

Консультация для родителей на тему: «Влияние гаджетов на дошкольников»

Жизнь современного человека уже не представляется без таких вещей, как планшет, телефон, компьютер. Дети, подражая родителям, тянутся к новым технологиям, с удовольствием и интересом их осваивают. Многие родители ничего не имеют против. Более того, сами отправляют детей посмотреть мультики или поиграть в игры, лишь бы не мешали. И это, казалось бы, безопасное занятие может повлечь за собой последствия не только для здоровья ребенка, но и для его психического развития. Ученые многих стран изучают эту проблему влияния электронных устройств на развитие ребенка и исследования показали неутешительную картину.

Электромагнитное излучение от современных электронных гаджетов оказывает негативное влияние на центральную нервную систему ребенка. Продолжительное пребывание у экрана с раннего возраста необратимо меняет структуру головного мозга и замедляет умственное развитие, снижает концентрацию внимания и памяти.

С частым использованием гаджетов меняются мышление и восприятие ребенка - яркие зрительные образы вызывают сильные эмоции, но оставляют равнодушным мышление ребенка, в результате главными каналами восприятия у него становятся зрение и слух. Малышам в раннем возрасте необходимо задействовать все каналы восприятия - ребенку важно потрогать, попробовать на вкус, покрутить, осмотреть со всех сторон предмет, чтобы понять, что из себя представляет предмет, а экран не способен показать все многообразие мира. До трехлетнего возраста даже фоновое использование телевизора негативно влияет на развитие речи. Дети начинают позже говорить, мало и плохо разговаривают, их речь бедна и примитивна. Мультфильмы и игры не способствуют развитию воображения, они поставляют готовое изображение, которое не требует осмысления, поэтому ребенок ничему не учится. Он самостоятельно не способен воспринимать сюжет, понимать особенности характера персонажа и оценивать его действия. В реальной жизни ребёнок фантазирует, он клеит, лепит, вырезает, раскрашивает, комбинирует, находит самые неожиданные решения, а виртуальное пространство лишает его творчества, ведь там ребенок может действовать только в рамках функций, предусмотренных производителем программы. Детские глаза испытывают огромную нагрузку наблюдая за мерцающим экраном, если малыш проводит за монитором больше получаса в день, есть риск, что через шесть месяцев острота его зрения значительно снизится. Дети за компьютером часто сутулятся, это может привести к искривлению позвоночника.

Для формирования здорового пищевого интереса ребенку до 3х лет желательно отказаться от просмотра мультфильмов во время еды. А более старшие дети во время просмотра могут больше съесть и заработать проблемы с лишним весом.

Исследования показали, что дошкольники регулярно использующие планшеты и смартфоны, отличаются рассеянным вниманием, снижением интереса к обучению. Такие дети не задерживаются на каких-либо занятиях, быстро отвлекаются, переключаются, стремятся к быстрой смене впечатлений, однако многообразные впечатления они воспринимают поверхностно и отрывочно. Им необходима постоянная внешняя стимуляция, которую они привыкли получать с экрана. Телефоны и ноутбуки негативно влияют на интеллектуальное развитие ребёнка т.к. в них есть готовые образы и последовательность действий. Дошкольнику там не надо придумывать истории для сюжетно-ролевых игр и со временем ему становится скучно в реальном мире с обычными игрушками.

Искажается и мировосприятие ребенка, он начинает считать, что решение любых конфликтов с использованием силы и оружия – это норма, и даже не пытается уладить ссоры в реальной жизни мирным путем, просто не умеет этого делать. Ребенок привыкает, что пара кликов мышкой решают любую проблему, уводят в виртуальный мир, где все ярко и красочно. Эту неправильную модель поведения он переносит потом и на реальную жизнь – отсюда депрессии, стрессы и истерики, когда что-то не получается с первого раза, когда нужно трудиться, прилагать усилия для достижения результата. Дошкольник не может справиться с переизбытком информации, получаемой с помощью современных технических устройств, он становится эмоционально неуравновешенным, неспособным контролировать свои действия. Дети, зависимые от гаджетов, чаще испытывают тревогу, депрессию и другие психические расстройства: хуже спят, сильнее подвержены стрессу поэтому в любом возрасте необходимо отказаться от электронных устройств за час до сна. Незаметно компьютерные игры начинают вызывать зависимость у ребёнка.

