**Сучасні гаджети і мовлення дитини**

      Нині планшет у руках малюка давно замінив йому іграшки, прогулянки та спілкування з однолітками. Поки дитина зосереджено водить пальцями по екрану, мама встигає приготувати обід, поприбирати та відпочити. Чи можна відволікати дитину планшетом?  Яка небезпека чекає на малюка під час ненормованої гри з планшетом**?** Надмірне використання планшетів заважає успіхам дітей. Британська асоціація викладачів попереджає: більшість дітей не виконують прості завдання – наприклад, побудувати щось із кубиків – через те, що забагато використовують планшети. Експерти закликають батьків скоротити кількість часу, який діти проводять у товаристві сучасних технологій.

**Отже, 9 причин заборонити дитині планшет:**

1. Порушення нормального розвитку. Дитячий лікар Кріс Роуен радить батькам не дозволяти користуватися портативними пристроями дітям до 12 років, бо вони негативно впливають на розвиток дитини.

2.  Порушення сну. За даними  дослідників  інституту Центр вивчення світла, підсвічування екрану впродовж двох годин призводить до зниження вироблення мелатоніну.  В результаті порушення сну, – дитині треба  більше часу, щоб заснути, сон стає неспокійним.

3. Зниження росту мозку. Вченими доведено, що мозок малюків стрімко росте до 2-х років і продовжує рости до 21 року. Часте сидіння за планшетом призводить до зниження впливу на дитину подразників зовнішнього середовища, які допомагають розвиватися головному мозку. В результаті діти отримують дефіцит уваги, мають когнітивні затримки і порушення в навчанні.

4.  Підвищена агресія. А також підвищення імпульсивності, нездатність самостійно регулювати свій стан, тобто часті істерики – це «друзі» планшета.

5. Залежність. Так само, як і дорослі, діти з легкістю можуть призвичаїтися до електронних іграшок.

6. Психічні захворювання. У Канаді кожна шоста дитина має діагноз психічного захворювання, для лікування якого потрібні небезпечні психотропні препарати. Навіть у найменших користувачів гаджетами розвивається занепокоєння, депресія, синдром дефіциту уваги і біполярний розлад.

7. Порушення центральної нервової системи. Давно відомо, що електромагнітне випромінювання від сучасних пристроїв негативно впливає на центральну нервову систему, що загрожує не лише розсіяною увагою, а й зниженням коефіцієнта розвитку інтелекту.

8. Соціальне значення. Дітям, які проводять весь свій час за планшетами і смартфонами, важко спілкуватися з однолітками і дорослими в «реальному» житті, знаходити спільні інтереси з однолітками.

9. Активний спосіб життя. Також важливо пам’ятати, що планшет у руках дитини загрожує не лише серйозними відхиленнями у розвитку та захворюваннями, а й ніколи не замінить йому рухливих ігор на свіжому повітрі. Щоб малюк розвивався і ріс здоровим, йому необхідне активне дозвілля, прогулянки та спілкування з однолітками!

Українською адаптовано за інформацією www.4mama.com.ua