



## **Дети и гаджеты: все про общение ребенка с техникой**

Нужен ли детям гаджет в 10 лет? Ответ на этот и другие важные вопросы.

*В век высоких технологий гаджеты — верные и незаменимые спутники тех, кто ведет активный образ жизни. Старшее поколение не мыслит без них ни работы, ни досуга; не отстает и младшее, в последнее время знакомясь с техникой все раньше и раньше. Разбираемся, насколько это правильно, и выясняем, когда детям можно завязывать дружбу с гаджетами, чтобы это не навредило их здоровому развитию.*

Для подростков это неотъемлемая часть жизни, для детей маленьких — желанная игрушка, для младенцев — развлечение и успокоение в тех случаях, когда перестают действовать уловки и хитрости родителей. Речь идет о гаджетах, и тенденция такова, что в жизни малышей они появляются во все более раннем возрасте. Ученые бьют тревогу: проводя множество исследований того, как влияет общение с техникой на

развитие детей, они заявляют, что это чревато проблемами, которые могут проявиться в самых разных сферах жизни ребенка. Лучше всего им пока что известно о вреде телевидения для самых маленьких, а вот смартфоны и планшеты — новая угроза, еще не очень хорошо изученная.

Но первые шаги в этом направлении уже делаются. То, что удалось выяснить, для родителей, не возражающих против использования гаджетов в воспитании детей, будет неутешительным. С одной стороны, в нежном возрасте они невероятно быстро схватывают умение обращаться с техникой и без труда понимают принципы ее работы (некоторым это удается еще до того, как они произносят первое в своей жизни слово), с другой, это же может им и навредить. В этом году ученые Бостонского университета узнали: из-за смартфонов и планшетов "затомаживается" эмоциональное и социальное развитие ребенка, с трудом формируется способность самоконтроля, возникают проблемы с сенсомоторикой и визуальным восприятием информации, что затруднит даже школьное изучение математики и других точных наук.

[http://www.eurekalert.org/pub\\_releases/2015-01/bumc-mai013015.php](http://www.eurekalert.org/pub_releases/2015-01/bumc-mai013015.php) (ссылка на бостонское исследование)

Как же знакомить детей с гаджетами, чтобы это не имело негативных последствий для их гармоничного развития?

## Возраст

Четко определиться с тем, в каком возрасте гаджеты могут быть разрешены ребенку, — вопрос первостепенной важности. Однако родителям придется принять самостоятельно взвешенное решение, поскольку ученые продолжают спорить между собой по этому поводу. Исследователи из французской Академии наук решили, что запрет на гаджеты можно снимать с 1,5 лет, описав это в книге *L'enfant et les écrans* ("Ребенок и экраны") а в Американской академии педиатрии считают, что планку нужно поднять минимум до 2-летнего возраста. В то же время наблюдения родителей таковы, что детям лучше не братья за гаджеты, пока они еще не умеют говорить и не обладают элементарными навыками. В более раннем возрасте они в большинстве своем учатся бессознательно — в результате, сталкиваясь с книгами после гаджетов, они не листают страницы, а пытаются "скроллить", будто перед ними экран. Важно учитывать все эти факторы.

<http://www.enssib.fr/bibliotheque-numerique/documents/60271-l-enfant-et-les-ecrans.pdf> (ссылка на книгу *L'enfant et les écrans*)

<http://www2.aap.org/pressroom/mediaunder2.pdf> (ссылка на документ Американской академии педиатрии)

# Содержание

Когда встреча ребенка и гаджета уже произошла, не стоит слишком часто давать ему планшет или смартфон, используя это как "отвлекающий маневр", чтобы спокойно заняться своими делами. Гораздо лучше мультфильма на экране будет обучающее, развивающее приложение — оно позволит узнать что-то новое или же получить полезный навык.

## Время

Важно держать под контролем общение детей с техникой, причем как его характер, так и его длительность. Специалисты советуют четко ограничить время, которое ребенок может проводить перед экраном смартфона, планшета или компьютера. Единого мнения насчет этого, опять же, пока что не существует. В среднем, 4-летним не рекомендуют пользоваться техникой больше 20 минут, в 5 лет допускается увеличить это время до получаса, а в 6 — примерно до 40 минут. Очевидно, что с годами эти цифры будут расти, однако этот рост должен быть плавным и умеренным.

## Своя техника

Отдельный вопрос заключается в том, когда детям школьного возраста можно обзаводиться собственными гаджетами для постоянного пользования. Все зависит от того, сколько времени детям того или иного возраста старшие позволяют проводить у экранов. Но рекомендуется отодвинуть этот момент на более позднее время; оптимальным возрастом, когда ребенку можно стать обладателем своего смартфона, считается 10 лет, причем он должен уметь объяснить, зачем ему необходим этот девайс.

<http://www.telegraph.co.uk/news/uknews/11840751/Children-under-ten-should-not-own-smartphones.html> (источник значения "10 лет")

## Образец для подражания

Необходимо также помнить, что родители служат для ребенка примером и что он должен быть положительным. Чтобы не прививать ему зависимость от гаджетов, имеет смысл и самим (по крайней мере на глазах у малыша) не проводить время исключительно за планшетами и смартфонами, а больше общаться как между собой, так и с самим ребенком.

Конечно, нужно учитывать то, что в будущем техника и технологии будут иметь все больший вес и играть все большую роль в жизни общества, и понимать, что новому поколению неизбежно понадобится ловкость в обращении с гаджетами. Однако нельзя упускать из внимания важность живого общения, и в этом пункте сходятся все

исследователи влияния гаджетов на детей. Не стоит заменять свое присутствие в их жизни на электронные развлечения. От того, насколько родители поощряют ребенка к общению и активности, зависит немало: его любознательность, коммуникативность, социализация и многое, многое другое. Наконец, и не только детям, но и взрослым стоит помнить: ни один гаджет не может заменить любовь и тепло человека. Этим и должны определяться решения, связанные со знакомством детей с девайсами.