Признаки зависимости очень похожи на признаки любой другой зависимости. Ребенок не интересуется реальной жизнью: не играет в игрушки, не стремится к общению с друзьями, хочет побыть один, быстро меняется настроение. Отношения дошкольника с родителями тоже отходят на второй план, предпочитает проводить время с планшетом. Если родители начинают ограничить время за играми и мультиками это вызывает бурный протест и истерику ребёнка, он не может остановиться самостоятельно. Просто не выключает гаджет, пока его не отберут физически и проявляет агрессию при этом.

В использовании гаджетов есть не только отрицательные, но и некоторые положительные стороны. Наличие компьютера позволяет осуществлять обучение. Существуют познавательные мультфильмы, которые дают ребенку новые знания об окружающем мире. Только при этом необходимо помогать детям осмыслить происходящее на экране события и сопереживать героям фильма.

Просмотр мультфильмов для детей должен быть строго дозирован. Врачи считают, что существует «золотая середина» - пребывание ребенка у монитора (компьютера, планшета, смартфона) со следующей продолжительностью: малышей до 3 лет лучше не сажать перед экраном вообще. Непрерывная длительность просмотра телепередач и мультфильмов в младшей и средней группах - не более 20 мин., в старшей и подготовительной - не более 30 мин., не чаще 2 раз в день (в первую и вторую половину дня).

СанПиН СП-2.4.3648-20 от 01.01.2021г. разработал требования к использованию интерактивного оборудования для обучения детей и определил время и проведение занятий с использованием ЭСО (электронных средств обучения). Непрерывное время нахождения ребенка за компьютером в форме развивающих игр для детей 5-7 лет не должна превышать 7 минут. Занятия с использованием ЭСО в возрастных группах до 5 лет не проводятся. Грамотное и умеренное использование гаджетов действительно будет способствовать развитию ребенка и поможет ему шагнуть в ногу со временем.

Чтобы минимизировать негативное влияние гаджетов старайтесь как можно чаще привлекать ребенка к совместным занятиям в реальности. Приобщайте его к домашним обязанностям, культивируйте семейное чтение, играйте вместе в настольные и другие игры, организуйте совместные прогулки и игры на свежем воздухе. Чем больше ребенок будет получать эмоций и впечатлений от взаимодействия с реальностью, тем привлекательнее она будет для него.

И вот самое интересное: от гаджетов отказались их создатели!

→ В элитных школах Кремниевой долины (штат Калифорния, США), отличающаяся большой плотностью высокотехнологичных компаний, связанных с разработкой и производством компьютеров и их составляющих, особенно микропроцессоров, а также

программного обеспечения, устройств мобильной связи...) запрещены смартфоны, ноутбуки и планшеты.

→ Дети создателя Apple Стива Джобса никогда не пользовались айпадом.

→ Основатель компании по производству дронов Крис Андерсон строго ограничил использование всех гаджетов в доме, ведь «в числе первых столкнулся с опасностью технологий». Ни одному из его пятерых детей не позволено даже входить в спальню с цифровыми устройствами.

→ Основатель Twitter Эван Уильямс запретил своим детям пользоваться планшетом. Вместо него он покупает детям бумажные книги.

→ Джастин Розенштейн, который изобрел «лайк», сравнил соцсети с героином и удалился из большинства из них, установив только лимиты на использование сети Facebook. А лайки (свое же изобретение), он назвал «пустыми, аддиктивными, но яркими вспышками псевдоудовольствия».

Стоит задуматься над этой информацией т. к. действительно экраны электронных устройств всё больше заменяют бабушкины сказки, мамыны колыбельные, разговоры с отцом ... экран становится главным воспитателем ребенка.