**Гаджеты – что такое хорошо и что такое плохо**

Ребенка XXI века невозможно представить без электронных гаджетов и Интернета. Смартфон, планшет, нетбук – неиссякаемый источник удовольствия для детей. Они охотно и легко осваивают гаджеты, говорят психологи, потому что в отличие от взрослых не боятся ошибиться, испортить дорогую игрушку, им не стыдно потерпеть неудачу. Поэтому они легко, играючи, методом тыка быстро учатся использовать любой современный гаджет. Между прочим эти аксессуары и разрабатывают понятными и простыми, вот только взрослые этого не замечают, задавленные собственными комплексами и страхами неудачи.

Итак, немного потыкав пальчиком в экран, ребенок уже в 3–4 года вполне уверенно себя чувствует в играх, а через 3–4 года также легко осваивает Интернет. Вы недовольны или вас это даже пугает?

В настоящее время все чаще можно наблюдать такую ситуацию, что ребенок затеял истерику, а мама успокаивает его, отвлекая мобильным телефоном или планшетом. Ребенок получает гаджет и начинает с интересом играть в игры. Уже не только ученые, но и продвинутые родители считают, что такой способ успокоения ребенка не самый лучший. Если ребенок любит играть в такие игрушки, это совсем не значит, что он юный гений и хорошо разбирается в новомодной технике, это значит, что он постоянно играет, вместо того, чтобы гулять, прыгать или бегать.

Малыш с ранних лет должен уметь сам контролировать свои эмоции, или искать средства контроля над ними, поэтому нельзя просто дать телефон ребенку и успокоиться. Велика вероятность того, что таких деток в будущем ожидают нервные срывы, или еще хуже - различные психические расстройства.

Если постоянно давать ребенку гаджеты, он будет жить виртуальной жизнью, у него не разовьется эмпатия, сочувствие и сострадание к другим, а также будут отсутствовать навыки разрешения проблем и конфликтных ситуаций, которые присущи жизни в реальности**.**

Также, если ребенок постоянно играет в мобильный телефон или планшет, он физически не может исследовать мир на ощупь, соответственно не развивается мелкая моторика, которая в свою очередь влияет на мышление, что очень важно для дальнейшего обучения ребенка. Многие родители ошибочно полагают, что развивающие приложения и касание сенсорного экрана планшета это полноценная замена играм на мелкую моторику. Это не так. Касание экрана никогда не заменит тактильных ощущений, ручки малыша, который занимается с планшетом будет менее развита для письма, чем рука ребенка, который занимается лепкой, нанизыванием бусин, мозаикой и подобными занятиями.

Обратите внимание на позу, в которой сидит ваш ребенок за планшетом или с телефоном. Как правило, его спина согнута (ребенок горбатится), часто он слишком близко смотрит на экран, отчего садится его зрение, кроме этого родители практически не контролируют время, проведенное ребенком с электронной игрушкой.

Ученые уже выяснили, что у детей, которые часто проводят время у мониторов, все процессы в мозгу замедляются. И если никак не препятствовать этим процессам, то учеба будет даваться вашему чаду очень сложно.

Также гаджеты препятствуют развитию самоконтроля у детей. Рассмотрим несложную цепочку: ребенок заплакал – дали телефон – успокоился. Такая цепочка может повторяться постоянно, соответственно у ребенка не возникает понятия самоконтроля, и сам он успокоится не в состоянии.

Ученые уже давно выясняют влияние девайсов на жизнь и здоровье детей. Статистика продолжает пугать – у современных детей словарный запас ничтожно мал, по сравнению с детьми даже предыдущего поколения.

Так, что мамам и папам, которые рассказывают, как их ребенок познает мобильные телефоны, компьютеры или планшеты хвастаться абсолютно нечем. Детей надо любить и заботиться об их будущем и ежедневно показывать свою любовь, гуляя с ними по парку, рисуя подарки бабушкам и дедушкам, обнимая и целуя его.

Несмотря на все вышесказанное, нельзя утверждать, что гаджеты это сплошное зло. Действительно, есть много полезных приложений, развивающих мультфильмов и просто полезных программ, важно, чтобы родители осознанно подходили к выбору игр и приложений для ребенка. Пусть они присутствуют в жизни ребенка в той же степени, что и спорт, общение со сверстниками, творчество. Именно родители могут и должны найти баланс всего этого.

