

Сегодня весь мир помешался на гаджетах: смартфонах, планшетах и прочей цифровой технике. Вместе с ними в мир проникает цифровой вирус. В 2007 году специалисты заметили, что с каждым годом все больше детей — представителей цифрового поколения страдают расстройством внимания, потерей памяти, низким уровнем самоконтроля, когнитивными нарушениями, подавленностью и депрессией. Исследования показывают, что в мозгу представителей цифрового поколения наблюдаются изменения, похожие на те, что появляются после черепно-мозговой травмы или на ранней стадии слабоумия.

В это сложно поверить, но среднестатистический семилетний европеец уже провел у экранов больше года своей жизни (по 24 часа в сутки), а 18-летний — больше четырех лет!

Хочешь сказать, что сейчас совсем другие дети? Да, дети другие, но мозг у них такой же, что был у человека тысячу лет назад, — 100

миллиардов нейронов, каждый из которых связан с десятью тысячами себе подобных.

Мозг нужно развивать и кормить. Все наши мысли, действия, решения сложных задач и глубокие размышления оставляют след в нашем мозгу. «Ничто не может заменить того, что дети получают от собственного, свободного и независимого мышления, когда они исследуют физический мир и сталкиваются с чем-то новым», — утверждает британский профессор психологии Таня Бирон.

В это трудно поверить, но с 1970 года радиус активности детей (пространства вокруг дома, в котором дети свободно исследуют окружающий мир) сократился на 90%! Мир сжался до экрана смартфона. Дети забыли и, что еще хуже, просто не знают, каково это — бегать под дождем, пускать кораблики, лазать по деревьям или просто болтать друг с другом. Они часами сидят, уткнувшись в свой смартфон. А ведь им необходимо развивать свои мышцы, знать о

рисках, которые приготовил для них мир, и просто взаимодействовать со своими друзьями.

Мозг формируется, когда есть внешние стимулы и чем больше их будет — тем лучше для мозга. Поэтому очень важно, чтобы дети исследовали мир физически, но не виртуально. Это нужно растущему мозгу, как и тысячу лет назад.

Также ребенку нужен здоровый и полноценный сон. Но современные дети не способны выйти из Интернета и оторваться от компьютерных игр. Это сильно сокращает длительность их сна и ведет к нарушениям. Какое может быть развитие, когда ты уставший и у тебя болит голова, а школьные задания никак не лезут в голову?!

Ты спросишь, как же цифровые технологии могут изменить мозг ребенка?

Во-первых, количество внешних стимулов ограничивается из-за однообразного времяпровождения в

Интернете. Ребенок не получает необходимого ему опыта, чтобы развить достаточно важные участки мозга, которые отвечают за сопереживание, самоконтроль, принятие решений... А то, что не работает, отмирает. Ведь у человека, который перестал ходить, атрофируются ноги? Дети не привыкли запоминать информацию — им проще найти ее в поисковых системах. Вот тебе и проблемы с памятью. Они ее совершенно не тренируют.

Думаешь, что дети стали намного умнее благодаря Интернету? А знаешь ли ты, что нынешние одиннадцатилетние выполняют задания на таком уровне, который демонстрировали восьми- или девятилетние дети 30 лет назад. Исследователи отмечают, что одной из основных причин этого является жизнь в виртуальном мире.

Но ты еще можешь спасти своих детей! Достаточно просто ограничить время пользования всевозможными гаджетами. Позаботься о подрастающем

поколении. Подумай, какое будущее их ждет через 10-20 лет, если они сегодня проводят полдня перед экранами своих суперсовременных гаджетов



Воспитатель Пустовалова Л.В.

Муниципальное автономное
дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад
№ 22 «Планета детства»

ЦИФРОВОЙ ВИРУС

ИЛИ О ТОМ, КАК ВЛИЯЮТ
ГАДЖЕТЫ НА РАЗВИТИЕ
ДЕТЕЙ



г. Ханты-Мансийск, 2022