Сложно представить современный мир без различных гаджетов: компьютеров, мобильных телефонов, планшетов и прочих «продвинутых» штучек. Компьютер и дети -это тесная связь, которая с каждым годом становится все прочнее. Насколько безопасно увлечение детей современными гаджетами?

Есть два противоположенных мнения: одни родители - за, а другие категорически против. Истина, как водится, где-то посередине.

**Техника для детей, есть ли минусы?**

Минусы, безусловно, есть. Центры контроля и профилактики заболеваний утверждают, что на сегодняшний день около 11 процентов детей от 4 до 17 лет подвержены синдрому дефицита внимания с гиперактивностью, что делает его самым распространенным детским поведенческим расстройством. С 1990 г. эта цифра возросла более чем в два раза.

Если ребенок целый день сидит в интернете или играет в компьютерные игры, то, во-первых, это чревато ухудшением зрения. Как утверждают специалисты, у детей в раннем возрасте зрение «садится» очень быстро, примерно, за полгода, а вот восстановлению поддается не всегда. Поэтому родители должны дозировать время.

Еще один минус постоянного общения ребенка с современными технологиями - малоподвижный образ жизни. Дети, которые постоянно играют в планшетный компьютер или ноутбук, практически не двигаются, да и сидят со своими любимыми гаджетами, зачастую, сутулясь. Все это провоцирует искривление позвоночника и проблемы с осанкой. Кстати, давать детям играть в гаджеты перед сном не рекомендуется, так как ребенок может перевозбудиться и от этого плохо спать, или не заснуть вовсе.

У детей, которые постоянно заняты изучением гаджетов, может наблюдаться и психическое расстройство, и в основном у тех детей, которые играют в игры, не соответствующие возрасту с присутствием крови и ужасов.

Если ребенок очень много времени проводит с гаджетами, то есть опасность, что он просто «выпадет» из реального мира. Этот вопрос родители должны очень четко контролировать и если видят, что чаду интереснее сидеть за компьютером, чем общаться с друзьями, то пора бить тревогу.

Планшет для детей дошкольного возраста не является предметом первой необходимости. Ребенок может вполне полноценно развиваться и без него, но уж если родители хотят порадовать свое чадо, то нужно следовать правилу - техника для детей должна соответствовать возрасту. То есть рекомендуется покупать ребенку до 6 лет детский планшет. Он будет направлен на развития, да и родители смогут контролировать, чем занимается их ребенок.

**А в чем же плюсы гаджетов?**

Первый и несомненный плюс - всестороннее развитие ребенка. Детям можно установить на ноутбук или планшет развивающие игры, соответствующие его возрасту. Опять – таки, идет развитие ребенка. Главное, чтобы родители контролировали время, проведенное чадом с гаджетом. Детям до трех лет заниматься с современными устройствами более часа в день нежелательно. Причем каждые 20 минут нужно делать перерыв, дабы глаза отдохнули. Ребенку постарше можно увеличить время «общения» с гаджетами, но совершать перерывы после 20–30 минут игр также обязательно.

Гаджеты могут стать некими палочками - выручалочками для родителей в пробках, очередях в детской поликлинике, поезде, в общем, в тех местах, где приходится долго ждать, и поиграть в подвижные игры просто нет возможности.

**Когда развивается зависимость от гаджетов?**

Чаще всего зависимость от гаджетов развивается, когда родители начинают подменять реальное общение с ребенком различными устройствами. Некоторые мамы и папы, поняв простую истину, что ребенка можно увлечь новой игрой, начинают злоупотреблять этим, давая чаду заниматься гаджетом час, два, а потом и весь день. Ребенка все устраивает, и он в скором времени теряет интерес к общению с людьми.

**Ребенок не разлучается с современными гаджетами: когда бить тревогу?**

Волноваться нужно, если ребенок перестает интересоваться реальностью и на все вопросы и просьбы родителей не реагирует или отвечает односложно: «Угу, ага, да». В таком случае очень важно пойти на контакт с ребенком, поинтересоваться, чем он занимается, во что играет. Предложить ему какое-то совместное занятие, например, поход в цирк или парк. Договориться с ребенком, предложив ввести хотя бы один день в неделю без гаджетов, а этот «свободный» день проводить как-то интересно и полезно. Только такими маленькими и осторожными шажками родители смогут вытянуть ребенка из «объятий» современных технологий и привести его обратно в увлекательный мир реальности.

Делая вывод по всему вышесказанному, хочется отметить, что запрещать своим детям пользоваться современными устройствами не стоит. Все-таки мы живем в век технологий, и знания в этой области очень пригодятся в будущем. Главное, чтобы родители контролировали время, которое ребенок проводит с компьютером или планшетом. И не забывали, что нельзя подменять реальное общение с крохой никакими новомодными устройствами.



**Адрес отделения социальной реабилитации и абилитации детей с ограниченными возможностями**

г. Когалым, ул. Прибалтийская, д. 17 А

**Контактный телефон:**

**8 (34667) 2-30-57 (доб. 231)**

**Сайт учреждения:**

[**www.kson86.ru**](http://www.kson86.ru)

**Официальная группа учреждения**

**в социальной сети «ВКонтакте»:**

[**https://vk.com/kson\_jemchujina**](https://vk.com/kson_jemchujina)

**Официальная группа учреждения**

**в социальной сети «Одноклассники»:**

[**https://ok.ru/bukogalyms**](https://ok.ru/bukogalyms)

**Официальная группа учреждения**

**в «Telegram»:**

[**https://t.me/KKCSON**](https://t.me/KKCSON)

*Бюджетное учреждение Ханты-*

*Мансийского автономного округа – Югры «Когалымский комплексный центр социального*

*обслуживания населения»*

**ОТДЕЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ И АБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ**

Влияние современных гаджетов на развитие ребенка

****

г. Когалым