Интернет покорил взрослое поколение, затем соблазнил подростков и вот добрался до самых маленьких. Уже не редкость встретить трехлетнего малыша, увлеченно нажимающего кнопки на папином планшете. Но, что скрывается за этим безобидным времяпровождением?  


**В чем опасность интернета.** У дошкольников слабо развита тормозная система. Они быстро возбуждаются, вовлекаются в процесс, а вот затормозить чувства и желания им сложно. Всемирная сеть пестрит динамичными играми, красочными пейзажами, супергеройскими способностями. Даже взрослому трудно устоять, что говорить о малыше. Его это завораживает, увлекает. Он становится заложником виртуальной реальности. Интернет — это наркотик для детей. Затягивает незаметно, вырваться сложно.

**Последствия**. Да, во всемирной паутине много развивающих игр и познавательных мультфильмов. Есть там детские презентации, которые малыш смотрит с удовольствием и расширяет полученные знания. Но за этими небольшими плюсами скрываются огромные минусы. Искривление осанки Долго сидеть за компьютером — нагрузка на позвоночник. Теперь интернет стал доступен через планшет и телефон. Дети играют лежа на животе, на спине, полулежа, сгорбившись в три погибели. Поскольку скелет ребенка еще только формируется, такое времяпровождение чревато искривлением позвоночника.  
  
**Падает  зрение.** Длительное время смотреть в одну точку вредно. К тому же дети не соблюдают расстояние от глаз до экрана, зачастую играют в темноте. Это нагрузка на глазные мышцы. Они устают и атрофируются, что ведет к ослаблению зрения. Отстает развитие речи, страдает мышление. В раннем возрасте идет активное формирование клеток головного мозга, отвечающих за речь и мышление. Ребенок развивается посредством общения. Задавая вопросы, он учится думать, анализировать. Закладываются основы логического мышления. Замещение реального общения интернетом ведет к односторонней связи. Вопросы не задаются, ответов нет, отсутствует диалог. Как итог — отставание в речевом развитии и мышлении.

**Искажение реальности.**  Маленький ребенок не умеет мыслить критически. Любую полученную информацию он воспринимает за правду. В интернете полно искаженного и ложного материала. Компьютерные игры строятся на несуществующих способностях героев и вымышленных свойствах окружающих предметов. Ребенок переносит полученные знания в жизнь. Известны случаи, когда дети, представляя себя супергероями, спрыгивали с крыш домов. Мультфильмы и виртуальные игры закладывают неправильные ценности. Теперь героями правят не добро и справедливость, а сила и хитрость. Жажда наживы и грубость занимают не последнее место. Дети больше не хотят быть космонавтами и учеными. Они хотят быть блоггерами, киллерами, не работать вообще.

**Формирует жестокость.**  Во всемирной паутине много развлечений, содержащих сцены насилия. Когда ребенок их видит регулярно, у него формируется отношение к агрессии как к нормальному, естественному проявлению черт личности. Если жестокость закладывается уже в раннем детстве, как отразится в будущем? Измененное сознание, нет жалости, сопереживания. Всемирная сеть воспитывает жестокое поколение.

**Информация не по возрасту**. На многих сайтах, независимо от тематики, размещают баннеры недетского содержания. Ребенок, лазая по веб-страницам, может случайно нарваться на «откровенные» картинки.

**Программирует зависимость**. В детском возрасте зависимость формируется быстрее, чем во взрослом. Красивая графика, суперспособности, насыщенность спецэффектами и динамичность виртуальной реальности гипнотизируют ребенка. Время, проведенное в сети, связывается с радостью, экстримом и яркими впечатлениями. Этого достаточно, чтобы зафиксировалась устойчивая связь «интернет = удовольствие».

**Влияет на нервную систему**. Компьютерные развлекательные игры, для какого возраста они бы не предназначались, перевозбуждают нервную систему. Эти развлечения по содержанию своему очень динамичны. В них часто присутствует эффект неожиданности, что может испугать малыша. У детей появляются необоснованные страхи. Так как психические процессы ребенка еще не сформированы, последствия могут быть непредсказуемыми. В настоящее время медики связывают растущую гиперактивность детей с частой и резкой сменой картинок на экранах, динамичностью компьютерных игр.  
Вышеперечисленные последствия это только те, с которыми сталкиваются дошкольники. Если «вирус» вовремя не затормозить, то в будущем проблемы будут нарастать. Заглянем немного вперед и посмотрим, что грозит подросткам, бесконтрольно увлекающимся интернетом.   
  
