**Гаджеты в жизни детей-дошкольников: на стыке рисков и возможностей.**

Автор: Живулина Юлия Вячеславовна, педагог-психолог ГБОУ СОШ № 296, отделение дошкольного образования.

Аннотация: В статье проводится многогранный анализ влияния цифровых устройств на развитие ребенка дошкольного возраста. Опираясь на данные современных научных исследований, в том числе на работы, изучающие феномен «клипового мышления» у дошкольников, и официальные рекомендации, автор рассматривает когнитивные, эмоциональные, речевые и физиологические аспекты проблемы. Особое внимание уделяется роли педагога как медиатора в процессе формирования у детей и их родителей культуры осознанного использования цифровых технологий в контексте требований ФГОС ДО.

Современная реальность такова, что цифровые устройства стали неотъемлемой частью среды, в которой растет и развивается ребенок-дошкольник. Как специалисты, работающие с детьми, мы не можем игнорировать этот факт, равно как и не должны воспринимать его исключительно в негативном ключе. Стратегически верной представляется позиция взвешенного анализа, основанного на данных доказательной науки, и выстраивания грамотной педагогической стратегии. Наша цель — не тотальное запрещение, а интеграция технологий в образовательное пространство с четким пониманием их потенциала и границ их применения.

**Всесторонний анализ влияния: от неврологии до социального развития.**

Рассматривая влияние гаджетов на развитие ребенка, необходимо учитывать комплекс факторов. Со стороны неврологии и когнитивного развития основной риск заключается в формировании особого типа восприятия информации, известного как «клиповое мышление». Хотя этот термин часто используется в публицистике, его нейрофизиологические основы находят подтверждение в серьезных исследованиях.

Исследования, посвященные изучению внимания у детей, активно использующих гаджеты, отмечают специфические изменения. Так, в работе С.В. Кривцовой (2019) «Влияние цифровых технологий на когнитивное развитие детей дошкольного возраста», проводившейся на базе МГППУ, было показано, что у детей 5-6 лет, проводящих с планшетами более часа в день, наблюдается поверхностность восприятия. Их внимание становится неустойчивым, они с трудом удерживают в памяти многосоставные инструкции воспитателя, предпочитая короткие и яркие стимулы, не требующие длительной концентрации. Это напрямую коррелирует со структурой большинства детских развлекательных приложений и мультфильмов, где частая смена кадров (в среднем каждые 2-3 секунды) перенастраивает мозг ребенка на постоянное ожидание нового стимула, что затрудняет развитие произвольного внимания и глубины обработки информации.

Более того, данные, приведенные в обзоре научной литературы ФГБНУ «Институт возрастной физиологии РАО», подчеркивают, что подобная «натаскивание» на реактивность, а не на осмысленность, негативно сказывается на формировании исполнительных функций — ключевого компонента готовности к школе. Дошкольникам становится сложнее планировать свои действия, подавлять импульсивные реакции и переключаться между задачами, требующими разных когнитивных стратегий. Это прямо противоречит задачам формирования предпосылок к учебной деятельности, заложенным во ФГОС ДО.

Не менее существенное влияние оказывается на речевое развитие. Теория Л.С. Выготского о единстве мышления и речи, формирующемся в совместной, осмысленной деятельности со взрослым, находит здесь свое яркое подтверждение. Диалог с экраном, каким бы интерактивным он ни был, не может заменить живого человеческого общения, богатого интонациями, мимикой и тактильным контактом. Пассивное потребление контента, где речь часто упрощена и ускорена, приводит к обеднению собственного словарного запаса ребенка, трудностям в построении развернутых фраз и связного высказывания.

В контексте эмоционально-волевой сферы гаджеты часто выполняют функцию «цифровой пустышки», мгновенно снимая дискомфорт, скуку или фрустрацию. Это блокирует крайне важный для личностного становления процесс — научиться распознавать свои эмоции, принимать их и находить внутренние и внешние ресурсы для саморегуляции. В долгосрочной перспективе это формирует риск развития зависимого поведения, при котором реальный мир, требующий усилий и терпения, проигрывает в привлекательности яркому и предсказуемому виртуальному.

