

Влияние гаджетов на развитие ребенка в дошкольном возрасте.

Сегодня уже не вызывает сомнений тот факт, что современный ребенок не такой, каким был его сверстник несколько десятилетий назад. И не потому, что изменилась природа самого ребенка или закономерности его развития. Принципиально изменилась жизнь, предметный и социальный мир. С самого рождения дети сталкиваются с современными высокотехнологичными достижениями. Все технические новшества становятся бытием подрастающего поколения. Компьютерные игры, интерактивные игрушки.



Согласно, результатов опроса мобильные телефоны, ноутбуки, планшеты и компьютеры стали частью большинства жителей России. По данным ЮНЕСКО 93 % современных детей 3-5 лет смотрят на экран 28 часов в неделю, т.е. около 4-х часов в день, что намного превосходит время общения со взрослыми. Это «безобидное» занятие вполне устраивает не только детей, но и родителей. Однако, это, кажущееся безобидным, занятие таит в себе серьёзные опасности и может повлечь весьма печальные последствия.

Проблема со здоровьем

Дети, которые постоянно играют в планшетный компьютер или мобильный телефон, практически не двигаются, ведут малоподвижный образ, да и сидят со своими любимыми гаджетами, зачастую, сутулясь. Все это провоцирует искривление позвоночника и проблемы с осанкой, лишний вес. Нередко приводят к головным болям, поскольку статичное напряжение, в первую очередь, ощущают мышцы шеи. От этого сдавливаются кровеносные сосуды, и снижается приток насыщенной кислородом крови к головному

мозгу. Отсюда и головные боли, которые проходят только после хорошей физической разминки или активной прогулки на свежем воздухе.

Расстройства сна

По результатам исследований оказалось, что использование планшета в течении 2 часов в режиме яркой подсветки, снижает концентрацию мелатонина. Использование мобильных телефонов, планшетных устройств крайне негативно влияет на сон ребенка. Ребенок могут присутствовать такие факторы как раздражительность, повышенная утомляемость.

Агрессия

Влюбимых гаджетах, очень часто содержатся сцены насилия, которые крайне негативно влияют на несформированную психику ребенка, делают его агрессивным по отношению к своим близким, друзьям. Жестокость и агрессия становится чем-то обыденным и привычным, стирается ощущение порога дозволенности. При этом дети не отдают себе отчёта в собственных действиях и не предвидят их последствий.

Проблема с концентрацией

В последнее время педагоги и психологи всё чаще отмечают у детей неспособность к самоуглублению, к концентрации на каком-либо занятии, отсутствие заинтересованности делом. Данные симптомы были обобщены в картину новой болезни «дефицит концентрации».

Этот вид заболевания особенно ярко проявляется в обучении и характеризуется гиперактивностью, ситуативностью поведения, повышенной рассеянностью. Снижается способность к запоминанию информации, затрудняется формирование новых нейронных связей в лобных долях мозга.

Радиация

Почти двести ученых подписались под обращением в ООН 11 мая 2015 года, призывающее к защите от электромагнитного излучения современных гаджетов. По словам экспертов (Martin Blank (USA) и многие другие), все пользователи планшетов, ноутбуков, смартфонов входят в группу риска. Излучения гаджетов вызывают повреждения ДНК в клетках и даже могут стать причиной преждевременной смерти.

Проблема с речью и коммуникацией

Отставание в развитии речи. В последние годы и родители, и педагоги всё больше жалуются на задержки речевого развития: дети позже начинают говорить, мало и плохо разговаривают, их речь бедна и примитивна. Однако, при чём здесь компьютер или планшет? Ведь ребёнок, сидящий у экрана, постоянно слышит речь. Разве насыщение слышимой речью не способствует речевому развитию? Какая разница? Разница огромная. Речь-это не подражание чужим словам и не запоминание речевых штампов. Овладение речью в раннем возрасте происходит только в живом, непосредственном общении, когда малыш не только слушает чужие слова, но отвечает другому человеку, когда он сам включён в диалог. Причём, включён не только слухом и артикуляцией, но всеми своими действиями, мыслями и чувствами. Для того, чтобы ребёнок заговорил, необходимо, чтобы речь была включена в его конкретные практические действия, в его реальные впечатления и главное, в его общение со взрослыми. Но речь, исходящая с экрана, остаётся малоосмысленным набором чужих звуков, она не становится «своей». Поэтому дети предпочитают молчать, либо изъясняются криками или жестами. Использование

планшетов и компьютеров лишает детей возможности общаться со своими родными, близкими, друзьями так же полноценно, как это делали их родители.

