**Дети и гаджеты**

Любой гаджет, который появляется в нашей современной жизни несет в себе двойное действие.

С одной стороны упрощает какие-либо процессы, экономит наше время. С другой стороны – если мы не дисциплинированы и не применяем освободившееся время с пользой – такая ситуация может сказаться негативно. Ведь отдыхать можно тоже по-разному.

Например, посудомойка. Может сэкономить порядка 7 часов в неделю, но у большинства людей, которые ей пользуются - нет времени ни на спорт, ни на книги.

Так же обстоит дело и с гаджетами в виде компьютеров, смартфонов. С одной стороны они в состоянии облегчить процесс обучения или работы, но так же способны вызвать зависимость и втянуть в порочный круг игромании или соцсетей.

В любом случае - хороша золотая середина.

Вот примерный список требований к компьютерным играм, чтобы не затянули ребенка в зависимость:

1. Главное – играть на компьютере либо планшете. У смартфонов маленькие экраны и за счет этого они быстро сажают зрение. Многие мамы отмахиваются, но статистика неумолима. Если ребенок играет, то пусть это будет с минимальным вредом для физического здоровья в том числе.

2. Выбирая компьютерную игру, отслеживайте главный фактор - чтобы получить какой-либо результат – нужно подумать и приложить усилия. Например, в игре Марио чтобы получить монетку, не обязательно напрягаться. А посадить три самолета на посадочные полосы чтобы они не столкнулись – надо включить и внимание и логику.

3. Игра должна быть с уровнями сложности. Никогда не помогайте ребенку пройти уровень, если только игра не коллективная. Это касается и развивающих игр. В них тот же принцип, что и в настольных играх – от простого к сложному. И ребенок сам выходит на новый уровень.

4. Игра всегда конечна!!! Игра без конца – путь к зависимости.

5. Если возможно играть без звукового сопровождения – выключайте звук. Музыка в играх дополнительно зомбирует детей. Я часто вижу играющих малышей в общественном транспорте с включенным звуком – это плохая тенденция.

6. Выбирайте интеллектуальные игры.

7. Во что приучите играть детей до школы, в то и привыкнут играть. Если ребенок не отыграет в правильные компьютерные игры до школы, то вместо учебы начнет ждать перемен, чтобы наиграться, пока его не видят родители.

Конечно, гаджеты в наши дни будут, но лучше научите ребенка играть в обычные игры и он будет играть сам.