Традиционная «страшилка» для родителей со стороны бабушек-дедушек и даже некоторых врачей – мол, ребенок непременно испортит себе здоровье электронными гаджетами. Непременно скажут про зрение. С технической точки зрения у врачей нет никаких претензий к разработчикам: и планшеты, и смартфоны не превышают допустимые нормы излучения. Об этом недавно сообщил главный специалист по гигиене детей и подростков Минздрава РФ. Проблемы могут быть лишь тогда, когда ребенок смотрит в экранчик по 10 часов в день. **Важно:** для детей до 12–13 лет время непрерывной работы с гаджетами не должно превышать 15–20 минут; для более старших детей– не более 25–30 минут. Если ребенок в группе риска (то есть один из родителей, дедушка или бабушка носили очки с детства), ребёнок, по возможности, должен использовать гаджет, не держа его в руках, а положив на стол или поставив в специальную подставку-зарядник (она называется «док-станция»). Кроме того, надо следить, чтобы при работе с гаджетами ребенок соблюдал так называемую оптимальную зрительную дистанцию – расстояние (по линии взора) от глаза до экрана устройства. Оно должно быть не менее 50 см (оптимально 60–70 см) с учетом размеров знаков и символов на экране.

Вывод напрашивается сам собой: планшет и телефон – всего лишь инструменты. Как мы будем их использовать – во вред или во благо наших детей – зависит от нас самих и степени нашего родительского внимания.

Что будет делать малыш, когда его родители и сами не отрываются от смартфона/компьютера? В благополучной Швеции 20% детей признались, что родители теряли или забывали своих детей в разных местах из-за того, что все внимание было уделено смартфону. Не удивительно, если эти дети, копируя поведение пап и мам, тоже будут часами проводить перед экраном.

Безусловно, когда вы сидите в очереди в поликлинике, или у вас важный звонок, телефон или планшет может стать вашим спасением, но это не должно входить в привычку. Всегда есть масса идей, чем увлечь и заинтересовать малыша.

Любите своих детей, давайте им как можно больше нового и лучшего и проблема с гаджетами окажется надуманной и не страшной. Что мы хотим, XXI век!

педагог социальный Левчук М.И.

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**Польза без границ**

Заполните жизнь вашего ребенка всякими интересными занятиями, и необходимость ограничивать время на гаджеты, отпадет сама собой. Сделайте смартфон или планшет своим союзником!

* Объясните ребенку, что гаджет нужен для дела. Научите звонить по смартфону бабушке, а планшет использовать для планирования дел. Есть много приложений – расписание уроков, ведение дневника, обработка фотографий — пусть школьник пользуется ими, а не только играет.
* Если нужно сократить время, проводимое в игре, Интернете, или закрыть доступ к определенным сайтам. Для этого есть программное обеспечение типа «Родительский контроль». Тихо, спокойно, удобно, понятно и вам, и строптивому малышу.
* Используйте гаджет, когда ребенка надо действительно занять и утихомирить – во время авиаперелета, в очереди к врачу, в автомобильной пробке. При этом подберите не столько мультики, сколько обучающие программы. Так, для дошкольников есть много игр, с помощью которых можно выучить буквы, слова, цифры, цвета, фигуры, научиться концентрировать внимание на объектах, появляющихся в разных сторон. После таких игр пятилетние дети говорят на 27% больше и лучше тех, кто готовился к школе традиционно, трехлетние – на 17% лучше.
* Приучите ребенка к чтению. Современные дети не любят читать книги, а уж школьная «классика» – камень преткновения и отчаяния для родителей. Поставьте на планшет программу - «читалку» (их много, и они бесплатны), закачайте туда книги и, как показывает практика, прежний Незнайка начинает читать в 87% случаев.
* Занимайтесь спортом со смартфоном. Для них и планшетов существует море спортивно-тренировочных приложений: как научиться отжиматься, подтягиваться, играть в футбол, бегать и даже танцевать. Не надо самому придумывать, чем занять засидевшегося ребенка, программа сама покажет, как ему подвигаться. Разумеется, это не замена спортивной секции и тренера, но как развлечение, чтобы не сидеть целый день на стуле, – крайне полезно. Для гаджетов с GPS есть программы спорт-трекера: они запишут маршрут прогулки, а при подключении к Интернету наложат его на карту, малыш сможет посмотреть, как высоко он поднялся на холм и сколько калорий сжег. Это очень увлекательный способ привлечь ребенка к двигательной активности, особенно если он уже «перебирает» в своем пристрастии к гаджетам.
* Творческие навыки тоже можно развить. Научите ребенка фотографировать (желательно, чтобы в гаджете была более-менее сносная камера), снимать видео, тут же собирать их в ролик, дополняя титрами, заставками, музыкой. Современное программное обеспечение позволяет делать это на гаджете пусть не с профессиональным качеством, зато легко и удобно. Детям нравится, но для начала надо вместе с ними разобраться и их увлечь.