Зависимость

Детские психологи считают, что злоупотребление гаджетами приводит к формированию зависимости, когда ребенок все свободное время старается посвящать компьютерным играм и онлайн-просмотру мультиков, отказываясь от других развлечений. Лишившись любимого электронного устройства, дети начинают чувствовать себя некомфортно и капризничать. Но, с другой стороны, такая зависимость появляется только в том случае, если у малыша нет альтернативных интересов. Постоянно находясь дома без определенных занятий, ребенку проще потратить свободное время на компьютер. Но как только появляются другие развлечения (прогулки, кружки, игры с родителями), он достаточно легко обходится без гаджетов.

Психологические заболевания

Чрезмерное увлечение компьютерными «штучками» способствует росту показателей детской депрессии, тревожности, дефицита внимания, биполярного расстройства, психоза и других психологических проблем.

Итак, сказанное выше отнюдь не означает призыва исключить компьютер, планшет из жизни детей. Вовсе нет. Это невозможно и бессмысленно. Но в раннем и дошкольном детстве, когда внутренняя жизнь ребёнка только складывается, экран несёт в себе серьёзную опасность. Просмотр мультиков для маленьких детей должен быть строго дозирован. При этом родители должны помочь детям осмыслить происходящие на экране события и сопереживать героям фильма. Компьютерные игры можно вводить только после того, как ребёнок освоил традиционные виды детской деятельности-рисование, конструирование, восприятие и сочинение сказок. И главное – когда он научится самостоятельно играть в обычные детские игры (принимать роли взрослых, придумывать воображаемые ситуации, строить сюжет игры и пр.). Предоставлять свободный доступ к информационной технике можно только за пределами дошкольного возраста (после 6-7-лет), когда дети уже готовы к её использованию по назначению, когда экран будет для них именно средством получения нужной информации, а не властным хозяином над их душами и не их главным воспитателем.

Некоторые родители специально дают своим детям гаджеты. Цели могут быть разными: дабы успокоить ребенка, чтобы он не капризничал и не устраивал истерик, занять во время длительных поездок, долгого ожидания в очередях в поликлинике или чтобы просто немного отдохнуть. Безусловно, бывают такие ситуации, когда просто необходимо завлечь малыша чем-нибудь и конечно же под рукой оказывается смартфон или планшет, но нельзя превращать это в систему. Родители начинают уже с первых месяцев жизни знакомить своих детей с различными гаджетами. И напрасно! Потому, что с первых месяцев жизни у ребёнка формируются особые эмоциональные отношения к родителям и окружающим его людям. Это период, когда роль любящего и внимательного родителя незаменима и любые «электронные няни» могут необратимо навредить ребенку, сформировав аутичные черты в его поведении и нарушить его развитие, образовать не правильное восприятие окружающего его мира. В период дошкольного детства ребенок осваивает важнейшие навыки, а именно ролевую игру, в процессе которой он отражает поведение взрослых. В игре ребенок сначала эмоционально, а затем интеллектуально

