

## 5 причин не давать ребенку гаджеты!



### 1. Гаджеты вредят физическому здоровью.

- Ухудшается зрение ребенка.
- Оттого, что ребенок длительное время находится в одной позе, склонив голову вниз, ухудшается осанка, может развиваться искривление позвоночника.
- Однообразные движения пальцами по экрану - замедление развитие мелкой моторики.
- Уменьшается двигательная активность.

### 2. Гаджеты влияют на отношения между ребенком и родителями

- Дети, которые часами сидят за гаджетами, имеют проблемы с формированием нервных связей в головном мозге. Это плохо влияет на их умения концентрироваться на другом человеке, снижает самооценку. Поэтому они могут испытывать трудности в установлении отношений с людьми.

### 3. Гаджеты вызывают зависимость

- Ведь это так здорово — получить результат, которого ты захочешь, одним нажатием пальца на дисплей. Дети моментально привыкают к этому. В отличие от взрослых, они не умеют сдерживать свои импульсы и контролировать желания. Захотел – получил.

### 4. Гаджеты учащают детские истерики

- Планшет очень быстро превращается в любимую игрушку ребенка, с которой он не желает расставаться. Когда же вы забираете ее у него, неизбежны взрывы истерики и негодования.

### 5. Гаджеты ухудшают сон

- Игры на планшете и смартфоне перед сном возбуждают нервную систему малыша, приводя к трудностям засыпания, к беспокойному сну ночью.

