

Для современного ребенка гаджет - это неотъемлемая часть его жизни.

Благодаря телефону в руке ребенок:

- Социализируется
- Обучается
- Общается
- Развивается
- Отдыхает

Младшие школьники предпочитают играть в игры, им нравится яркая картинка, возможность в виртуальной реальности «переиграть» неудачное действие

Кроме того, с введением дистанционных технологий выход в виртуальную реальность стал ключевым условием получения образования. А мессенджеры и соц.сети после пандемии надолго «подружил» школьников с гаджетами, которые помогают выстроить общение с педагогами и одноклассниками.



Риски неограниченного использования гаджетов

Как бы удобны, многофункциональны, спасительны не были технические средства связи, они несут в себе негативные эффекты, о которых не стоит забывать.

Последствия для физического и психического здоровья:

- Сильная стимуляция мозговой активности, как результат - чрезмерная импульсивность и перевозбуждение нервной системы ребенка
- Нарушение процессов отдыха, сна, когда ребенок ещё долго не может переключиться с красочной виртуальной реальности на размеренную действительность.
- Снижение двигательной активности (поглощение внимания приводит к обездвиживанию, деформации суставов и отеку конечностей)
- Ухудшение мелкой моторики рук, так как движения пальцами однообразны. ограничены размером экрана.



Последствия для интеллектуального и эмоционального развития:

- Тенденция к упрощению познавательных процессов (мышления, внимания, воображения). В компьютерных играх и приложениях эти процессы просто не задействуются, так как яркие, привлекающие детей изображения выдают готовый графический продукт, не требуя самостоятельной работы воображения и фантазии, способности мыслить аналитически, перерабатывать информацию.

- Компьютерные игры отличаются упрощением детской игры, собственно игровых действий, далеких от реальности. Они не требуют от него глубокого обдумывания игровых действий, подбора персонажей, приглашения других участников

- У детей, злоупотребляющих играми, наблюдаются перепады настроения, появляются повышенная агрессивность, ситуация неудачи в реальном мире вызывает тревогу и неуверенность в своих силах, ведь нет возможности обновить свой результат, как в приложении, пройти уровень заново.

ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ

Гаджет – это помощник ребенка в достижении конкретных задач, и у него есть «инструкция по применению»: временные ограничения по использованию для каждой возрастной категории, алгоритм действий при возникновении опасности в интернете. Эти правила важно донести именно взрослым, потому что ни от кого другого, кроме как от родных, ребенок о данных правилах не узнает.

- киберзависимость (зависимость от гаджетов) формируется у детей в 10 раз быстрее, чем у взрослых, а побороть ее в 10 раз сложнее;
- стадия отказа у детей проходит гораздо труднее, поэтому делайте это последовательно, постепенно сокращая время проведения за гаджетом, четко контролируя выполнение ваших договоренностей;
- личный пример самый эффективный прием воспитания. Если вы проводите много времени с гаджетами, то и ребенок, подражая, будет делать так же; гаджетом нельзя подменить реальные отношения, интернет-переписки никогда не научат ребенка выстраивать эффективное общение в жизни. Поэтому и отношения с гаджетами должны выстраиваться как вспомогательные, дополнительные к реальности.

- Четкое время использования. Например, правило для ВСЕЙ семьи: «В 20:00 все отключают гаджеты»;
- Родитель должен быть включен в процесс изучения ребенком виртуальной реальности. Попробуйте поиграть в его любимые игры, научите использовать поисковые системы, покажите познавательные каналы в YouTube, группы Вк;
- Система штрафов за несоблюдение правил поощрения за верное использование гаджетов
- Важно помнить! Наказывать ребенка следует через лишение его действительно важных, значимых вещей, событий, того, что он любит. Ребенок не захочет «зависать» в телефоне, если реальная жизнь будет насыщенной: секции, хобби, увлечения; семейные праздники, традиции (например, выходной вечер за настольными играми, семейный поход в кинотеатр)



МОАУ «Лицей №6» им. З.Г.
Серазетдиновой»

Рекомендации для родителей «Ребенок и гаджет: возможности и риски использования»



Оренбург, 2022