Нельзя сбрасывать со счетов и прямые риски для физического здоровья, на которые неоднократно указывали Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) и Научный центр здоровья детей РАМН. Длительное статичное положение, напряжение шейного отдела позвоночника и постоянная нагрузка на глаза на близком расстоянии создают предпосылки для нарушений осанки и раннего развития миопии (близорукости). Кроме того, время, проведенное с гаджетом, — это время, отнятое у подвижных игр, необходимых для развития крупной моторики, вестибулярного аппарата и сенсорной интеграции.

**От рисков к возможностям: конструктивная роль педагога.**

Однако было бы ошибкой видеть в цифровых устройствах исключительно угрозу. В руках грамотного педагога и осознанного родителя гаджет может превратиться в инструмент развития. Ключевой принцип здесь — **«не вместо, а вместе»**. Именно взрослый выступает медиатором, который помогает извлечь из взаимодействия с технологиями образовательный и развивающий смысл.

Например, совместный просмотр мультфильма с последующим активным обсуждением сюжета, мотивов поступков героев и их эмоций способствует развитию эмпатии, критического мышления и связной речи, являясь своего рода «прививкой» против клипового восприятия. Совместный поиск в интернете ответов на вопросы, возникшие в ходе реализации проектной деятельности (например, «Почему листья желтеют?» или «Как живут пингвины?»), формирует у ребенка навыки целенаправленного поиска и анализа информации и показывает практическое применение устройства.

Существует и пласт качественного, педагогически выверенного развивающего контента — интерактивные энциклопедии, головоломки, приложения для тренировки памяти и логики. Их использование может быть оправдано, но строго дозировано и как часть сбалансированной образовательной диеты, где преобладает реальный, а не виртуальный опыт.

**Формирование цифровой культуры: практические ориентиры.**

Таким образом, наша профессиональная задача смещается с вопроса «запрещать или разрешать?» к вопросу «как научить осознанно использовать?». В этом контексте можно сформулировать несколько ключевых ориентиров для работы с родителями и детьми.

Прежде всего, это неукоснительное соблюдение возрастных норм, рекомендованных Минздравом России: нулевой или минимальный контакт с экранами для детей до 3-х лет, не более 15-20 минут в день для детей 3-5 лет и до 30 минут для старших дошкольников 5-7 лет. Не менее важен принцип содержательного отбора контента — функция родительского контроля и активная позиция педагога по рекомендации проверенных ресурсов.

Но самой эффективной стратегией является не борьба с экраном, а создание привлекательной и насыщенной альтернативы в реальном мире. Когда жизнь ребенка наполнена совместным творчеством, экспериментированием, чтением книг, настольными играми, прогулками и живым общением, у него просто не возникает острой потребности уходить в виртуальную реальность. И, конечно, фундаментом всего является личный пример взрослых, которые демонстрируют культуру осознанного использования технологий, а не их тотального поглощения.

Гаджеты прочно вошли в детство современного поколения. Данные исследований, в том числе о формировании элементов клипового мышления, — это не повод для паники, а основание для выстраивания грамотной профилактической и развивающей работы. Наш профессиональный долг — принять этот вызов и освоить новую компетенцию: быть для детей и родителей проводником в цифровом мире. Опираясь на данные науки и требования ФГОС ДО, мы можем превратить потенциальную угрозу в инструмент развития, одновременно ограждая неокрепшую психику ребенка от вредоносного влияния и уча его извлекать пользу из технологий. Воспитание гармоничной личности в XXI веке — это воспитание человека, способного жить в высокотехнологичной среде, не теряя связи с фундаментальными ценностями реального человеческого общения, творчества и познания окружающего мира через все органы чувств.

---

**Список использованных источников:**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155).  
 2. Кривцова С.В. Влияние цифровых технологий на когнитивное развитие детей дошкольного возраста // Современная зарубежная психология. 2019. Т. 8. № 4. С. 79–87.  
 3. Материалы ФГБНУ «Институт возрастной физиологии Российской академии образования» по проблемам развития высших психических функций у детей.  
 4. Выготский Л.С. Мышление и речь. Изд. 5, испр. — М.: Лабиринт, 1999.  
 *5. Рекомендации Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) по физической* активности, малоподвижному поведению и сну для детей до 5 лет (2019).  
 6. Методические рекомендации Научного центра здоровья детей РАМН по охране здоровья детей в цифровую эпоху.