**Педагогический диспут «Дети и гаджеты:**

**давать нельзя отбирать»**

Жаркие споры вокруг зависимости от гаджетов не утихают уже много лет. Люди ищут универсальных ответов, но их нет... Зато есть хорошие рекомендации, которые помогут найти оптимальное решение именно для вашей семьи.

Жизнь современной семьи уже почти невозможно представить без гаджетов. С самого раннего возраста дети начинают активно интересоваться мобильными телефонами и планшетами, заменяя ими любые другие занятия.

Гаджеты, бесспорно, облегчают жизнь родителям, но часто они приносят и множество проблем — от ухудшения зрения до абсолютной неспособности ребенка взаимодействовать с людьми в реальном мире.

**Польза есть!**

Как и у любого жизненного явления, здесь есть свои плюсы и минусы, нельзя однозначно утверждать, что гаджеты — вселенское зло. Но стоит оговориться, что в отношении детей младшего возраста, польза измеряется только степенью удобства для родителей.

Малышу до 3-5 летнего возраста ни к чему ежедневно пользоваться смартфоном и планшетом. Сегодня психологи всего мира сходятся во мнении, что использовать мобильные и планшеты детям не рекомендуется.

**Говоря о пользе гаджетов для детей старше 5 лет, смело можно упомянуть:**

* развитие (разнообразие развивающих приложений помогает ребенку учиться читать и считать, осваивать иностранные языки, развивать познавательные процессы в целом);
* быстрое и удобное получение информации;
* экономия времени (например, чтобы прочесть книгу или найти изображение редкого животного вам не придется ее где-то искать);
* возможность чем-то себя занять во время длительного ожидания (например, родители могут дать поиграть в планшет, ожидая своей очереди в поликлинике);
* веселое провождение времени и улучшение настроения (развлекательные игры, онлайн-общение с интересными собеседниками и прочее).

**Если и вредно, то не всегда**

Безусловно, только при соблюдении меры в использовании современных электронных устройств возможно оценить всю пользу. Как только родители перестают следить за временем использования мобильных телефонов, заменять им живое общение, игры, можно смело утверждать — гаджеты вредят!

**Ухудшается ли физическое развитие.**

Ежедневное длительное использование мобильных устройств нередко приводит к тому, что у ребенка значительно ухудшается зрение.

Кроме того, дети, которые регулярно проводят время за гаджетами, мало двигаются, что приводит к набору веса. В Америке дети много сидят перед телевизором, при этом обязательно что-то жуют. После просмотра мультсериала ребенок устраивается у компьютера и играет два часа подряд в очередную сетевую стрелялку, а там уже ужин и сон.

Кстати, о сне. Использование мобильных устройств может провоцировать также и различные расстройства сна, (особенно, если ребенок берет телефон с собой в кровать и постоянно проверяет социальные сети или допоздна играет в игры). Голубой свет экранов влияет на выработку мелатонина, что провоцирует появление проблем с засыпанием.

**Ухудшается ли психологическое состояние?**

Избыток информации, доступ ко всевозможным сайтам, требующие безотрывного включения игры — все это может отрицательным образом сказываться на детской психике, делая ребенка нервным, суетливым и раздражительным.

Человек уже привык к тому, что в интернете он получает все и сразу, и даже кратковременные неполадки с сетью могут вызывать в нем бурю негативных эмоций — от раздражения до гнева.

Особенно сильно повлиять на психологическое состояние, самооценку ребенка могут социальные сети или форумы — множество незнакомых людей способны не только высказать то или иное неприятное мнение, но и унизить, оскорбить, применить эмоциональное насилие.

**«Одностороннее» развитие. Телефон обедняет окружающую среду ребенка?**

Частое использование гаджета обедняет окружающую среду ребенка. Для детей все вокруг — предмет для манипуляций, развития, познания. Держа в руках телефон, ребенок лишается возможности развивать мелкую моторику, совершать различные манипуляции с предметами. Но ведь известно, что развитие мелкой моторики неразрывно связано с развитием познавательных процессов, речью.

**Пробелы в развитии эмоционального и социального видов интеллекта?**

Ребенку нужно живое общение, а не игры с телефоном. Постоянное «залипание» в экран крадет время у необходимой в этом возрасте социализации.

У детей не формируется понимание, как вести себя в реальном мире. Если смс-сообщения или игры постоянно заменяют ребенку встречи и разговоры с друзьями, со временем при любом общении вживую он будет ощущать неловкость из-за незнания, что ему делать и говорить.

Многим детям сейчас неинтересны «обычные» игрушки или ролевые игры («дочки-матери», «магазин»), необходимые для обогащения чувств, накопления опыта, развития воображения и обретения навыков коммуникации.