осваивает всю систему человеческих отношений, а из отношения к другому человеку формируется смысл поступков и действий. Например: мама кормит из ложки дочку, затем малышка учится самостоятельно пользоваться ложкой, играет ней («кормит ложкой куклу»), как это делала мама, далее её действия все более схематизируются, кормление превращается в уход, в отношение к другому человеку. Компьютерные игры в исполнении дошкольника имеют особую психосоциальную конструкцию. Для компьютерных игр характерны следующие особенности: – преобладание механического следования игровому сюжету с полным вовлечением ребёнка в виртуальный мир звуков и ярких цветовых эффектов; – неоднократный повтор действия для достижения результата; – малоосмысленное продвижение по уровням сложности; – попытки поймать, отсортировать или собрать что-то, преодолевая однотипные препятствия, уничтожая возникающие на пути преграды. Такие игры не требуют высокого интеллектуального потенциала, творчества, умения разговаривать, договариваться и сотрудничать, проявлять личностные, душевные и нравственные качества. При этом она привлекает ребенка сенсорными эффектами, иллюзией управляемости («захочу — включу, захочу — выключу»), примитивным, понятным без слов сценарием, способностью самому наполнять свой досуг, независимо от друзей и родителей. Когда ребёнок играет в планшете или смартфоне, ему не требуется помощь родителей, их участие, что негативно влияет на взаимоотношения и привязанность детей к маме и папе. Роль родителя трансформируется: постепенно ребенок воспринимает его как «хранителя гаджета» или досадное препятствие на пути к любимому устройству. В силу того, что в нынешнее время всевозможные гаджеты стали незаменимыми «спутниками» в нашей жизни, мы не можем полностью оградить детей от «общения» с ними, но мы можем регулировать это «общение». Это можно сделать следующими способами: – введение режима — позволять пользоваться гаджетом 20–30 минут в день. И не реагировать на капризы и слёзы ребёнка при упрямстве продлить время игры. Следует реагировать спокойно с твёрдостью в голосе и объяснить терпеливо установленные правила. Постараться отвлечь детей другими занятиями, например прогулкой. – поощрение и похвала — не нужно забывать хвалить детей за убранные в порядок игрушки, помощь по дому или умение самостоятельно одеться. Когда ребёнок играет в игру, в итоге он получает похвалу за его ловкость и смекалку или какие-либо призы. Есть такие игры, где маленького игрока игра поддерживает даже в случае проигрыша, настраивая его на успех в следующей попытке, а взрослые зачастую очень строго относятся к неумениям детей и даже наказывают. А ведь именно похвала и вера в наших детей вселяет в них оптимизм и стремление быть самыми умными, ловкими, смелыми и умелыми. – станьте примером для ребёнка — не нарушайте правила, которые сами устанавливаете, не увлекайтесь сами теми же гаджетами. – стимулируйте разнообразную занятость ребенка — приучайте ребёнка к домашним обязанностям, культивируйте семейное чтение, играйте вместе в настольные и другие игры, познакомьте ребёнка с играми, в которые вы играли в своём детстве. Но к счастью не всё так плохо. Многие дошкольные учреждения оснащены компьютерами и планшетами [1]. Они нужны как для работы педагогов, так и для использования их на занятиях в группах (прослушивание музыки, трансляция презентаций и др.). Так же существует огромное количество развивающих и обучающих компьютерных программ для дошкольников. Они способны развивать способности ребенка и проводить коррекцию нарушенных функций, развивать у ребёнка познавательные процессы и другие навыки. Существуют образовательные программы по обучению детей иностранным языкам, по развитию творческих способностей детей. Например, программа обучающая детей основам компьютерной графики, при помощи которой ребёнок может создать

собственный мультфильм. Такое «общение» с компьютером очень полезно детям с синдромом дефицита внимания, с гиперактивностью, с эмоционально-волевыми нарушениями (агрессия, страхи, тревожность, нерешительность), с повышенной эмоциональной утомляемостью и многим другим. Такие методы развития детей в детском саду могут применяться как в свободное от занятий время, так и как дополнительная образовательная услуга [2]. Обязательно, необходимо соблюдать правила работы за компьютером, дети должны знать о пользе и вреде, которые он может доставить. Компьютерная игра является элементом занятия, а не просто развлечением. Через 15 мин после начала занятия (либо игры) за компьютером необходимо проводить с детьми специальную гимнастику для снятия зрительного напряжения, а в конце занятия — физкультурную минутку для снятия мышечного напряжения. Обязательно нужно проветривать помещения в которых занимаются дети. Длительность занятия за компьютером определяется санитарными нормами: 25 мин. – для детей 5–6 лет, 30 мин. – для детей 6–7 лет. И так, при анализе вреда и пользы современных гаджетов для детей дошкольного возраста, нужно сказать следующее: «Во всём должна быть мера. И соблюдение элементарных правил».



