**Влияние цифровых технологий на психологическое развитие детей дошкольного возраста**

В наше время, период расцвета информационных и цифровых технологий, трудно представить какую-либо сферу жизни без цифровизации; цифровые технологии с огромной скоростью врываются в жизнь современного человека с малых лет, меняя традиционные взгляды и устои.

Дети дошкольного возраста, в силу своих физиологических и психологических особенностей, оказываются наиболее восприимчивыми к информационному влиянию окружающей среды. С раннего детства яркие картинки и звуки, которые дарят различные электронные устройства, привлекают непроизвольное внимание детей. Современные дети, уже в дошкольном возрасте, живут в условиях вездесущего интернета; умеют пользоваться мобильными устройствами, планшетами, компьютерами; намного быстрее овладевают компьютерными технологиями, нежели чтением и письмом. Телевизор, компьютер, смартфон, интерактивные игрушки, не требующие сложных манипуляций, которыми дошкольники порой владеют даже лучше своих родителей, становятся важным, если не главным, инструментом социализации детей в современном мире. Цифровая культурная среда является естественным окружением нового поколения детей.

Одним из основных требований современного образования является цифровизация процесса обучения . И для современных детей, растущих в окружении гаджетов и мобильных устройств, это вполне нормальное и понятное явление. Задача современной системы образования состоит в том, чтобы научить детей извлекать из гаджетов полезные и необходимые знания, показать развивающие ресурсы компьютерной техники, дать возможность овладеть элементарными цифровыми технологиями. При грамотном и продуманном руководстве со стороны педагогов и родителей у детей воспитывается здоровое отношение к цифровым устройствам, обеспечивается качественная подготовка к обучению в школе.

Интеграция цифровых технологий в повседневную жизнь детей и их влияние на когнитивное, эмоциональное и социальное развитие продолжают расти день ото дня. Рассмотрим некоторые аспекты влияния цифровизации на развитие дошкольников:

1. Риски развития и поведения. Неумеренное применение цифровых технологий приводит к тому, что дети неэффективно используют свободное время, проводя его в общении с гаджетом. В результате могут возникнуть проблемы, связанные с недостаточным развитием внимания, агрессивным поведением, отсутствием физической активности, ожирением и проблемами со сном и др. Действительно, компьютерные технологии предлагают много возможностей для детей, чтобы играть, исследовать и учиться. Но чрезмерное их использование в раннем детстве приводит к отрицательным последствиям для развития ребенка, являясь причиной ряда когнитивных, языковых и социо-эмоциональных задержек.

2. Влияние цифровизации на мышление дошкольников. Цифровые технологии, как показывают исследования, оказывают глубокое влияние на образ мышления детей. Дело в том, что неограниченное пребывание в интернете, длительные компьютерные игры требуют от еще неокрепшей психики дошкольника одновременного внимания к огромному непрекращающемуся потоку разнообразной информации, что приводит к неумению длительно сосредотачиваться на объекте, отставанию в развитии способности к концентрации внимания и снижению скорости обработки информации.

3. Отсутствие физической активности и избыточный вес. Компьютеры и смартфоны побуждают детей к малоподвижному образ жизни, минимизируют двигательные игры, прогулки и активное взаимодействие со сверстниками.  Для здорового развития детей, как известно, необходимо 3-4 часа ежедневной физической активности и социального взаимодействия, однако современные дети лишены такой возможности. Причинами являются не только тотальное увлечение гаджетами и компьютерными играми, но и стремление родителей к раннему обучению детей, насыщению их досуга образовательным содержанием.

4. Эмоции и взаимодействие. Активное использование виртуальных способов общения и компьютерного взаимодействия может привести к снижению самооценки, ухудшению эмоционального благополучия и состояния ребенка. Частота взаимодействия со сверстниками из-за экранного времени снижается, детям труднее устанавливать социальные контакты и отношения с окружающими, что приводит в дальнейшем к нехватке социального опыта и трудностям в школьной адаптации.

5. Проблемы со сном. Наличие медиаустройств в детской спальне связано с недостаточным количеством сна. Дети, которые засыпают с планшетом или смартфоном, подвергаются повышенному риску нарушения сна. Длительное время работающий экран планшета или смартфона может приводить к зрительному утомлению и головной боли, нарушению выработки мелатонина, регулирующего процессы сна и бодрствования.

Педагоги с недавнего времени начали бить тревогу, поскольку развитие детей претерпевает существенные изменения; это касается как физического, так и психического здоровья. По данным статистики, у большинства современных дошкольников наблюдается снижение памяти и внимания, психологическая неуравновешенность, резкое падение зрения, цифровая зависимость, агрессивное поведение и др.

