



Гаджеты и ребёнок



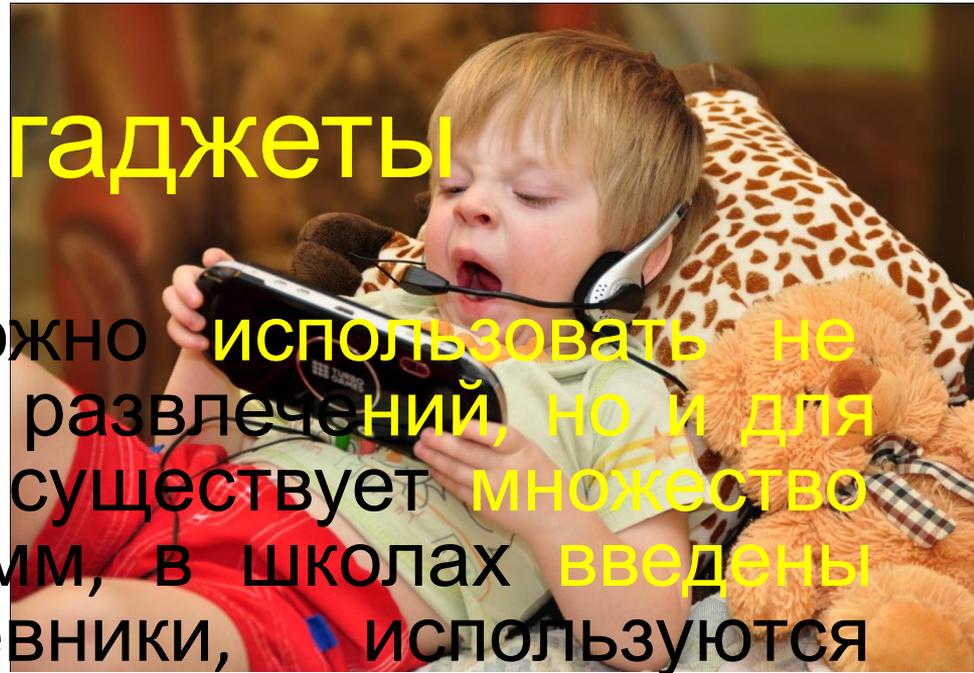
Шинкарева Мария
Группа № 4



- В общественном транспорте редко можно встретить человека без наушников в ушах, откуда раздается громкая ритмичная музыка. На улицах города каждый встречный человек разговаривает по мобильному телефону. Молодые люди сидят, уставившись в экран телефона, планшета, ноутбука.
- Так как же мы можем оградить детей от гаджетов и нужно ли это делать?

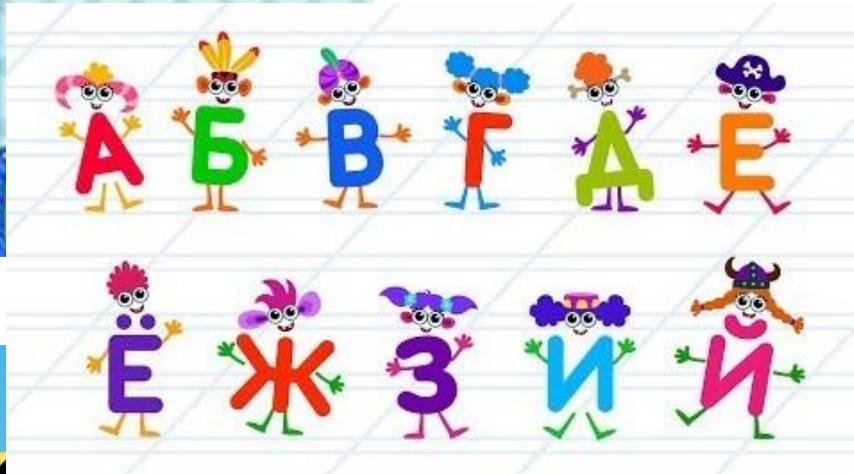
Дети и гаджеты

- Гаджеты и ПК можно использовать не только для связи и развлечений, но и для обучения. Сегодня существует множество обучающих программ, в школах введены электронные дневники, используются дистанционные системы обучения и т.д. Чтобы извлечь из использования ребенком компьютера и другой электроники максимум пользы и при этом снизить отрицательное влияние, стоит ознакомиться с советами по правильному применению техники.



Плюсы использования гаджетов и ПК

1. **Развитие мелкой моторики.** Работа на устройствах с джойстиком, кнопками и тачскрином (сенсорным экраном) позволяют разрабатывать пальчики и тренировать мелкую моторику. А слежение за движением компьютерной мыши на экране позволяет тренировать внимание малыша.
2. **Обучение младших школьников и дошкольников.** Происходит с помощью специальных обучающих программ и игр, использующих зрительные образы и активные формы работы самого ребенка. Очень хороши игры, в которых ребенку предлагается проблемная ситуация и требуется найти ее разрешение, анализируя исходные данные, занимаясь поисковой и исследовательской активностью. Например, это могут быть игры с построением букв из линий, соотнесением понятий с изображениями и т.д.