Итак, мы видим, что с основными проблемами, которые возникают при использовании гаджетов, справиться несложно, важно лишь уделять ребенку достаточно внимания и следить за тем, как и когда он пользуется девайсом. По большому счету, все зависит от родителей. Появление зависимости от технологий в подавляющей степени кроется в невнимании мам и пап к своему ребенку

**Гаджеты -**

Ребенка XXI века невозможно представить без электронных гаджетов и Интернета. Смартфон, планшет, нетбук – неиссякаемый источник удовольствия для детей и предмет беспокойства родителей. Почему дети их так любят и не опасны ли для них кибернетические гаджеты?

Дети охотно и легко осваивают гаджеты, говорят психологи, потому что в отличие от взрослых не боятся ошибиться, испортить дорогую игрушку, им не стыдно потерпеть неудачу. Поэтому они легко, играючи, методом тыка быстро учатся использовать любой современный гаджет. Между прочим эти аксессуары и разрабатывают понятными и простыми, вот только взрослые этого не замечают, задавленные собственными комплексами и страхами неудачи.

Итак, немного потыкав пальчиком в экран, ребенок уже в 3–4 года вполне уверенно себя чувствует в играх, а через 3–4 года также легко осваивает Интернет. Вы недовольны или вас это даже пугает? Посмотрите на себя.

**ЗЕРКАЛО ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Подумайте, за каким занятием чаще всего видит вас ребенок? За компьютером или с планшетом в руках, а может, смотрящим в смартфон? Неудивительно, что эти предметы становятся для него настолько ценными.

Позже вы и ему дадите попробовать гаджет, например, в награду за хорошее поведение или чтобы не ныл в пробке. Пока вы с умилением смотрите, как маленькие пальчики ползают по тачскрину, ребенок получает невероятные и сугубо положительные эмоции от необычной новинки и интересных игрушек или мультиков. От удовольствия вообще трудно отказаться самостоятельно, тем более в детстве, когда функции самоконтроля еще слабы или вообще не сформированы.

Впрочем, и пользу гаджетов нельзя недооценивать. Тачскрины, кнопочки и джойстики развивают мелкую моторику и логическое мышление. Пользуясь устройством, малыш учится анализировать и сосредотачивать внимание, тренирует зрительное и слуховое восприятие. Так что бороться с гаджетами в детской глупо! Тем более что уже в общеобразовательных школах первоклашки пользуются школьными планшетами**.**

**ИЩЕМ БАЛАНС**

Если ребенок будет только бегать и прыгать, то вырастет необразованным. Если будет только сидеть и учиться – слабым и подслеповатым. Если будет есть только сладкое – станет толстым. Будет есть только мясо – будет страдать от запоров и авитаминоза… Нет ничего однозначно хорошего или однозначно плохого, нужно все, но в меру. То же самое и с гаджетами. Пусть они присутствуют в жизни ребенка в той же степени, что и спорт, общение со сверстниками, творчество. Именно родители могут и должны найти баланс всего этого.

Итак, чем нас пугает общественное мнение о гаджетах в руках детей и где правда?

**Зависимость**

Многие считают, что «продвинутый» киндер только и делает, что сидит в играх, социальных сетях, фильмах и мультиках. А без любимого гаджета становится неуправляем и истеричен.

