**Влияние гаджетов на детский организм**

В век современных технологий трудно представить жизнь без гаджетов, плотно засевших в нашу жизнь. К помощи смартфонов и планшетов прибегают не только в работе и быту, но и в воспитании детей – когда нужно отвлечь ребенка, объяснить тему в школе и иногда даже успокоить. Существует множество исследований, подтверждающих пагубное влияние электронных устройств на здоровье ребенка. Но что же касается неокрепшей психики?

*Детско-родительские отношения*

Родители дают детям гаджеты с разными целями: для развития, для переключения внимания при капризах. Но делать это с детьми до 2 лет категорически нельзя. В таком раннем возрасте у ребенка формируется особые эмоциональные взаимоотношения с близкими людьми, а замена родителей таким привлекательным устройством приводит к нарушениям этих связей.

*Нарушения развития речи*

Для развития органов речи необходимо время и определенные условия. Раннее знакомство с гаджетами тормозит развитие речи и усугубляет коммуникативные проблемы.

*Трудности в обучении чтению и восприятии информации*

Многие современные дети, использующие гаджеты с раннего возраста, имеют сложности в удержании в памяти предыдущей фразы при прослушивании текста, связывании слов в предложения, понимания смысла рассказа. Это связано с большим потоком ярких картинок и видеоматериалов. Проще говоря, ребенку чтение становится совсем неинтересно.

*Влияние на психику ребёнка*

Использование гаджетов способствуют интеллектуальному развитию, но негативно влияют на развитие мышления и восприятия. Яркие картинки вызывают у ребенка сильные эмоции, зрение и слух его перенасыщается, а в тактильных и осязательных ощущениях испытывается дефицит. Воображение и фантазия ребенка также не развиваются, поскольку ему предоставляются уже готовые формы.

*Влияние на социализацию*

Ребенку для формирования навыков коммуникации нужно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками. Проводя много времени за гаджетами, дети не имеют возможности и желания совершенствовать эти умения. Поэтому их социализация не развивается.

Подводя итоги, хотелось бы отметить, что не нужно полностью ограждать детей от гаджетов и запрещать им пользоваться интернетом. Важно уделять внимание ребенку, доносить до него значение настоящих ценностей – семьи, дружбы, общения, развития. А гаджеты должны быть только помощниками в жизни и достижении успеха. Тогда никаких проблем с ними в семье не возникнет.

|  |  |
| --- | --- |
| Заведующий отделом, врач по общей гигиене Филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области в Чкаловском районе города Екатеринбурга, в городе Полевской и Сысертском районе» | Е.В Аверина |

Согласовано:

|  |  |
| --- | --- |
| Главный государственный санитарный врач в Чкаловском районе города Екатеринбурга, в городе Полевской и в Сысертском районе, начальник Территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Свердловской области в Чкаловском районе города Екатеринбурга, в городе Полевской и в Сысертском районе | Н.В. Шатова |