Жизнь современного человека уже не представляется без таких вещей, как планшет, телефон, компьютер. Дети, наблюдая за жизнью взрослых, с пелёнок начинают интересоваться гаджетами: раз мама и папа так много внимания уделяют этим вещам, значит, они действительно интересны. Отношение родителей к внедрению гаджетов в жизнь ребёнка неоднозначное: одни активно их используют, другие настойчиво пытаются оградить чадо от современных веяний.

Плюсы использования гаджетов:

Способ временно занять ребёнка в «полевых» условиях. Дети достаточно тяжело переносят длительное ожидание в очередях, дальнюю дорогу, стояние в пробках. Игрушки, книги, фломастеры и альбом далеко не всегда могут оказаться под рукой, а вот с гаджетами взрослые не расстаются, и тут они будут очень кстати. Смартфон или планшет с мультиками, играми или интересными приложениями помогут скрасить ребёнку томительные минуты и часы.

Развитие познавательных процессов и получение новых знаний. Некоторые компьютерные игры и приложения действительно способствуют развитию внимания, памяти, логического мышления, учат читать, считать, рисовать.

Так же существуют познавательные мультики, которые позволяют ребёнку получить новые знания об окружающем мире.

Ребенок школьного возраста вполне может пользоваться такими приложениями, как график дел, расписание уроков, ведение дневника и т. д. Это развивает навыки самостоятельности и учит извлекать пользу из гаджетов, а не рассматривать их только как развлечение.

Кроме того, специальные приложения даже помогают заниматься спортом. Вы с легкостью найдете тренировочные видеуроки для ребенка или для всей семьи, где уже будет подобран комплекс упражнений. Их нельзя рассматривать как полноценную замену спортивным секциям, но они прекрасно подходят для проведения утренней гимнастики и разминки в течение дня.

Минусы использования гаджетов

«Однобокость» развивающего эффекта. Раз уж мы заговорили о том, что гаджеты способствуют развитию ребёнка, стоит сказать и об обратной стороне медали. Для ребёнка раннего возраста, у которого образное мышление ещё только формируется, развивающий эффект от мультиков и передач стремится к нулю. Когда ребёнок активно осваивает мир предметов, важно, чтобы у него были задействованы все каналы восприятия. Чтобы понять, что кубик квадратный, а мяч круглый, ему недостаточно увидеть изображения – обязательно нужно потрогать, ощутить ручками грани и рёбра кубика, округлость мяча. В итоге развивающее видео даёт однобокий эффект: формально ребёнок что-то запоминает, но фактически не осваивает информацию глубоко и качественно.

Отрицательное влияние на здоровье и физическое развитие. В первую очередь речь идёт об ухудшении зрения. Если ребёнок регулярно больше 20 минут в день смотрит в монитор компьютера или экран телефона или планшета, то через полгода острота его зрения начинает снижаться.

Второй аспект негативного влияния на здоровье связан с тем, что дети, проводящие много времени за играми и мультиками, гораздо меньше двигаются, а это системно сказывается на состоянии всего организма. Детки за компьютером/планшетом/ноутбуком сидят часто сутулясь, а это провоцирует искривление позвоночника и проблемы с осанкой в будущем. Снижение творческой активности. Никакие игры и приложения никогда не заменят спонтанное творчество, работу с настоящими материалами и живым цветом. В реальной жизни ребёнок 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.

Вытеснение интересов, отношений и привязанностей в виртуальное пространство. Это очень серьёзное последствие, и возникает оно только при злоупотреблении гаджетами.

Ребёнок буквально выпадает из реальной жизни: все его интересы сосредоточены на виртуальном мире. В этом случае можно говорить о зависимости от гаджетов.