Действительно, 60% тинейджеров, пользующихся смартфонами, сами говорят, что ощущают сильную зависимость от него. Но все же это не зависимость в медицинском смысле слова, когда, расставшись с какой-либо привычкой, человек физически ощущает себя плохо, не может себя контролировать и т. д. Да, оставшись без любимого гаджета, дети и подростки ощущают себя неуютно, капризничают, ищут пути вернуть его. Однако 87% из них, если их отвлечь на другой вид деятельности, забудут о своей привязанности до того момента, когда у них вновь появится свободное время. Это скорее бытовая зависимость от предмета, который дает комфорт. Точно такова же зависимость домохозяйки от современной плиты, посудомойки или мультиварки, а ее супруга – от автомобиля или мотоцикла. Просто привычка к гаджетам сильнее всего бросается в глаза, так как традиционно ассоциируется не с необходимостью, а с развлечением (кстати, зря, но об этом ниже).

В любом случае, если в жизни вашего ребенка не одна интересная вещь – гаджет, а много – спортивная секция, художественная школа и т. п., вам это не грозит. Чем больше ребенок занят, тем меньше времени на бесцельные развлечения.

Проблемы в реальном общении. Если ребенок много общается «в реале» (школа, секция, родственники), то риск преувеличен. Тем более что виртуальное общение – это полноценная составляющая современной жизни, и это тоже надо уметь.

На самом деле, можно понаблюдать, зачем ребенку это надо. Дошкольникам и младшим школьникам может не хватать общения с родителями, умения играть, занимать себя. Подростки порой чувствуют себя увереннее в виртуальном мире, предъявляя свой желаемый образ, а не реальный.

**Лень к жизни.** Многие родители жалуются: подросток ничего не хочет – ни учиться, ни в институт, все из-под палки. На попытки расспросить: «Ты сам-то кем хочешь стать после школы?», отвечает: «Не знаю. Мне все равно». И тут наверняка начинаются обвинения: это все компьютер, Интернет, ты слишком много там времени проводишь!

На самом деле Интернет тут ни при чем. Нормально, когда подросток не знает, кем хочет стать, выбирает вуз «за компанию» или по несущественным для выбора профессии критериям. Это было всегда и является свойством подросткового возраста: психологическая незрелость, неумение делать выбор и нести ответственность за свою жизнь.

**На здоровье!**

Традиционная «страшилка» для родителей со стороны бабушек-дедушек и даже некоторых врачей – мол, ребенок непременно испортит себе здоровье электронными гаджетами. Непременно скажут про зрение, ну и кое-что еще приплетут.

С технической точки зрения у врачей нет никаких претензий к разработчикам: и планшеты, и смартфоны не превышают допустимые нормы излучения. Об этом недавно сообщил главный специалист по гигиене детей и подростков Минздрава РФ, руководитель НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН Владислав Кучма в интервью РИА «Новости». Проблемы могут быть лишь тогда, когда ребенок смотрит в экранчик по 10 часов в день.

**Синдром сухого глаза.** В норме человек моргает 18 раз в минуту, обновляя слезную пленку на глазу. Когда ребенок увлечен игрой или мультиком, он моргает всего 2–6 раз в минуту! Слезная пленка высыхает и истончается. Тогда глаз пытается получить влагу изнутри, усиливая прилив крови к сосудам. В итоге получаем красные глаза, а из-за ощущения сухости («песка» в глазах) ребенок, не задумываясь, трет их, рискуя получить конъюнктивит. Именно с предотвращением «синдрома сухого глаза» и связаны рекомендации гигиенистов и офтальмологов каждые полчаса отрываться от экрана и смотреть вдаль. Детей обычно очень веселит идея каждые полчаса встать и пропрыгать на одной ножке по комнате и обратно, а чтобы не забыть – в гаджете всегда есть программа-напоминалка.

Близорукость. Она может быть связана как с спазмом зрительных мышц, так и с изменением формы глаза. Причина в том, что для поддержания остроты зрения необходимо статичное расстояние от наших глаз до объекта. А когда планшет или смартфон дрожат в быстро устающих детских ручонках, глаз вынужден вновь и вновь повышать резкость изобрежания. Если ребенок в группе риска (то есть один из родителей, дедушка или бабушка носили очки с детства), такое «болтание» запросто может спровоцировать развитие близорукости. Поэтому, по возможности, киндер должен использовать гаджет, не держа его в руках, а положив на стол или поставив в специальную подставку-зарядник с wi-fi (она называется «док-станция»). Кроме того, надо следить, чтобы при работе с гаджетами ребенок соблюдал так называемую оптимальную зрительную дистанцию – расстояние (по линии взора) от глаза до экрана устройства. Оно должно быть не менее 50 см (оптимально 60–70 см) с учетом размеров знаков и символов на экране.

