***Понимаем ребёнка глубже педагог-психолог: Фомина С.Б.***

**Влияние гаджетов на развитие дошкольников**

По результатам исследований нейропсихологов выявлена следующая закономерность: за последние два десятилетия коэффициент умственного развития (IQ) юного поколения не перестает падать, тогда как за все годы ХХ века, прошедшие с момента появления этого понятия, IQ неуклонно рос.

Падение интеллекта показывают многие исследования, проводимые в западных странах . И если раньше считали, что научный прогресс должен сопровождаться ростом интеллекта человека — этому способствуют улучшение условий жизни, повышение уровня образования — то теперь это уже не является непреложной истиной

Ученые задались вопросом: в чем причина снижения умственных способностей молодежи?

Фактор, о котором все больше говорят в последнее время, — это воздействие всевозможных «экранов» на развивающийся мозг ребенка. Под экранами понимают как телевизор (смотря который, ребенок остается пассивным), так и разного рода гаджеты: игровые приставки, смартфоны и планшеты.

Доктор наук в области нейропсихологии Мишель Демюрже перечислил негативные последствия долговременного использования экранов детьми. Это отставание в развитии речи у самых маленьких, проблемы с моторикой, нарушение памяти, плохая концентрация, нарушение сна, снижение креативности мышления и различные эмоциональные расстройства (депрессия, агрессивность и склонность к аддикциям).

Изучение данной проблемы началось давно, задолго до появления смартфонов и планшетов. Первые исследования касались времени, которое дети проводят у телевизора. Затем ученые занялись проблемой распространения компьютерных игр. И каждый раз исследователи приходили к одним и тем же результатам: чем больше времени ребенок проводил перед экраном, тем тяжелее последствия.

Нейропсихологи объясняют ставший уже общеизвестным факт: постоянное использование экранов приводит к снижению IQ у детей. Чем меньше возраст ребенка, тем сильнее негативные последствия.

«Все зависит от возраста. До шести лет нет никаких положительных эффектов от использования экранов. Существует множество исследований, которые показывают, что у детей до шести лет, использующих экраны по 10-15 минут в день, уже наблюдаются негативные последствия, влияющие на их развитие. Чем раньше дети получают доступ к экранам, тем больше у них развивается зависимость в более позднем возрасте. Ни одно исследование не показывает положительного эффекта от использования экранов детьми до шести лет, все отмечают только негативные».

Всё дело в том, что,развитие речи и умственных способностей у детей происходит в процессе живого общения: «Конечно, нужно жить в ногу с эпохой, но наш мозг к этому не приспособлен, он сформировался в эпоху неандертальца. Как он работает: если вы мне даете информацию напрямую, мой мозг откликается, его нейроны начинают работать. Если же я получаю информацию с экрана, то нейроны не будут реагировать — или будут, но значительно меньше. Если вы говорите маленькому ребенку название цвета, например, „зеленый”, три раза подряд, то он выучит это слово. Если он услышит то же слово с экрана, то, по различным исследованиям, ребенку необходимо от двадцати до шестидесяти раз, чтобы выучить новое для него слово.

Другими словами, наш мозг устроен так, что ему необходимо общаться с людьми. Эволюция сделала его таким. Для грудных детей просто жизненно необходимо общаться с живыми людьми. В более позднем возрасте это тоже важно. При настоящем общении мозг обрабатывает информацию иначе, чем когда он получает ее с экрана. Развитие языка происходит во время разговора. Когда в доме выключены все экраны, ребенок слышит около тысячи слов в час. А если ребенок сидит перед экраном, то вы говорите ему примерно 100-150 слов в час. При этом доказано, что когнитивное развитие зависит от количества “получаемых” слов, особенно в раннем возрасте».

«Чтобы нормально развиваться, детскому мозгу нужен покой. При постоянном шуме развиваются гиперактивность и проблемы со сном и с концентрацией внимания. Кроме этого, использование планшетов и смартфонов развивает аддиктивное поведение — то есть приучает к культуре постоянного развлечения: при использовании компьютерных игр в мозге постоянно активируется система компенсации и получения удовольствия, без которой ребенок уже не может делать мысленные усилия», — объясняют нейропсихологи.