этой деятельности развивается познавательный интерес малыша. То есть когда мы говорим об использовании гаджетов – мы имеем в виду старший дошкольный возраст.

2. **Строгий контроль.** Родитель ВСЕГДА должен знать, чем ребёнок занимается в телефоне, весь контент, потребляемый ребёнком должен соответствовать возрасту и, в идеале, являться развивающим. Под контролем должно оказаться и время, проводимое детьми с гаджетом.



Роспотребнадзор рекомендует детям старшего дошкольного возраста проводить не более 15 минут в день за компьютером (или другими гаджетами).¹

3. **Долой гаджеты во время удовлетворения естественных потребностей ребёнка.** Приём пищи, хождение на горшок/туалет, засыпание **НЕ ДОЛЖНЫ** сопровождаться просмотром мультфильмов или другим использованием телефона. Ребёнку очень важно научиться осознавать и понимать свои физиологические потребности. У ребёнка нет аппетита? Еда под мультики – не выход, необходимо искать причину (медицинского, психологического или естественного характера).

4. **Только полезные и развивающие задания.** Не приучайте ребенка бездумно тыкать пальчиком по экрану телефона. Подбирайте игры, которые несут в себе задания на развитие логики, внимания и памяти. Некоторые из них вы можете найти по ссылкам, представленным ниже.

- <https://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-na-vnimanie-i-pamjat/labirinty/ostrov-sokrovish>
- <https://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-na-vnimanie-i-pamjat/najdi-otlichija/muravejnik>
- <https://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-na-logiku-i-myshlenie/logicheskij-rjad>
- <https://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-na-logiku-i-myshlenie/tangramy/pticy>
- <https://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/chto-iz-chego-prigotov>
- <https://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/matematicheskie-igry/jablonevyj-sad>
- https://solnet.ee/games/g1_g82
- https://solnet.ee/games/g1_g85



В заключение хотелось бы напомнить о том, что зависимость от гаджетов формируется незаметно, но при этом имеет серьёзные последствия. Предоставьте ребёнку возможность познавать мир всеми доступными способами, не заостряя внимание на виртуальном мире. **Главный способ сделать это – ваш собственный пример.** Удачи вам, равнодушные мамы и папы!