**Влияние гаджетов на детей: плюсы и минусы**

Сложно представить современную семью без различных гаджетов: смартфонов, компьютеров, ноутбуков, планшетов. Эти и другие электронные и цифровые устройства прочно обосновались в нашей жизни. Неудивительно, что нынешние малыши начинают ими интересоваться с самого юного возраста. Однако многих родителей волнует вопрос: безопасно ли подобное увлечение?

С одной стороны, не очень предусмотрительно совсем ограничивать знакомство ребенка с компьютерами и прочими электронными устройствами, поскольку они способствуют интеллектуальному развитию детей.

С другой же – современные технологии зачастую отнимают у крохи много времени, которое он мог бы истратить на более полезные занятия: подвижные игры, чтение книг, обычную возню с приятелями.

Давайте разберем, в чем же заключается польза и вред гаджетов для здоровья и развития ребенка.

**Плюсы применения гаджетов:**

Компьютеры и интернет-технологии постепенно входят в жизнь даже самых маленьких детей. Задача родителей – научить малыша пользоваться с умом всеми этими благами цивилизации.

**1. Помощник в развитии**. Гаджеты могут стать таким же развивающим инструментом, как более традиционные игрушки: пирамидки, машинки, куклы, кубики и прочие детские атрибуты. Кроха, хаотично нажимающий на кнопки и клавиши, незаметно развивает моторику пальцев и непроизвольно запоминает определенные цифры и буквы. Слушая мелодии и рассматривая картинки на мониторе, малыш совершенствует слуховое и зрительное восприятие.

**2. Способ занять ребенка**. Благодаря ноутбукам, смартфонам и планшетам родители теперь знают, чем занять маленького непоседу в длинной очереди в больнице, во время автомобильной поездки. Не нужно брать с собой целый ворох игрушек, достаточно просто включить ребенку интересный мультик. В этом случае он не будет вас тормошить из-за скуки и интересно проведет время.

**3. Библиотека в кармане.** Современные электронные «читалки» способны заменить целое книгохранилище, так что школьнику не придется носить объемные тома из библиотеки и обратно. Вам нужно будет только скачать интересующие книги из Интернета. К тому же, вы приучите ребенка к мысли, что всемирная сеть не только источник развлечения, но и сосредоточение полезной информации.

**4. Незаменимый помощник для учебы**.  Среди вороха различных компьютерных игр можно найти действительно полезную информацию, способствующую развитию познавательных процессов и получению новых умений и навыков. Некоторые приложения учат малышей грамоте, математике, рисованию, развивают внимание, память и логическое мышление. Познавательные мультфильмы помогут в ненавязчивой форме передать ребенку новые знания об окружающем мире.

**Минусы применения гаджетов:**

**1. Негативное воздействие на физическое развитие и здоровье.**  Этот аспект влияния гаджетов на детей стоит рассмотреть очень внимательно. Если ребенок излишне увлечен планшетом или ноутбуком, то может пострадать: зрение – если малыш проводит за монитором больше получаса в день, есть риск, что через шесть месяцев острота его зрения значительно снизится, ведь детские глаза испытывают огромную нагрузку; осанка – дети за компьютером часто сутулятся, что чревато искривлением позвоночника; головной мозг – от длительного нахождения в одной позе может нарушиться циркуляция крови в конечностях, внутренних органах, страдает, в том числе, и головной мозг, что крайне негативно сказывается на интеллекте ребенка, чревато снижением концентрации внимания и памяти.

**2. Неполное освоение информации**. Конечно, гаджеты помогают детскому развитию, однако малышам в раннем возрасте необходимо задействовать все каналы восприятия. Ребенку важно потрогать, покрутить, осмотреть со всех сторон мячик, чтобы понять, что он круглый и может катиться. Развивающие же мультфильмы не способны показать все многообразие мира, поэтому кроха не может полностью изучить тот или иной предмет.

**3. Понижение творческой активности**. Ни один компьютер, ноутбук или смартфон не заменит детям настоящей работы с различными материалами, радость от создания чего-то нового своими ручками. В реальной жизни малыши фантазируют и воплощают задумки в лепке, вырезании, раскрашивании, создании аппликаций.

**Применяем гаджеты для детей с умом.**

Если вы хотите не допустить возникновения зависимости от компьютера у детей и снизить возможное отрицательное влияние гаджетов, нужно правильно их использовать, придерживаясь нескольких важных правил. Несмотря на все плюсы гаджетов, помните, что планшеты или телефоны не являются предметами первой важности и необходимости для дошкольников и малышей раннего возраста. Полноценное развитие возможно и без всех этих «чудес техники», но если вы все-таки хотите порадовать свое чадо, то следуйте принципу – техника для ребенка должна соответствовать его возрасту. Детям до шести лет лучше приобретать детские планшеты, которые предназначены именно для этого возрастного периода. В этом случае вы будете уверены, что гаджет полезен для ребенка, да и контролировать увлеченного кроху вам станет намного проще. Не используйте компьютер, чтобы увлечь ребенка, пока вы готовите обед или занимаетесь уборкой. Лучший выход – привлекать детей в этот процесс. Нельзя допускать, чтобы малыш находился за компьютером больше установленных возрастных норм. Так, детям до трех лет не следует сидеть за ноутбуком больше часа в день, а каждые 20 минут необходимо устраивать физминутку, чтобы отдохнули глазки. Деткам постарше можно разрешить проводить больше времени за монитором, однако перерывы также обязательны. Старайтесь придерживаться возрастных рекомендаций, указанных к компьютерным играм и мультфильмам. Информация, предназначенная для более взрослых детей, может перегрузить ребенка и даже привести к нервному срыву. Не следует выдавать малышам гаджеты перед засыпанием. От мельтешения ярких картинок на экране нервная система детей возбуждается, из-за чего они плохо спят, видят во сне кошмары или не могут заснуть вовсе.

И на в заключении-помните, что все же не стоит запрещать детям пользоваться современными достижениями техники. Мы живем в век технологий и прогресса, а значит, навыки и умения в этой области пригодятся малышам в будущем.

**И не забывайте, что реальное общение с ребенком нельзя подменить никакими, даже самыми дорогими и новомодными устройствами.**