

Советы специалиста

Гаджеты

в руках ребенка: ищем разумный баланс

Трудно представить современную жизнь без электронных устройств. Они есть в любой семье. Дети в большинстве случаев проводят время за планшетами, смартфонами или компьютерами. Книжки и развивающие игры ушли на второй план.

У каждого взрослого человека есть свое мнение на этот счет. Некоторые родители предоставляют ребенку полную свободу действий. Они приводят такой аргумент: электронные носители, в отличие от печатных изданий, позволяют услышать звуки, увидеть движения и, как следствие, — развить пространственное и абстрактное мышление. Другие родители ограничивают время использования гаджетов детьми или полностью их запрещают по многим причинам, которые называют врачи:

— длительное воздействие экрана планшета (телефона, компьютера) ухудшает зрение ребенка;

— однообразные движения пальцем по экрану не позволяют развиваться мелкой моторике рук, а значит, нарушают речь и почерк малыша;

— постоянный наклон головы негативно влияет на кровообращение в шейном отделе позвоночника и вызывает головные боли;

— систематическое пребывание в неудобном положении нарушает осанку;

— прием пищи за просмотром электронных устройств подавляет пищевой интерес и приводит к недоеданию или перееданию;

— избыток информации и частая смена картинок нарушают краткосрочную память и концентрацию внимания;

— длительное пользование гаджетами в течение дня снижает двигательную активность ребенка и повышает его склонность к ожирению;

— игры на электронных носителях в вечернее время делают сон прерывистым.

Ученые утверждают, что для полноценного развития ребенок должен с рождения находиться в тесном контакте с родителями: слышать их голос, ощущать прикосновения, разговаривать. Часто взрослые подменяют такое общение, ссылаясь на занятость. Они дают в руки малышу планшет, высвобождая себя для других дел. При передвижении на транспорте, в очереди в поликлинике или в других учреждениях маленькие дети начинают скучать и проявлять нетерпение. Родители, чтобы предотвратить слезы и негативные эмоции, вновь прибегают к помощи гаджетов. Малыш с удовольствием погружается в красочный мир сенсорных экранов и приложений. По мере взросления электронные устройства заменяют ему не только друзей и игрушки, но и родных людей.

Каждому родителю необходимо помнить:

— ребенок не должен проводить за гаджетами времени больше, чем рекомендовано в соответствии с возрастом;

— при использовании планшета (компьютера) необходимо следить за осанкой и освещением;

— в работе с электронными устройствами каждые 20 минут необходимо делать перерыв в виде пальчиковой гимнастики или упражнений для зрения;

— доступ к определенным сайтам должен иметь возрастное ограничение.

Безусловно, век скоростного развития технологий диктует свои правила, но главным условием и основным способом жизни человека во все времена остается живое общение. Только в отношениях с другими людьми человек может почувствовать и понять самого себя, найти свое место в мире.

Правильно выстроить отношения между всеми членами семьи, найти верные способы решения проблем, применить современные методики развития детей и оздоровиться всей семьей вам помогут высококвалифицированные специалисты ГКУ СО «Безенчукский «Дом детства». Подробную информацию об этих и других видах деятельности вы можете получить по телефонам: **8 (846) 2-42-91, 2-49-05.**

Н. Демидова, педагог-психолог.

• Стратегия

В поселениях начались муниципальные сессии

Как мы уже писали, по инициативе главы региона Д.И. Азарова, для улучшения качества жизни населения и обеспечения экономического роста территорий в губернии разрабатывают стратегию развития региона до 2030 года. Активное участие в обсуждениях принимают жители Самарской области.

● Наталья ЗОТОВА / ФОТО автора

Проекты будущего и перспективы развития Безенчукского района 29 июня обсудили на муниципальной сессии. А 18 июля обсуждения стратегии долгосрочного развития начались во всех поселениях района.

С.П. ЗВЕЗДА

Перед началом обсуждения собравшиеся посмотрели фильм о достижениях Самарского региона за последние 18 лет. Для того, чтобы у жителей сложилось представление о долгосрочных планах,

**С.П. ЕКАТЕРИНОВКА**

руководитель Многофункционального культурного центра Е.В. Гринева показала презентацию стратегии развития Безенчукского района по таким направлениям, как: «Экономика будущего», «Комфортная среда проживания», «Сбережение народа, социальная защищенность — лучшее детям».

— *Безенчукский район уникален — у него отличная транспортная доступность, богатейшая природа, 7 природных заказников, агропромышленные предприятия. Сегодня мы хотим услышать ваши предложения по развитию своего поселения,* — дополнил руководитель комитета по строительству **С.П. Панферов.**

Глава с.п. Звезда **Л.М. Васильева** пояснила, что в стратегию развития должны войти долгосрочные проекты, которые в результате помогут Звезде стать экономически развитым поселением. Одним из таких проектов, который Лидия Михайловна озвучила еще на районной сессии, может стать строительство свиноводческого комплекса с цехом по переработке продукции. Место под стройку выбрано идеальное: удаленное от населенного пункта, вблизи автотрассы и железной дороги. В результате поселение и район в целом получают производство и рабочие места.

Жители одобрили данное предложение, а также активно вносили свои. В частности, предложили строительство завода по переработке навоза. И проблеме с вывозом навоза решат, и население получит безопасное органическое гранулированное удобрение.

Один из важных проектов — строительство жилья для привлечения специалистов на село. На Звезде уже не первый год существует проблема — отсутствует врач в местном ФАПе. Есть три открытые вакансии учителей в школе. Все это — из-за невозможности предоставить жилье.

Для полноценного развития детей жители предложили построить современный детский дошкольный комплекс и спортивную площадку на территории школы, а также спортивный корт на территории поселения. Необходимым посчитали реконструкцию имеющегося сквера с памятником погибшим в ВОВ, а также строительство тротуаров.

мнение •

Д.И. Азаров, врио губернатора Самарской области:

— Мы должны все вместе с учетом запросов, мнений, интересов людей выстроить стратегию нашего развития на годы вперед. При этом нужно использовать опыт планирования, наработанный нами в Самаре в 2011-2013 гг. по ключевым проблемам развития региона. Сама власть, наши министерства должны создать открытые диалоговые площадки с привлечением экспертов, общественности, чтобы гражданское общество стало главным творцом наших целей и планов.

возрождать национальные промыслы и ремесла.

Глава с.п. Екатериновка **А.В. Гайдуков** вместе с жителями обсудил самые острые проблемы, чтобы, отталкиваясь от них, внести в стратегию развития поселения конкретные предложения.

Первым пунктом стратегии жители обозначили строительство дорог. Поступило предложение по открытию производства бутилированной воды из имеющегося на территории Екатериновки подземного озера.

Для новобранцев, которые в день свадьбы любят проводить фотосессии на берегу Волги, предложили благоустроить площадку для молодоженов. В стратегию включили реконструкцию старинных зданий: библиотеки, больницы, администрации и дома купца Ежова.

Для появления новых рабочих мест предложили активнее привлекать инвесторов, включив в стратегию развития модернизацию цехов по переработке лесоматериалов древесины и возрождение плодосовхоза с цехом по переработке.

Екатериновцы заинтересованы в создании санкционированных пляжей, а еще важна очистка русла Волги и её берегов.

Вспомнили о возрождении проекта по строительству пожарного депо, который был разработан еще в 2014 году. Также собравшиеся внесли предложение создать Центр досуга для детей в отремонтированном здании бывшей бани (по ул. Полевой).