**Важно: для детей до 12–13 лет время непрерывной работы с гаджетами не должно превышать 15–20 минут; для более старших детей– не более 25–30 минут.**

**Стресс.** Недавнее исследование американских физиологов установило, что компьютерные игры – эмоциональный стресс для ребенка. Они могут сопровождаться выбросом «гормонов стресса» из коры надпочечников, что может привести к повышенной возбудимости ребенка в дальнейшей жизни. Однако это касается только тех детей, у кого гаджеты – единственный источник переживаний и эмоций. Иными словами, если ребенок много чего в жизни видит, участвует в спектаклях, соревнованиях, ходит на утренники, дни рождения и т. п., гаджет не возбудит его слишком сильно.

**Мышцы.** Долгое сидение в неподвижной позе, да еще и удерживая планшет или смартфон, может привести к нарушению осанки, перенапряжению и спазму мелких мышечных групп и ухудшению нервной проводимости. Могут даже возникнуть судороги пальцев, кисти и предплечья, боль в плечах, шее и спине. Выход весьма прост: чередовать пользование гаджетом и движение. Можно раз в полчаса попрыгать на одной ножке, как мы уже предложили, а можно залезть на канат, поотжиматься от пола или покидать мяч в стенку. Ребенок– не взрослый, для него эти порывы совершенно обычны и ни у кого не вызовут удивления.

**Сосуды.** Пребываение в неподвижной позе – причина еще и длительного напряжения мышц шеи и их спазм. В результате этого могут сдавливаться кровеносные сосуды, что может стать прииной кислородного голодания мозга: ребенок во время игры с гаджетом все время зевает, становится вялым, жалуется на стойкую головную боль. А профилактика все та же: прерваться и побегать-поиграть.

**Польза без границ**

Заполните жизнь вашего ребенка всякими интересными занятиями, и необходимость ограничивать время на гаджеты, отпадет сама собой. Сделайте смартфон или планшет своим союзником!

\* Объясните ребенку, что гаджет нужен для дела. Научите звонить по смартфону бабушке, а планшет использовать для планирования дел. Есть много приложений – расписание уроков, ведение дневника, обработка фотографий — пусть школьник пользуется ими, а не только играет.

\* Если нужно сократить время, проводимое в игре, Интернете, или закрыть доступ к определенным сайтам. Для этого есть программное обеспечение типа «Родительский контроль». Тихо, спокойно, удобно, понятно и вам, и строптивому малышу.

\* Используйте гаджет, когда ребенка надо действительно занять и утихомирить – во время авиаперелета, в очереди к врачу, в автомобильной пробке. При этом подберите не столько мультики, сколько обучающие программы. Так, для дошкольников есть много игр, с помощью которых можно выучить буквы, слова, цифры, цвета, фигуры, научиться концентрировать внимание на объектах, появляющихся в разных сторон. После таких игр пятилетние дети говорят на 27% больше и лучше тех, кто готовился к школе традиционно, трехлетние – на 17% лучше.

\* Приучите ребенка к чтению. Современные дети не любят читать книги, а уж школьная «классика» – камень преткновения и отчаяния для родителей. Поставьте на планшет программу-«читалку» (их много, и они бесплатны), закачайте туда книги и, как показывает практика, прежний Незнайка начинает читать в 87% случаев.

\* Занимайтесь спортом со смартфоном. Для них и планшетов существует море спортивно-тренировочных приложений: как научиться отжиматься, подтягиваться, играть в футбол, бегать и даже танцевать. Не надо самому придумывать, чем занять засидевшегося ребенка, программа сама покажет, как ему подвигаться. Разумеется, это не замена спортивной секции и тренера, но как развлечение, чтобы не сидеть целый день на стуле, – крайне полезно. Для гаджетов с GPS есть программы спорт-трекера: они запишут маршрут прогулки, а при подключении к Интернету наложат его на карту, малыш сможет посмотреть, как высоко он поднялся на холм и сколько калорий сжег. Это очень увлекательный способ привлечь ребенка к двигательной активности, особенно если он уже «перебирает» в своем пристрастии к гаджетам.

