**Планшет для дошкольника**

        Дискуссия о том, стоит ли давать ребенку планшет, компьютер, позволять смотреть телевизор, вряд ли когда-то затихнет. С одной стороны от прогресса не спрячешься. С другой - разговоры о вреде и пользе гаджетов не прекращаются. Сейчас, без мобильного телефона мало кто представляет свою жизнь. Современные дети осваивают электронные гаджеты раньше, чем начинают читать и писать, а иногда и первыми учат своих родителей, как обращаться с ними. У каждого родителя своё мнение на пользование детьми планшетами.

         Нужен ли дошкольнику планшет? Безопасен ли он для физического и психического здоровья ребенка?

        Как известно, планшет не входит в число детских игрушек. Это вещь «взрослая», не из дешевых. И, разумеется, ребенок не может взять вдруг и обзавестись этим гаджетом. Планшет ребенку покупают родители. Те самые, которые потом начинают жаловаться: «Наш ребенок не хочет ни читать, ни рисовать, только планшет и мультики ему подавай». Но кто виноват? А если вспомнить сумму, потраченную на планшет, и сосчитать, хотя бы примерно, сколько книжек с картинками, пазлов или настольных игр можно было бы купить? Вопрос риторический…

**Родители сами «подсаживают» ребенка на игры, чтобы сын или дочь сидели тихо и не мешали взрослым.** Происходит это в ситуациях, которые ребенку некомфортны, в которые он вовлечен не по своей воле. Это может быть очередь в детской поликлинике, долгая поездка, посиделки в кафе, когда взрослые хотят поесть и пообщаться спокойно, это может быть визит в гости, где ребенку неинтересно и не с кем поиграть… Все эти обстоятельства ребенку скучны и утомительны, ему физически тяжело сидеть и молчать, он хочет играть и бегать, поэтому выражает недовольство, нетерпение, шумит, мешает. И, чтобы угомонить непоседу, ему протягивают телефон или планшет с игрой. И все, ребенка не видно и не слышно. Он весь там, внутри экрана с мультиками или игрой. Казалось бы, все рады и счастливы? Но потом очередь в поликлинике или визит в гости заканчивается, **а вот увлечение и зависимость ребенка планшетом остается. И прогрессирует.**

          Еще один вариант: папа остается присматривать  за ребенком и, не утруждая себя играми, чтением книг и прогулками, включает ребенку игры или мультики на планшете. Ребенку нравится. Очень нравится. Но постепенно возникает борьба за планшет: ребенок требует его снова и снова. Чтобы прекратить скандалы в доме («чтобы папу оставили в покое»), ребенку покупается отдельный планшет. Теперь по вечерам папа и сын сидят каждый в своем углу, уткнувшись каждый в свой гаджет. Мир и порядок? Или тревожная ситуация?

**Тенденция налицо: родители все чаще и все охотнее передоверяют свои родительские, воспитательские и прочие полномочия электронному устройству.**

        Безусловно, планшет — это очень полезное и нужное устройство. В нашей современной жизни шагу не ступишь без того, чтобы не использовать какое-нибудь электронное или цифровое приспособление. И планшеты – это первая ступенька для ребенка, ведущая в увлекательный и многообразный мир. И если контролировать ситуацию, если скачивать для ребенка развивающие игры, хорошие мультфильмы, программы для рисования или моделирования, изучения алфавита, то планшет станет другом и помощником.

**Но гораздо чаще, к сожалению, планшет становится папо-мамо-заменителем для ребенка.** «Почитать тебе сказку? Да включи мультик на планшете. Поиграть с тобой в настольную игру? Да давай я тебе такую же игру на планшет скачаю». И постепенно реальный мир подменяется виртуальным. Ведь в планшете есть все: там можно и торты печь, и мороженое делать, и машинкой или паровозиком управлять, и ягоды собирать, и раскраски раскрашивать, и складывать пазлы, и сказки слушать, и в куклы играть. И постепенно ребенок все с меньшим энтузиазмом возвращается из виртуального мира в реальный, к своим обычным игрушкам. Круг его интересов все больше сужается… А еще, помимо интеллектуального и развивающего моментов, **планшет влияет и на физическое состояние ребенка. И влияет негативно.**

