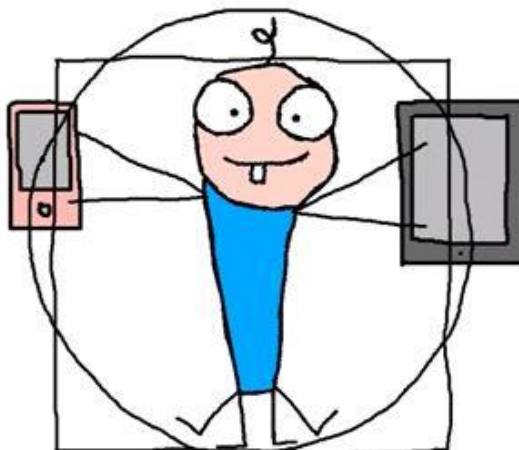


## Wpływ komputerów i tabletów na rozwój dzieci w wieku przedszkolnym

Katarzyna Laudańska – pedagog, fizjoterapeuta



## HOMO TABLETIS

Organizacja czasu wolnego naszych dzieci ma ogromny wpływ na rozwój ich osobowości, pasji i kreatywności. Jest jednak bardzo trudna. Często rodzice zamiast proponować wyszukane rozwiązania, pozwalają dziecku zająć się komputerem lub tabletem nawet przez kilka godzin w ciągu dnia.

Dziecko powinno wykonywać zajęcia twórcze, zaspakajać swoje potrzeby, rozwijać indywidualne zainteresowania. Dobrze zorganizowany czas powinien zapewnić mu prawidłowy rozwój fizyczny i intelektualny, emocjonalny i społeczny. Powinien także regenerować organizm malucha

Współcześnie wielu rodziców żyje w ciągłym pośpiechu, w warunkach towarzyszącego im stresu i braku czasu. Z tego powodu coraz więcej dzieci jest skazanych na samotne popołudnia. Samotnie czyli przed komputerem, grając w gry, czy oglądając bajki bez żadnych ograniczeń. Komputery i tablety przeniknęły do życia społecznego, pokonując ograniczenia wiekowe. Obecnie towarzyszą nawet najmłodszym, stając się częścią ich codzienności. Rodzice zdają się zapominać, że długie spędzanie czasu przed komputerem, tabletem lub telewizorem niesie zagrożenia dla rozwoju ich pociech, wpływając na niego negatywnie. Wielu rodziców twierdzi, że dziecięce programy komputerowe są dobre, bo pomagają najmłodszym m.in. wzbogacać mowę i opanować umiejętność

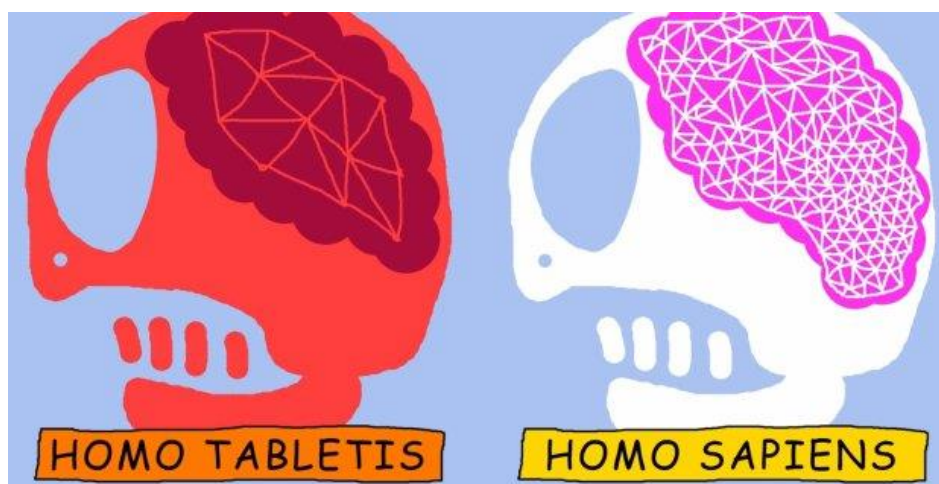
czytania, nauczyć się języka obcego czy rozszerzać wiedzę o świecie. A jak jest naprawdę ?

### **Wpływ komputerów i tabletów na rozwój fizyczny dziecka**

Dziecko, które długo korzysta z komputera lub tabletu jest narażone na wiele dysfunkcji. Jednak najbardziej zagrożona jest jego sylwetka. Dzieci odczuwają bóle pleców, kręgosłupa i usztywnienie mięśni z powodu nieprawidłowej pozycji ciała podczas korzystania z komputera lub tabletu. Dodatkowo mogą cierpieć na dolegliwości związane ze wzrokiem, np. podrażnienie błony śluzowej oczu, zaburzenia widzenia, zmęczenie, zaczerwienienie i pieczenie oczu, a także zawroty i bóle głowy.

### **Wpływ komputerów i tabletów na rozwój psychiczny dziecka**

Komputer lub tablet używany w niewielkim zakresie wspomaga naukę i ułatwia zdobywanie wiedzy, umiejętności czytania i pisania. Jednak w wyniku nagromadzonej liczby informacji, dziecko traci umiejętność ich selekcjonowania. Warto pilnować też, żeby treści były odpowiednio dobrane do wieku malucha. Nieodpowiedni zakres tematyczny może spowodować zaburzenia emocjonalne i społeczne. Dzieci miewają również problem z odróżnieniem świata gier czy bajek od świata realnego, w którym funkcjonują na co dzień. Pojawia się więc pytanie: Jeżeli dziecko przez godzinę i dłużej dziennie doświadcza swoich "nadzwyczajnych" możliwości sprawczych, przesuując opuszkami palców po ekranie tabletu lub myszką komputerową czy zechce "mozolić" się przy wykonywaniu czegokolwiek sensownego w realnym świecie? Dzieci wolą czynić "cuda" np. piec ciasteczka, budować domy, ścigać się na quadzie, przesuując palcami po ekranie tabletu lub myszką komputerową niż bawić się klockami i rysować. Komputery pozbawiają także zdolności koncentracji i komunikacji. Zanika umiejętność ładnego pisania i mówienia. Dodatkowo dzieci te są także aspołeczne z powodu braku kontaktu z innymi, czują się wyobcowane i nie umieją stworzyć relacji z rówieśnikami.