Дети школьного возраста имеют больше возможностей для использования гаджетов:

- **Доступ прямо из дома к большому количеству полезной информации.** В Интернете школьники могут прочитать последние новости, найти тексты книг, отыскать интересную информацию о великом открытии, путешественнике, историческом событии и пр. Преимущество Интернета перед библиотекой - мгновенное поступление новой информации.
- **Формирование у школьников навыка поиска и фильтрации информации.** Наиболее активно данное умение формируется в подростковом возрасте. Обилие различных информационных сайтов ставит школьника перед необходимостью анализировать все получаемые сведения и отбирать из них достоверные. Помимо навыков поиска и фильтрации информации это развивает также способность к критическому мышлению.
- **Связь с одноклассниками и учителями.** Очень хороши специальные блоги и группы в соцсетях, создаваемые для учеников определенного класса. Здесь учитель и ученики могут обмениваться информацией и новостями, дискутировать по спорным вопросам, обсуждать прочитанные произведения, совместно работать над проектами и др.



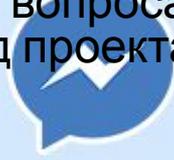
WhatsApp



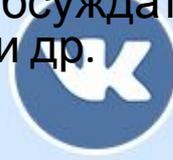
Viber



Telegram



Facebook



VKontakte



Chat

Минусы использования гаджетов и ПК

- **Частое и ненормированное использование гаджетов может привести к ряду негативных последствий:**
- **Проблемы со здоровьем.** Частое сидение за компьютером или планшетом может привести к покраснению и сухости глаз, ухудшению зрения, нарушению осанки, проблемам с мышцами (от их длительной неподвижности), кислородному голоданию мозга (в результате сдавливания сосудов и отсутствия свежего воздуха), расстройствам сна.
- **Психологические проблемы.** Дети, с раннего возраста много пользующиеся гаджетами и мало времени проводящие со сверстниками, могут иметь проблемы с социальной адаптацией. Им трудно общаться с людьми, находить с ними общий язык, они робки и застенчивы, мало знают о жизни за пределами компьютера и часто теряются в реальных жизненных ситуациях.
- **Зависимость.** Это самое серьезное последствие от использования ПК и гаджетов. Оно формируется под влиянием многих аспектов (частое использование устройства, отсутствие других интересов в жизни, проблемы личного характера и т.д.) и имеет целый ряд симптомов.

Пока ты здесь, они – там)



Как распознать настоящую опасность?!

- **Симптомы зависимости**
- Специалисты выделяют следующие симптомы компьютерной, гаджет- или интернет-зависимости:
- Фанатичное отслеживание новинок техники и неконтролируемое желание их получать (частые просьбы купить устройство, капризы и истерики, если этого не происходит)
- Возникновение чувства эйфории при использовании устройства – ребенок чувствует себя счастливым только тогда, когда имеет возможность подержать гаджет в руках, посидеть за компьютером, зайти в Интернет и т. д.
- Отсутствие других интересов, целей и стремлений – школьник забывает обо всем и не имеет других радостей, все время проводит только с устройством
- Пренебрежение семьей и друзьями: члены семьи и друзья отходят на второй план – ребенок практически не общается с ними
- Возникновение проблем в школе (проблемы с поведением, прогулы, плохие отметки и т.д.)
- Негативная реакция (плач, агрессия, истерика, обида и др.) на попытки ограничить работу с устройством

Чтобы избежать неприятных последствий использования гаджетов, есть правила для детей и взрослых



Правила использования компьютеров и гаджетов детьми и взрослыми!!!

- Знакомить ребенка с данными устройствами стоит не ранее **двух** лет
- В раннем возрасте работа должна протекать под контролем родителей
- В 2-3 года можно проводить за гаджетом или компьютером **не более** 15-20 минут в день; в 4-5 лет – **не более** 20-25 минут; в 6-8 лет – **не более часа**; в 9-16 лет – **не более** 2-3 часов
- Расстояние от глаз до дисплея устройства должно составлять 50-70 см
- Яркость дисплея должна быть низкой
- При использовании устройства локти ребенка не должны висеть – необходима опора
- Под компьютерным столом рекомендуется установить подставку для ног, чтобы предотвратить негативное воздействие на них длительного сидения
- При работе с устройством спина ребенка должна быть прямой
- Ребенку дошкольного возраста старайтесь давать гаджет как можно реже. Необходимо объяснять, что данное устройство предназначено для работы, и вместо просмотра мультиков лучше запустить развивающие программы и ролики.

- **Найти для ребенка другие интересы.** Попробуйте увлечь его чем-то не связанным с электронными устройствами. Прогулки, катание на велосипеде, самокате, чтение книг, игры с ребенком. Посмотрите, что вызывает у Вашего ребенка наибольший интерес.
- **Сократить время работы с устройством.** Однако помните, что не нужно строго запрещать ребенку сидеть за компьютером или отбирать у него планшет. Это вызовет негативную реакцию и может лишь усугубить ситуацию. Придумайте какой-то хитрый ход, например, давайте поручения, просите участия ребенка в делах, делая акцент на том, что без него с ними справиться трудно. В более серьезных случаях можно отдать устройство «в ремонт», чтобы за это время привить малышу любовь к другим занятиям.
- **Стараться больше времени проводить с ребенком.** Совместные прогулки, игры, беседы, обсуждения интересных вопросов (книг, фильмов, музыки, истории и т.д.) помогут ребенку не только избежать зависимости от гаджета, но и улучшат Ваши отношения, и позволят малышу почувствовать свою значимость.

Компьютеры и гаджеты – весьма полезные в обучении устройства. Однако они могут стать злом, если неправильно или слишком часто использовать их, если на них сосредоточены все интересы. Чтобы избежать этого, родителям необходимо больше внимания уделять детям и при необходимости контролировать использование устройств.

The End

