**Консультация для родителей**

**«Телефон -друг или враг в воспитании детей?»**

Подготовила: педагог-психолог

Луганская Полина Павловна

В наше время компьютеры так глубоко проникли во все сферы нашей жизни, что жизнь без этой умной машины уже сложно себе представить.

Наши дети родились и растут в мире, где компьютер*(планшет, телефон)* – такая же привычная вещь, как телевизор, автомобиль, электрическое освещение. То, что нам, взрослым совсем недавно казалось чудом техники, для них - вовсе не чудо, а просто любопытная вещь, с которой можно возиться как со всякой новой игрушкой. В отличие от взрослых, которые постигают возможности компьютера с определенным трудом, детям это уже не представляет никакой сложности. В том, что компьютер*(планшет, телефон)* действительно удобен и эффективен во многих отношениях – нет сомнения, однако, родителей зачастую волнует вопрос, ***каково влияние компьютера на физическое и психологическое состояние детей?***

Вот, что думает по поводу детей и компьютеров детский психолог Ю. Гиппенрейтер: «Вы никуда не денетесь от планшетов и компьютеров**,** это среда, в которой дети растут. Какое влияние оказывает наличие планшета или то, что ребенок с ним делает? Наверное, надо посмотреть, что он с ним делает и включиться в совместный процесс … При хорошем контроле и грамотном развитии компьютерная индустрия – это одно из направлений приобретения ребенком знаний и навыков. Сам по себе компьютер или планшет ничего не значат, важно то, как его ребенок использует».

И действительно, если заниматься совместно с ребенком и чувствовать меру в использовании компьютера, то он действительно может стать для ребенка другом.

***Положительно влияя на ребенка, компьютер (планшет, телефон):***

֎         ***Повышает качество знаний;***

***֎        Продвигает ребенка в общем развитии;***

***֎        Способствует развитию памяти, логики, мышления, мелкой моторики;***

***֎        Помогает развивать творческие способности;***

***֎        Помогает преодолеть трудности;***

***֎        Вносит больше ярких эмоций и радости в жизнь ребенка;***

***֎        Позволяет вести обучение в зоне ближайшего развития;***

***֎        Повышает самооценку ребенка;***

***֎        Позволяет развиваться ребенку в ногу со временем.***

Однако если позволять ребенку использовать компьютер*(планшет, телефон)* безмерно и бесконтрольно, то он действительно может стать врагом для ребенка. Основные факторы негативного влияния компьютера*(планшета, телефона)*на организм дошкольника:

֎        ***Нагрузка на зрение (сидя перед****компьютером****, мы не замечаем постоянного мерцания экрана и его свечения, которые приводят к напряжению внутриглазных мышц, из-за этого часто развивается синдром сухого глаза);***

***֎        Стесненная поза (в результате долгого сидения в неподвижном положении появляются головные боли, онемение, боли в мышцах шеи, плеч и спины);***

***֎        Излучение (несмотря на доказательства о низком уровне излучения от девайсов, нельзя полностью списать этот фактор);***

***֎        Воздействие на психику (может вызвать психологическую зависимость, стать фактором стресса, раздражительности, повышенной возбудимости, агрессии).***

Таким образом, можно сделать вывод, что главное в этом вопросе чувство меры. Недолгое пребывание за компьютером улучшает концентрацию внимания, а чрезмерное – ухудшает. Чтобы ИКТ не повредили ребенку, очень важно регламентировать время, которое ребенок проводит за компьютером. Родителям, при решении этого вопроса, надо проявить настойчивость и последовательность, а также преодолеть собственный соблазн отдохнуть от ребенка, который, сидя за компьютером(телефоном, планшетом, не мешает родителям заниматься домашними делами или смотреть телевизор. Если грамотно и в меру использовать ИКТ, то, несомненно, он станет хорошим другом и помощником для ребенка.

**Успехов вам и вашим деткам!**