Вообще, проблема влияния цифровизации на развитие дошкольников считается на сегодняшний день до конца не изученной. Лишь только с недавнего времени пришло понимание того, что большинство проблем, появившихся у современных детей, связано именно с этим. Кроме того, надо понимать, что не все игровые программы, рекомендованные для дошкольного возраста, стоит применять в качестве дидактических средств. Нередко они не соответствуют программным требованиям, особенностям возрастного психофизического развития, отличаются низким качеством и примитивной тематикой, поэтому особенно вдумчиво и профессионально следует отнестись к отбору образовательного контента для дошкольников и соблюдению гигиенических требований к организации работы с ним.

Несомненно, роль цифровизации в настоящее время велика. Например, компьютерные игры превосходят традиционные по дидактическим возможностям, поскольку обладают определенным потенциалом для моделирования социальных взаимоотношений, которыми овладевают дошкольники; повышают мотивацию к освоению нового материала; способствуют более интенсивному развитию детей, ускоряя процесс социализации. К примеру, виртуальные экскурсии и 3D путешествия позволяют детям «путешествовать» по миру и изучать природу и быт разных народов; дошкольники сами учатся создавать мультфильмы и GIF-анимации по разным темам, что обогащает их социальный опыт и способствует самореализации.

В то же время существует ряд негативных аспектов цифровизации, главный из которых – отсутствие живого общения между реальными субъектами, поэтому, поскольку цифровые технологии невозможно исключить из жизни детей, необходим постоянный контроль со стороны взрослых, чтобы свести к минимуму отрицательные последствия. Противники компьютеризации не перестают напоминать о вреде продолжительной работы с компьютером, о том, что дети разучились общаться со сверстниками, о вредоносном содержании большого количества информации для детей.

У ребёнка, занимающегося с телефоном или планшетом, играющего в компьютерные игры, практически не остаётся времени на самодеятельную творческую игру, двигательную активность, познание и исследование окружающего мира, продуктивную художественную деятельность, непосредственное общение со сверстниками. На фоне цифровизации у дошкольников формируется бессвязная, «мозаичная» картина мира, отдельные знания не упорядочены в общую систему, образы меняются как картинки в калейдоскопе (так называемое, клиповое мышление), поэтому дети затрудняются длительно удерживать внимание на изучаемом объекте.

Современные дошкольники рано взрослеют, умеют рассуждать на серьезные темы, так как нередко самостоятельно и бесконтрольно смотрят различные «взрослые» видеоролики; имеют прямой доступ к любой информации, тем самым разрушается традиционная зависимость детей от взрослых. Дети начинают жить виртуальной жизнью, подражать тому, что видят в интернете, перестают интересоваться книгами, у них складываются искажённые жизненные нормы и нравственные ценности. Одним из наиболее заметных последствий цифровизации можно считать недостаточную привязанность ко взрослым, уменьшение роли родителя как образца для подражания, снижение его значимости в передаче культурно-общественных ценностей, сокращение времени непосредственного общения детей со взрослыми и сверстниками.

Многие специалисты говорят сегодня о «кризисе детства», подразумевая, что дети сегодня выходят из постоянного контакта со взрослым, меняется их позиция по отношения к миру взрослых, они становятся способными получать информацию непосредственно, овладевать различными видами деятельности без помощи и участия взрослых. Основная деятельность для дошкольников, как известно, – это игра. С помощью игры дети познают мир, учатся взаимодействовать друг с другом, «примеряя» на себя различные социальные роли. Игра – источник физической активности, необходимой для гармоничного развития ребенка. Однако, в эпоху цифровизации «живое» общение со сверстниками отходит на второй план, игры становятся бедными по содержанию, примитивными по способам, дети все чаще предпочитают общение с помощью компьютерных технологий. Это может вызывать как проблемы социального характера (бессодержательность общения, коммуникативные трудности, отчуждение), так и физиологического (проблемы со зрением, осанкой, гиподинамия).

У детей, особенно дошкольного возраста, чрезвычайно развита познавательная активность, любознательность, стремление узнавать новое. В связи с этим не может не беспокоить возрастающее негативное информационное воздействие на детскую аудиторию. Насилие в информационной среде может провоцировать у детей повышенную агрессивность, снижение сочувствия к окружающим. Реклама, обладая высоким уровнем воздействия на психическое состояние дошкольника, также способна нанести вред детской психике. Ребенок не может критически относиться к поступающей информации, склонен верить всему, о чем говорится в рекламе. Необходимо научить его адекватно оценивать и воспринимать информацию, увиденную на экране. И только совместная деятельность родителей и педагогов может оградить детей от отрицательного влияния современного информационного пространства.

Итак, принимая во внимание всю неоднозначность влияния цифровых технологий на детей дошкольного возраста, следует все же отметить, что ребенок является частью современного мира, и задача педагога - не отгораживать его от этого мира, а научить взаимодействовать с ним в новых реалиях, заботясь о его благополучии и безопасности.

Неправильно и невозможно исключить электронные устройства из жизни современной семьи, поэтому важны осознанность и баланс. Мы должны регулировать время, которое ребенок и родители проводят с гаджетами, использовать его целенаправленно и осмысленно, обращать пристальное внимание на контент. Но самое главное, что можно посоветовать родителям дошкольников – начать с себя.