**«Запретить, нельзя давать» или «Запретить нельзя, давать»?**

Запрещать использовать гаджеты раз и навсегда не нужно. Первое, что нужно сделать, — определить меру.

1.Не запрещайте, а планомерно вырабатывайте здоровое отношение к устройству. Если гаджет совсем будет недоступен для ребенка, родители получат эффект запретного плода. Кроме того, дети могут начать обманывать, используя телефон или планшет втайне от взрослых.

2.Если у ребенка уже есть постоянное желание смотреть мультфильмы или играть в игры, стоит обсудить с ним время использования устройства (если позволяет возраст). Например, до полутора часов в день, но не более 30 минут за один раз. При этом родители должны быть готовыми не просто отбирать телефон или планшет, а отвлекать ребенка, заинтересовывать его другими делами (совместным общением, игрой со сверстниками, спортом, творческими занятиями, различными интересными хобби).

3.Объясните, что гаджет — это помощник, к которому мы обращаемся, только когда он действительно необходим. Среди игр сделать упор на развивающие головоломки или интересные викторины. По возможности, обсуждайте с ребенком то, какую пользу он сегодня получил от своего помощника: какую информацию нашел, какие знания получил, какие сделал выводы. Будьте вовлеченными в то, что делает ребенок, разделяйте его интересы, стремления, хвалите за успехи и помогайте в решении вопросов.

4.Будьте достойным примером и не проводите за телефоном большую часть дня (хотя бы в присутствии ребенка!). Разберитесь, нет ли у вас, родителей, цифровой зависимости. Не подействуют никакие методы, если вы будете заставлять детей отказаться от того, от чего сами они отказаться не в силах. Дети не только берут пример с родителей, не отрывающихся от телефонов, — они расстраиваются и чувствуют сильную тревогу, когда самые близкие взрослые предпочитают им электронные устройства

**Это важно помнить!**

Знакомить детей с гаджетами лучше после трех лет.

Современные специалисты утверждают, что в 3-4 года ребенку лучше не использовать гаджет более получаса в день.

В 5-6 лет — не более полутора часов.

При этом устройство обязательно должно быть защищено программой родительского контроля.

Дети не должны сами осваивать телефоны или планшеты — этому их должны обучать близкие взрослые.

Не стоит использовать гаджет с целью успокоения ребенка или для того, чтобы занять его, когда он требует внимания, но у взрослых есть «дела поважнее».

Важно помнить, что многие дети берут гаджет и начинают его изучать просто потому, что им больше нечем себя занять.

Покупая гаджет для ребенка, нужно объяснить, что телефон не игрушка, а предмет необходимости. Достаточно приобрести простой смартфон начального уровня с хорошей батареей, на который можно установить приложение для отслеживания местоположения.

Чтобы сократить время использования гаджетов, дома можно создавать специальные «свободные зоны» (например, в кухне или в спальне). Эти зоны всегда должны быть свободны от мобильных устройств. Если установить такие правила и строго их соблюдать, со временем ребенок привыкнет к ним и будет воспринимать такие «традиции» как часть жизни.

Всегда необходимо помнить, что полноценное развитие ребенка возможно только при постоянном контакте с окружающим миром. Такой контакт включает в себя общение с родителями и сверстниками, развивающие игры, изучение окружающих предметов и природы. Следует объяснить своему ребенку, что гаджеты облегчают жизнь, но не заменяют ее. И, конечно, показать ему на собственном примере, что реальный мир со всеми его загадками и красотой гораздо интереснее любого электронного устройства.

**Так к прогрессу или к деградации ведёт увлечение гаджетами?**

Ответ на этот вопрос зависит от родителей.

Глупо отвергать современные технологии и полностью лишать ребёнка телевизора, компьютера, мобильного телефона. Все эти устройства полезны, облегчают жизнь. Надо лишь научить ребёнка пользоваться ими.

Мобильный телефон необходим, когда ребёнок гуляет один: это и связь с родителями, и часы. Но должно неукоснительно соблюдаться правило: телефон должен быть всегда заряжен, включён и счёт на нём пополнен. Следить за этим – обязанность ребёнка, а не родителей.

Фотоаппарат в мобильном или планшете сегодня тоже вещь для школьника необходимая. Не только для того, чтобы поснимать друзей или пейзажи, но и сфотографировать расписание или задание.

Через Интернет можно и нужно учить ребёнка искать всякую справочную информацию.

Да и соц. сети – отличная возможность поделиться сразу со всеми друзьями какой-то новостью или своими фотографиями.

Главное, чтобы все эти электронные устройства не подменяли собой жизнь.