**Тема: " Плюсы и минусы использования гаджетов детьми дошкольного возраста в современном мире"**

Мобильные устройства и компьютеры в современном мире нужны человеку для общения, работы, познания и развлечения. Они стали неотъемлемой частью нашей жизни, потому что делают ее легче, интереснее, разнообразнее, они позволяют быстро получать необходимую информацию и решать многие повседневные задачи. Современные дети, наблюдая за жизнью взрослых, с пеленок начинают интересоваться гаджетами: раз мама и папа так много внимания уделяют этим вещам, значит, они действительно интересны.

Что же мы видим сейчас? Уже в 1,5-2 года мамы и папы вручают ребенку потрепанный мобильный телефон, планшет или сажают у телевизора с мультиками, чтобы выкроить для себя полтора-два часа свободного времени. Многие родители радуются, когда малыш ловко нажимает на кнопки домашней техники, им нравится, что дети не балуются, не носятся по квартире, а мирно сидят за монитором. В результате, взрослые порой не подозревают, какую информацию черпает их ребенок из компьютера. Они не догадываются, что электронная машина не только становится для ребенка няней или источником знаний, но и начинает эмоционально заменять родителей, особенно много работающих родителей. Таким образом, ребенок привязывается к «продвинутым» штучкам с самых ранних лет и уже в 10-15 лет отучить от них будет очень сложно, такие дети становятся компьютерозависимыми. В настоящее время все известные гаджеты стали средством манипуляции над детьми. Пожалуй, большинство родителей сталкивались с такой ситуацией, когда взамен выполненного действия ребенок получает вознаграждение в виде игры на телефоне или планшете.

Однако, родителям необходимо знать о плюсах и минусах использования мобильных устройств и компьютеров:

Во-первых, от частого использования гаджетов в первую очередь идет ухудшение зрения у детей. Если ребенок регулярно больше двадцати минут смотрит монитор компьютера или экран телевизора, или планшета, то через полгода острота его зрения начинает снижаться. Специалисты утверждают, что влияние подобных электронных «игрушек» настолько сильно, что посаженное в возрасте до десяти лет зрение восстановить не удается. Следовательно, необходимо строго контролировать нахождение ребенка у компьютера. На основании того, сколько лет ребенку, можно определить допустимую норму пребывания перед монитором: детям от года до пяти лет находиться у компьютера педиатры вообще не рекомендуют; в возрасте от пяти до семи лет безопасными считаются игры на компьютере или планшете в течение десяти минут *(максимум двадцать на протяжении суток).*

Во-вторых, страдает развитие речи, так как современные компьютерные игры, ролики, мультфильмы для детей дошкольного возраста часто содержат только самые простые слова и речевые обороты, сюжеты достаточно примитивны и потому доступны и привлекательны для многих детей. Словесно-логическое мышление перестает быть необходимым для понимания общего смысла происходящего на экране. Следовательно, развития речевых процессов не происходит, необходимость оперировать словами, называть предметы, отвечать на вопросы, т. е. использовать речь для общения, появляется только в случае взаимодействия с другим человеком. У ребенка, который использует электронные устройства для игр и просмотра мультфильмов, нет необходимости с ними «общаться» посредством звучащей речи.

В-третьих, негативное влияние гаджетов на здоровье детей связано с тем, что дети, проводящие много времени за играми и мультиками, гораздо меньше двигаются, а это сильно сказывается на состоянии всего организма, а в частности на позвоночнике и суставах. Кроме того, у таких детей уже с малых лет наблюдается склонность к накоплению избыточного веса. В первую очередь это касается детей с синдромом дефицита внимания. В реальной жизни его двигательная сфера может развиваться с задержкой. Длительное использование гаджетов и неправильный подбор информации могут нанести вред развитию произвольных форм деятельности.

В-четвертых, на фоне длительного регулярного общения с гаджетами у ребенка деградирует способность отличать правду и реальность от вымысла. Многие поступки и сюжеты увлекательных сцен с гаджетов дети переносят в настоящее, не понимая их вред и негативные последствия. Модель поведения формируется детьми на основании действий героев виртуального мира. В этом заключается основная проблема современных маленьких пользователей электронными устройствами – они перенимают навыки персонажей, большая часть которых является эгоистичными и агрессивными личностями, руководствующимися в действии только собственными желаниями и потребностями.

В-пятых, снижается творческая активность, так как никакие игры и приложения не заменят спонтанное творчество, работу с настоящими материалами и живым цветом. В реальной жизни ребенок фантазирует. Он клеит, лепит, вырезает, раскрашивает, комбинирует, находит самые неожиданные решения. Виртуальное пространство лишает его творчества, ведь там он может действовать только в рамках опций, предусмотренных производителем программы.

Однако, есть и «плюсы» общения детей с современными мобильными устройствами и компьютером: это развитие познавательных процессов и получение новых знаний, которые не могут быть получены в доступной окружающей среде, но при этом их использование сопровождается живым общением и взаимодействием со взрослым. Например, просматривая видеоролики с зарядкой и вместе с ребенком ее выполнять, то мотивация ребенка к выполнению физических упражнений значительно увеличивается, а энергия успешно восполняется; если родители вместе с ребенком рассматривают фотографии животных, вместе анализируют, как они выглядят, где живут, чем питаются, то происходит обогащение зрительного восприятия и информации о мире в целом. Некоторые компьютерные игры и приложения действительно способствуют развитию внимания, памяти, логического мышления, учат читать, считать, рисовать. Так же существуют познавательные мультики, которые позволяют ребенку получить новые знания об окружающем мире.

После работы с гаджетами деткам полезно делать физминутки:

 **Упражнения для глаз**

 Их можно проводить, не вставая с места: посмотреть вверх, вниз, направо, налево, нарисовать глазами круг или первую букву своего имени. Очень хорошо, когда упражнения сопровождаются стихотворным текстом.

Глазки видят всё вокруг,
Обведу я ими круг.
Глазком видеть всё дано-
Где окно, а где кино.
Обведу я ими круг,
Погляжу на мир вокруг.

**Упражнения для расслабления пальцев рук**

Меж еловых мягких лап

Дождик кап-кап-кап.

*(Стучать поочередно всеми пальцами по столу.)*

Где сучок давно засох,

Серый мох-мох-мох.

*(Поднимать руки над столом, сжимать-разжимать кулаки.)*

Где листок к листку прилип,

Вырос гриб, гриб, гриб.

*(Указательным пальцем правой руки касаться поочередно всех пальцев левой руки.)*

Кто нашел его, друзья?

Это я, я, я!

*(Сжав все пальцы левой руки, кроме мизинца, показать его.)*

**Упражнения общего воздействия для разных групп мышц**

 На березу галка села, (*Присесть, руки к коленям.)*

С дерева потом слетела. *(Встать, помахать руками.)*

На кровати спит Федот  *(Присесть, руки под щеку.)*

И с кровати не встает.

*(Встать, развести руки в стороны.)*

Таким образом, мы должны регулировать время, которое ребенок проводит с гаджетом, использовать его целенаправленно и осмысленно, чтобы не допустить привыкания к миру виртуальных путешествий и попыток манипулировать со стороны ребенка. Все это пока еще в нашей власти. Именно это, а не собственно гаджеты, влияют на развитие ребенка.