         Офтальмологи бьют тревогу: количество дошкольников с проблемами зрения увеличивается. Весьма способствуют этому гаджеты. И, прежде всего, планшет – устройство для работы на близком расстоянии. Часто дети играют в игры на планшете лежа, чуть ли не уткнувшись в него носом, что не идет на пользу глазам. Как известно, постоянная фиксация взгляда на близко расположенных объектах— это фактор, способствующий развитию близорукости. Поэтому, прогуливаясь с ребенком, невзначай спросите у него, что нарисовано на дорожном знаке там, вдалеке? Кто там сидит на газоне, кошка или собака? Если он щурится и не может рассмотреть дальние объекты, которые хорошо видны вам, — **это повод навестить детского офтальмолога и проверить зрение ребенка.**

         **Неврологи также не в восторге от того, как много места в мире дошкольника стали занимать различные электронные устройства**. И телевизор, и планшет, и мобильные телефоны с множеством игровых приложений,— все это действует на неокрепшую психику маленького ребенка крайне возбуждающе. **В итоге мама и папа получают нервного, расторможенного, неуправляемого ребенка, который выдает не вполне адекватные реакции на обычные бытовые ситуации:** злится, раздражается, плачет, плохо ест, некрепко спит, порой даже видит кошмары, в которых фигурируют персонажи компьютерных игр. Не великовата ли цена за мамин-папин отдых и тишину в доме?

        Психологи единодушны в своем мнении: планшет – хорошая палочка-выручалочка в тех случаях, когда от ребенка требуется тихое и примерное поведение: в общественных заведениях, в автомобиле или поезде, там, где нет привычной домашней игровой зоны с привычными игрушками. Но использование планшета не эпизодически, а на постоянной основе, как заменителя родительского внимания, приводит к печальным результатам. Разлаживается общение и взаимопонимание в семье, ребенок все меньше разговаривает с родителями и взаимодействует с ними, предпочитая молчаливо и сосредоточенно заниматься своим гаджетом.

         Да и будем честны: отдельный планшет ребенку обычно покупают в тех семьях, где и у каждого взрослого есть свой персональный компьютер, ноутбук, другие гаджеты, с которыми члены семьи порой проводят больше времени, чем друг с другом. В настоящее время такое положение дел является уже чуть ли не нормой. Хотя нормальным это вряд ли можно назвать.

       ***Определить, есть ли зависимость у ребенка от планшета, довольно легко. Родителям стоит задуматься при следующих признаках:***

        ребенок, проснувшись утром, говорит: «Я проснулся, где мой планшет?»;

 на предложение мамы: «Давай почитаем книжку» или «Будешь лепить из пластилина?» ребенок говорит: «Я лучше поиграю в новую игру на планшете»;

        ребенок проводит с гаджетами больше часа в день;

        ребенок соглашается есть только «под мультики», тащит с собой планшет даже в туалет;

        ребенок начинает рыдать и колотить по планшету руками, если не загружается мультфильм или игра, если не получается пройти уровень в игре, если устройство разрядилось и выключилось;

        ребенок освоил скачивание игр из интернета и ежедневно то загружает, то удаляет десятки новых приложений;

        самым страшным наказанием для ребенка является изъятие планшета на день;

на попытки родителей забрать планшет ребенок выдает истерику.

**Избавление от любой зависимости – дело нелегкое и продолжительное по времени.** Здесь родителям потребуется терпение и хорошее воображение. Ведь когда ребенок останется без планшета, он потребует внимания мамы и папы, его нужно будет чем-то занимать, и, желательно, чем-нибудь таким интересным, чтобы чадо позабыло про любимые виртуальные игры.