**Недостаток свежего воздуха** .Время, которое дети проводят в сети, раньше тратили на игры со сверстниками на свежем воздухе. Теперь их не выгнать на улицу. В интернете есть и развлечения, и сетевое общение. Дети страдают от недостатка свежего воздуха, что сказывается на здоровье.  
**Пропадает интерес к учебе**. С появлением интернета ученые отмечают у детей резкий спад интереса к знаниям. Ребенку нет больше смысла утруждаться. Веб-сайты дают готовые ответы на вопросы, там легко найти необходимую информацию. В отличие от учебы, где нужно приложить усилия, чтобы получить результат.

**Малообщительность**. В интернете время проходит незаметно. 60 минут пролетает как 6. Ребенка в меньшей степени интересует общение с друзьями лицом к лицу. Виртуальная реальность ярче и привлекательней. Ей отдается предпочтение. Дети, зависимые от компьютерных игр, становятся замкнутыми, нелюдимыми, теряют контакт с обществом.

**Снижение активности.** Всемирная сеть быстро затягивает. Времени на другие виды деятельности не хватает. Спорт, танцы, соревнования и хобби становятся менее привлекательными, чем виртуальная реальность. Отсюда малоподвижный образ жизни, атрофируются мышцы, появляется склонность к ожирению.

**Сексуально-девиантное поведение.** Беспрепятственный доступ к запретной теме влечет ранний интерес и желание попробовать. Дети рано и неразборчиво вступают в половые связи, что ведет к незапланированной беременности и распространению специфических болезней.

**Жертвы киберпреступников**. Небольшой жизненный опыт не позволяет ребенку распознать опасность. Дети в интернете — легкая добыча для преступников, маньяков, сектантов. Последние 10 лет через сеть идет активная вербовка несовершеннолетних в различные незаконные группировки.

**Виды виртуальной зависимости** .Не всегда привязанность формируется посредством компьютерных игр. Чтобы вовремя распознать проблему, родителям следует знать и различать три вида интернет-зависимости.

-Игровая. Ребенок часто и подолгу играет в компьютерные игры.

- Сетевая. Чрезмерное увлечение перепиской в социальных сетях.

-Серфинг. Долгое, бесцельное просматривание сайтов и красивых картинок.

**Правила обращения с интернетом**Так ли необходим маленькому ребенку интернет? На самом деле он дошкольнику не нужен. Все развивалки и логические смекалки есть в бумажных версиях. Это настольно-дидактические игры. Но если, все же, решили развивать ребенка при помощи всемирной сети, следует строго соблюдать следующие правила:

**Время.** Для детей разных возрастов установлены нормы пребывания за компьютером (планшетом, айфоном):

-до 5 лет — не более 10 минут

-5-7 лет — до 20 минут

- 7-11 лет — до 30 минут

-12-14 лет — до 45 минут

-15-16 лет — до 2 часов с перерывами

**Контроль.** Чтобы знать, чем ребенок занимается в сети, поместите компьютер таким образом, чтобы монитор был всегда на виду.

**Доступ.** Существуют специальные программы ограниченного доступа, которые блокируют сайты и баннеры «недетского содержания». Даже если ребенок сделает запрос на эту тему, браузер ему выдаст краткий курс биологии. Строение органов мальчиков и девочек. Пусть развивается, раз такой любопытный. Кроме этого в компьютере можно включить «родительский контроль». Его преимущества: ограничивает время, отслеживает все действия в интернете, блокирует неприличные сайты, позволяет скачивать игры с учетом возрастных ограничений.

**Свободное время**. Часто, ребенок увлекается компьютером от бестолкового времяпровождения, от незнания, чем себя занять. Не используйте интернет как няню. Проводите время с детьми. Гуляйте на природе, ходите в кафе, кино, беседуйте, читайте книжки.

**Дополнительные занятия.** Чтобы ребенок лишний раз не садился за компьютер, запишите его в спортивную секцию, кружок, танцы. Так вы убьете двух зайцев: меньше времени на интернет + физическое развитие.

**Больше общения.** Приглашайте друзей ребенка в гости. Вдвоем, втроем играть гораздо веселее, чем одному. Развиваются коммуникабельность, воображение, творчество, речь. Виртуальная реальность не заменит «живого» общения. Пагубное влияние интернета легче предупредить, чем лечить его последствия. Уделяйте детям больше внимания, и они будут меньше увлекаться виртуальной реальностью.

Подготовила: педагог – психолог

Ложечник Н.Н.