\* Творческие навыки тоже можно развить. Научите ребенка фотографировать (желательно, чтобы в гаджете была более-менее сносная камера), снимать видео, тут же собирать их в ролик, дополняя титрами, заставками, музыкой. Современное программное обеспечение позволяет делать это на гаджете пусть не с профессиональным качеством, зато легко и удобно. Детям нравится, но для начала надо вместе с ними разобраться и их увлечь.

Любите своих детей, давайте им как можно больше нового и лучшего и проблема с гаджетами окажется надуманной и не страшной. Что мы хотим, XXI век!

**Дети и гаджеты №1: хорошо или плохо?**

Ритм нашей жизни меняет привычные вещи с раннего детства. Вы удивитесь, но британская газета Daily Mail сообщает, что слово «планшет» – первое слово каждого восьмого малыша в их стране. Не ручаемся за достоверность этого факта, но давайте признаем очевидное: в XXI веке новые технологии и мобильные устройства прочно вошли в жизнь современных детей.

А вместе с новыми технологиями, как известно, приходят и новые вопросы, например, такие:

Как развитие технологий влияет на воспитание детей?

Какие удивительные новинки появляются на рынке детских товаров?

Как извлечь максимальную пользу из любви малышей к гаджетам?

Внимательным и заботливым родителям просто необходимо знать ответы на них.

Поэтому мы открываем новый цикл статей под названием «Дети и гаджеты», где они смогут их получить: узнать о самых интересных цифровых и технологических новинках, о том, как пользоваться ими правильно, услышать мнение экспертов и педагогов и поделиться своим опытом.

Что такое хорошо, а что такое плохо?

Одна наша знакомая школьница безумно хотела себе планшет (при том, что в семье на тот момент их уже было два, нетбук и ноутбук со смарфтонами не в счет). Хотела долго и упорно: активно просила у родителей, получала пятерки в школе, мыла посуду без напоминаний… На резонный вопрос – зачем же ей это устройство, отвечала: «Хочу делать фотографии самой себя и выкладывать их во Вконтакте». Девочка просто не знала о существовании камеры на ноутбуке. Плюс, ей просто было важно иметь что-то «своё».

Не меньше хотел «таблетку» и другой маленький мальчик – «ну ведь невозможно же час ехать до дачи! Что без планшета делать-то!?». Немаловажным фактом было и наличие модного девайса у большинства одноклассников.

Эти дети учатся в 5-м и 1-м классах соответственно. И они уже не видят свою жизнь без мобильных устройств!

Да что говорить о школьниках, когда сегодня и младшие детсадовцы уже не представляют себе, как они раньше играли в обычные игры, а не в мобильные игрушки. Как это так – не иметь виртуальных питомцев, виртуальных друзей и не отстраивать виртуальный город?

Налицо очевидный тренд – повальная гаджетизация детей и подростков. Если верить данным агентства Common Sense Media, 38% американских малышей «от 0 до 2» и 61% трехлетних работают с планшетами и смартфонами. Причем у 4 и 8% это уже собственное устройство. Цифр по России нет, но судя по скорости распространения мобильных устройств, вполне возможно, что через несколько месяцев мы уже догоним и перегоним Америку.

«Поколение Pepsi» сегодня превратилось в «поколение iPhone». Устройства становятся практически единственным рычагом воздействия на ребенка: «если не уберешься в комнате – отниму». Это было бы не так страшно, если бы не одно «но»: для большинства детей смарфтон или планшет – это не более, чем игрушка, в которую интересно играть на занятиях, и которой можно хвалиться перед друзьями. На многочисленных форумах мамы жалуются, что их чадо ничего не хочет делать – только играть да сообщения строчить.

К сожалению, огромные образовательные возможности мобильных приложений практически не используются или используются не в полной мере.

Это грустный факт, но есть и хороший момент: появляется все больше и больше действительно полезных приложений для детей любых возрастов.