Ребёнок перестаёт интересоваться реальной жизнью: не играет в игрушки, не стремится к общению со сверстниками. Отношения с родителями отходят для ребёнка на второй план, и вместо совместного занятия он так же предпочитает проводить время с планшетом или компьютером. Попытки ограничить время за играми и мультиками вызывает бурный протест и истерику. Нормальное интеллектуальное и личностное развитие при таком раскладе невозможно, ведь оно может происходить только в реальных отношениях и в реальном мире.

Как предупредить или победить детскую зависимость от компьютерных устройств? Что делать?

1. Родители должны постоянно заниматься воспитанием и всесторонним развитием своего ребёнка. Стимулируйте разнообразную занятость ребенка. Приобщайте его к домашним обязанностям, культивируйте семейное чтение, играйте вместе в настольные и другие игры, приобщайте ребенка к играм своего детства. У ребёнка обязательно должны быть альтернативные увлечения и лучше, если их будет много: рисование, конструирование, лепка, путешествия, экскурсии, прогулки, чтение, книги, такие занятия, которые будут доставлять ему удовольствие. Не пресекайте и по возможности удовлетворяйте любопытство ребёнка.
2. Больше общайтесь с ребёнком, обсуждайте с ним свои и его чувства. Давайте выход чувствам ребёнка, пусть он побеждает, попрыгает, покричит, поплачет, когда это требуется.
3. Повышайте самооценку ребёнка. Поощряйте и хвалите детей. Не стесняйтесь хвалить ребенка за вымытую тарелку, умение одеваться или дружную, спокойную игру с другими детьми.
4. Учите своё чадо общаться, знакомиться, мириться, договариваться со сверстниками.
5. Личный пример. Дети всегда повторяют взрослых и если родители все свободное время проводят в интернете или за играми, то и ребенок будет вести себя так же.
6. Набраться терпения для того, чтобы противостоять манипуляциям.
7. Интересуйтесь, чем занимаются ваши дети за компьютером. Будьте рядом, будьте вместе с ребенком. Обсуждайте игры, в которые любит играть ребенок. Учите ребенка рассматривать игры, приложения для гаджетов и интернет как средство приобретения новых знаний, навыков, для развития мышления, восприятия, воображения, получения полезной информации.
8. За пару часов до сна вообще выключать и убирать все гаджеты подальше. Давать детям играть в гаджеты перед сном не рекомендуется, так как ребенок может перевозбудиться и от этого плохо спать или не заснуть вовсе.
9. А можно просто, незаметно убирать планшет с поля видимости. Как говорится с глаз долой из сердца вон!
10. Прямой и категорический запрет – самое простое и самое безрезультатное решение, приводящее к конфликту между ребенком и родителем и усугублению проблемы. Разумный подход – это научить ребенка правильно относиться к компьютеру и интернету, позволить ребенку пользоваться компьютером, но под родительским контролем и с ограничением времени.

11. Соблюдать санитарные нормы занятия за компьютером:

25 мин – для детей 5–6 лет,

30 мин – для детей 6–7 лет.

Родители, вручающие гаджет своему ребёнку, должны при этом отдавать себе отчёт, что строгий контроль над временем игры ребёнка с гаджетом необходим.

12. Не желательно знакомить с гаджетами детей до двух лет. Важно

— максимально продлить период «нецифровой игры». Ученые считают его

очень важным, столь же, как и умения сидеть, ходить, говорить и т.п. В первые два года жизни ребенка его мозг увеличивается в 3 раза. А к росту побуждает именно воздействие внешних стимулов, и это должны быть реальные предметы, взаимодействие с родителями.

ВЫВОД: В умелых руках планшет для детей становится окном в мир нового, интересного и поучительного. В других же случаях он может превратиться в устройство для деградации и психического расстройства. Чем планшет станет для вашего ребенка — зависит от вас.

Таким образом, родителям важно не допустить, чтобы гаджеты в жизни ребёнка стали источником проблем.