## **Czy korzystanie z komputera i tabletu rozwija u dzieci zdolność do skupiania uwagi przez dłuższy czas?**

Wielu rodziców chwali się, że ich przedszkolak potrafi spokojnie godzinami patrzeć w ekran komputera lub bawić się tabletem. Są przekonani, że w ten sposób dziecko rozwija zdolność do skupiania uwagi, tak potrzebną w szkolnej edukacji. Nic bardziej mylnego! Należy bowiem odróżnić uwagę wymuszoną ruszającymi się obiektami na ekranie komputera czy tabletu od uwagi dowolnej, którą dziecko skupia na realnych obiektach, gdy w zabawie i sytuacji zadaniowej podporządkowuje je swojej woli.

Przy korzystaniu z komputera i tabletu aktywna jest głównie percepcja wzrokowa, zaś w dziecięcym poznawaniu świata dominuje poznanie dotykowe pod kierunkiem wzroku, w trakcie manipulowania obiektami. Dlatego dobrze rozwijające się dzieci chcą dotknąć dosłownie wszystkiego, sprawdzać, jakie będą skutki samodzielnego działania. Poznanie wzrokowe nie dostarcza im bowiem wystarczająco dużo informacji do budowania precyzyjnego obrazu świata. Ponadto uwaga wymuszona ruszającymi się obiektami nie wymaga od dziecka wysiłku i jest zwyczajnym poddawaniem się temu, na co spogląda. Jest to fascynacja oglądaniem ruszającego się, barwnego nierealnego świata. Natomiast w trakcie uwagi dowolnej dziecko samodzielnie kieruje swoją aktywnością poznawczą i wykonawczą w świecie realnych obiektów.

## **Czy posługiwanie się klawiaturą, myszą komputerową i tabletem rozwija u dziecka koordynację wzrokowo-ruchową?**

Rodzice zafascynowani rolą komputera i tabletu w edukacji dzieci twierdzą, że posługiwanie się klawiaturą i myszką przyczynia się do kształtowania sprawności dziecięcych rąk. Jest to więc sposób przygotowania dziecka do nauki pisania. To nieporozumienie! Sprawność rąk wywodzi się z ruchów dużych, a tych dziecko nie realizuje, siedząc przed ekranem komputera czy tabletu. Dotykanie palcami przycisków klawiatury, ekranu czy przesuwanie myszki to prymitywne aktywności ruchowe w stosunku do tych, które dziecko realizuje rysując, wycinając, budując cokolwiek z klocków itd.

Chcąc wyeliminować komputer lub tablet z życia dziecka, warto zaproponować mu coś w zamian. Tym "czymś" może być wspólne czytanie, spacer, wycieczki piesze lub gry planszowe. Obecnie coraz więcej dzieci czyta mało, nie lubi tego robić, nie gra też w gry planszowe. Badania naukowe dowodzą, że czytanie najlepiej rozwija wyobraźnię, kompetencje emocjonalne i społeczne, a także kształtuje umiejętność zdobywania wiedzy. Żadne bajki telewizyjne i gry komputerowe tego nie zastąpią. Czytanie jest jak witamina niezbędna do prawidłowego rozwoju. Warto zatem rozwijać w dziecku pasję czytania, pamiętając również o tym, że język jest podstawowym narzędziem komunikacji.

Współczesność i rozwój cywilizacyjny zawładnęły na dobre naszym życiem, a także życiem naszych dzieci. Wszechobecne komputery i tablety z jednej strony wpływają na rozwój, a właściwie go wspomagają, ale w dużej mierze przyczyniają się do związanych z nim zaburzeń. Aby dziecko prawidłowo się rozwijało, należy zadbać zarówno o jego ciało, jak i psychikę i przede wszystkim cały czas stymulować ten rozwój. Stymulować to znaczy poddawać go działaniom rozmaitych doświadczeń i bodźców, pamiętając, że komputer nie zastąpi społecznych relacji, nie rozwinie intelektu i wyobraźni a dodatkowo przyczyni się do zaburzeń rozwoju fizycznego.

**NIE BĄDŹ TABLETOWYM RODZICEM!**



nie udostępniaj tabletu i smartfona dziecku przed ukończeniem przez nie drugiego roku życia

JEŻELI UZNASZ, ŻE TO JUŻ CZAS, PAMIĘTAJ:

- NIE** CODZIENNIE
- PIERWSZE LATA TYLKO **RAZEM**
- JEDNORAZOWO** NIE DŁUŻEJ NIŻ **15** MINUT
- DZIENNIE** NIE DŁUŻEJ NIŻ **30** MINUT
- NIE** PRZY JEDZENIU
- NIE** PRZED SNEM
- TYLKO **SPRAWDZONE** TREŚCI DLA DZIECI
- NIE** JAKO NAGRODA LUB KARA
- WIĘCEJ NA: [www.mamatatatablet.pl](http://www.mamatatatablet.pl)