Разработчики повышают качество контента, а родители, в свою очередь, стимулируют их, тратя все более крупные суммы на загрузки.

**Подводные камни**

Несмотря на то, что мобильные устройства могут быть очень полезны, и обучающие приложения могут быть интересными и необычными для любого возраста, к ним все равно остается много вопросов. Давайте разберемся во всех минусах и решим, как же можно их исправить.

Главное, за что ругают планшеты и смартфоны – вред, наносимый хрупкому детскому здоровью. Можно найти массу статей со страшными фактами. Например, что из-за активного взаимодействия с сенсорными экранами начинаются проблемы с координацией действий между командами головного мозга и движениями рук – якобы возникают сложности даже с броском мяча по прямой линии. Однако, пока достоверного научного подтверждения такому пугающему явлению нет.

Считается, что постоянное вглядывание в небольшие объекты на экранах смартфонов и планшетов развивает близорукость (особенно у тех, кто близко подносят экран к глазам), а сухость напряженных глаз может приводить к их воспалению и инфицированию. Что можно сказать на это? Что все зависит от бдительности родителей: очевидно, что необходимо контролировать свое чадо, не давать ему пользоваться гаджетом слишком долго и предварительно просматривать все приложения, выбирая самые адекватные интерфейсы.

Более того, в прошлом году во Франции вышла многостраничная книга «Ребенок и экраны» (L’enfant et les écrans), в которой Академия наук раскрывает вопрос взаимодействия ребенка и гаджетов с точки зрения медицины, психологии и неврологии. По результатам исследований было разрешено использование смартфонов с 1,5 лет.

Мы видим фундаментальные изменения в том, как дети потребляют средства массовой информации, — говорит Джим Стейер, Common Sense Media (один из авторов исследования по влиянию мобильных устройств на развитие детей). — Малыши, которые даже не могут говорить, подходят к экрану телевизора и пробуют провести по нему, как по iPad или iPhone.

Американская академия педиатрии рекомендует родителям полностью запретить все экранное время, в том числе мобильные устройства для детей до 2 лет. Но Стейер считает, что это консервативное предложение. Когда планшеты и смартфоны используются ответственно, а контент контролируется, то устройства могут служить множеству образовательных целей.

Мы должны сделать экранное время временем обучения, — считает он. — Технология, использованная с умом, становится важным элементом в образовании. Планшет может быть образовательным инструментом, но если им злоупотреблять или использовать в качестве виртуальной няни, то устройство может и навредить.

Еще одна проблема – «девайсификация». Этот термин пришел нам в голову при общении с современными детьми. Им очень важно быть во всем не хуже других – это касается и техники. Не так важен функционал устройства – важно быть в группе обладателей гаджетов. Важно иметь модель не хуже, чем у других. И многие родители недальновидно поощряют это явление, покупая детям дорогие устройства. Однако дети их часто теряют или становятся жертвами воров: дорогой смартфон — заманчивая вещь для карманника. Родители должны объяснить чаду, что обладание той или иной модной вещью не сделает ребенка лучше других. К сожалению, так делают далеко не все.

Итак, мы видим, что с основными проблемами, которые возникают при использовании гаджетов, справиться несложно, важно лишь уделять ребенку достаточно внимания и следить за тем, как и когда он пользуется девайсом. По большому счету, все зависит от родителей. Появление зависимости от технологий в подавляющей степени кроется в невнимании мам и пап к своему ребенку.

Что будет делать малыш, когда его родители и сами не отрываются от смартфона/компьютера, набирая десятки строчек в минуту или играя в игру? В благополучной Швеции 20% детей признались, что родители теряли или забывали их в разных местах из-за того, что все внимание было уделено смартфону. Не удивительно, если эти дети, копируя поведение пап и мам, тоже будут часами проводить перед экраном.

Вывод напрашивается сам собой: планешт и телфон – всего лишь инструменты. Как мы будем их использовать – во вред или во благо наших детей – зависит от нас самих и степени нашего родительского внимания.

В следующих статьях мы расскажем о «благах»: сделаем обзор интересных приложений и дадим советы мамам и папам, что же нужно скачивать на смартфон, чтобы ребенок не просто смотрел на яркие картинки, а полноценно развивался.