**Роль гаджетів у розвитку мовлення дитини**

Телефон, планшет, комп’ютер – всі ці речі стали не від’ємною частиною життя в сучасному світі. Дуже часто вони стали і частиною життя дітей, навіть найменших. Але чи справді це так добре? Останнім часом проводиться багато наукових досліджень, які вивчають вплив ґаджетів на здоров’я і розвиток дітей. І результати більшості з них не на користь останніх.

Експерти вже давно попереджали, що смартфон – не найкраща цяцька для дитини. Нещодавнє дослідження ж виявило: в малюків, котрі часто граються з девайсами, значно частіше **спостерігається затримка розвитку мовлення.**

Педіатри з Hospital for Sick Children у Торонто спостерігали за приблизно 900 дітлахами від 6 місяців до 2 років. На думку дослідників, навіть 30 хвилин, проведені коло  екрану, означають **на 49% вищий ризик затримки розвитку мовлення**.

Цікаво, що жодного впливу гаджетів на те, як у розвиваються в дитини інші комунікативні здібності, наприклад, як вона опановує мову жестів, мову тіла та вчиться соціальній взаємодії, лікарі не виявили. Але зв'язок смартфонів та мовлення в ранньому віці таки треба серйозно вивчати, вважають вони.

На сьогодні є чимало причин, чому лікарі не в захваті від взаємодії дітей, молодших за 18 місяців, та комп’ютерів або інших девайсів. Зокрема це те, що **малюки не в змозі зрозуміти зв'язок двовимірного світу, який бачать на екрані, та тривимірного справжнього**,  пояснює ад’юнкт-професор педіатрії із Університету Мічигана та член Американської академії педіатрії Дженні Падескі.

Навіть якщо вони можуть імітувати те, що бачать на екрані, вони не завжди в змозі перенести це у реальний світ та решту свого життя. Навіть якщо батьки пропонують своїм дітлахам якийсь навчальний контент для малят, час, проведений останніми перед екраном, не на користь їхньому розвиткові.

**Використовувати ґаджети чи ні – це рішення залишається за батьками. Але даючи дитині планшет подумайте, чи справді ви зараз не можете без нього? Можливо цю супер-розвиваючу гру для вивчення кольорів можна зробити офлайн? Подумайте, чи за деякий час ви не будете шукати способів як відучити дитину від цих пристроїв. Можливо в вашому випадку, все таки, простіше не привчати?**

**Якщо ж ви не плануєте «не пускати» ґаджети в життя дитини, ось кілька порад, які допоможуть зменшити їх шкідливий вплив**

**1.** Дітям до року краще взагалі не давати планшетів і не включати мультфільмів. До 3-х років час користування має бути не більше 15-ти хвилин.

**2.** Не залишайте дитину на одинці з пристроєм – контролюйте те, що дивиться чи грає дитина.

**3.** Відстань від екрану до очей має бути не менше 40 см, добре, якщо дитина використовує спеціальні окуляри. Якщо це планшет чи телефон - краще нехай вони стоять на столі, аніж будуть в дитячих руках.

**4.** Робіть перерви між переглядами – як мінімум гімнастику для очей.

**5.** Не дозволяйте користуватися ґаджетом під час їжі.

**6.** Дітям до 6-ти років взагалі не рекомендується перегляд 3-D фільмів.

До 10-11 років такі фільми можна дивитися, але рідко.

**7.** Не робіть з ґаджету особливу винагороду. Наприклад, гра в якусь гру, як приз за виконане домашнє завдання. Так ви самі ж зробите з цього щось надзвичайно бажане.

**Щоб дитині не хотілося постійно грати в ігри чи дивитися мультфільми – створіть їй умови для цікавішого проведення часу:**

* **гуртки за зацікавленням;**
* **спортивні та рухливі ігри, спільні прогулянки в цікаві місця, сімейний сніданок, обід або вечеря без електронних пристроїв на столі;**
* **гарні книжки, конструктори**, **цікаві ігри;**
* **відсутність телевізора у спальні;**
* **чесна розмова з дитиною про те, чому обмежується її доступ до екранів.**

**Найчастіше діти, які обмежені тісними рамками заборон і обмежень в реальному світі, найбільше прагнуть зануритися в світ віртуальний.**