       Считается, что выход из зависимости не должен быть резким и радикальным. Просто взять и отобрать планшет у ребенка – значит вызвать сильнейшую истерику. Ведь если у человека зависимость, он испытывает огромный стресс, разлучившись с предметом, от которого зависит. И если даже взрослому порой трудно выдержать,  когда он бросает курить или садится на диету, то что говорить о ребенке, у которого хотят отобрать яркий, красочный, постоянно меняющийся мир мультиков, развлекательных роликов и компьютерных игр.  Не стоит прокрадываться ночью в детскую и похищать планшет, а утром сообщать ребенку, что любимую электронную игрушку похитили пираты. ***Лучше просто сократить время игр и просмотра мультфильмов, заинтересовав ребенка другими делами, безопасными для его зрения и нервной системы.*** Нужно выстроить режим дня таким образом, чтобы одна активность переходила в другую и на планшет банально **не оставалось времени.** Попросите дочку помочь вам испечь пирог. Поиграйте с сыном в футбол. Они и не вспомнят о планшете, вот увидите.

         Дети, которые ходят в детский сад, заняты весь день, а вечером маме и папе стоило бы просто договориться и каждому, по очереди провести с сыном или дочкой хотя бы час – почитать, поиграть, вместе что-нибудь нарисовать или слепить, сшить платье кукле или построить супер-автомобиль, почитать перед сном сказки. **Просто побыть вместе.** Ведь это, в конце концов, даже обидно: неужели же мама и папа скучнее, чем планшет? Неужели общение с ними не интереснее для ребенка?

        Дети, которые в детский сад не ходят и целый день находятся вместе с мамой, более избалованы: они привыкли владеть маминым вниманием ежесекундно, и не каждая мама героически выдержит этот марафон. Книги, пазлы, конструкторы, рисование, лепка, настольные игры, обучающие занятия, прогулки, а еще и еду готовить надо, и дом прибирать… Так и хочется вручить ребенку планшет со словами: «Посиди полчасика тихонько, дай маме отдохнуть». А потом полчасика плавно переходят в часик и второй, и мама, довольная тишиной в доме, решает еще белье погладить или сделать маникюр, а ребенок и рад… Но **неужели нет альтернативы планшету?** Неужели нет игр, которые бы увлекли ребенка и дали бы расслабиться его маме?

         Чаще всего родители приветствуют увлеченность ребенка планшетом, потому что это дает маме и папе передышку: пока ребенок смотрит очередную серию «Даши-путешественницы» или вместе с Фиксиками чинит стиральную машину и фен, мама может спокойно приготовить обед или выпить чашку чая и почитать книгу. И эти драгоценные минутки так не хочется отдавать.

        Но на самом деле есть множество вариантов, как занять ребенка и без помощи планшета. Даже тех детей, которые терпеть не могут играть одни. Игры с водой. Всего-то и нужно, что клеенка и таз, а также множество разных штучек для переливания, взбалтывания, измерения воды: пипетка, шприц, воронка, большие и маленькие бутылочки, губка, которую можно отжимать и так далее. А если добавить к этому набору еще и краски, чтобы воду можно было окрашивать в разные оттенки, или какие-то порошковые субстанции, которые можно в воде растворять, планшет будет забыт напрочь. Главное— следить, чтобы вода не была слишком холодная, и чтобы ребенок не проливал ее по всей квартире.

        Еще один хороший способ занять ребенка — вручить ему пластилин. А вдобавок к пластилину— какие-нибудь мелкие детали для декора. Мальчикам можно предложить слепить технику (машину, трамвай, танк) и украсить ее болтиками, железками и прочими запчастями от конструкторов и разобранных игрушек. А девочке — коробку с бусинками, блестками и другой разноцветной и блестящей мелочью, из которой можно на пластилиновых тортах выкладывать красивые узоры. Еще детям очень нравится делать пластилиновые блины и пироги, если в качестве приправ и начинки мама вручит им один-другой пакетик со специями и горстку той же рябины, собранной на улице, или чайную ложку гречки или пшена.

        Виды активности, которые предполагают совместный досуг – чтение, настольные игры, прогулки, я сейчас сознательно не упоминаю. Речь идет именно о способах занять ребенка, чтобы он посидел тихонько сам, без мамы. Просто выберите то, что ребенок очень любит делать, и немного видоизмените эту игру, внесите в нее какие-то новые элементы, добавьте необычные аксессуары, дайте парочку «взрослых» вещей для детской игры, **и ребенок с удовольствием нажмет кнопку «выкл» на своем гаджете.**