Дети, гаджеты, коронавирус

Консультация для родителей

Развитие в наш век идет стремительно. И если мы раньше говорили о вреде длительного пребывания детей перед телеэкраном, то теперь, бьем тревогу по использованию гаджетов и в первую очередь – телефона.

Конечно, трудно представить жизнь человека без телефона. Он давно перестал быть для человека средством связи. Сейчас это еще и средство хранения информации, и доступ к гос. услугам и многое другое.

Многие родители зачастую сами не отрываются от гаджетов, а во время пандемии, когда все оказались «запертыми» или «ушли на удаленку», ребенок видит, что делают папа и мама, и начинает так же вести себя.

Сколько бы правильных слов родители ни говорили о том, почему это, вредно, если они сами показывают дурной пример, то этот пример заразителен. Никакие слова уже не помогут.

Некоторые родители считают, что телефон помогает ребенку развиваться. Им кажется, что с его помощью ребенок учится чему-то новому и у него воспитывается усидчивость. Но это верно только при рациональном использовании гаджета. В противном случае, он может нанести большой вред.

Итак, комплекс простых правил:

1) создать условия для гигиенически правильного использования гаджета: ребенок должен сидеть перед экраном, не валяться, экран должен быть на определенном расстоянии – не меньше 30 см, кроме того, педиатры бьют тревогу – не использовать телефон, излучение смартфона небезразлично для развития ребенка и его мозга (лучше компьютер).

2) очень многие рекомендуют не ставить компьютер в комнате у ребенка. Он должен стоять в комнате, где есть взрослые, которые, пусть краем глаза, но видят, чем занимается ребенок.

3) для дошкольников самое эффективное, если родители вместе с ним у гаджета. Вы ставите развивающую игру, а весь смысл ставить именно игры, у которых есть какое-то творческое развитие, какой-то поиск, а ребенок играет.

4) обязательно нужно контролировать время. Одна сессия – примерно 15 минут.

На практике эти простые правила почти не выполнимы. И главная проблема – это «время» и «быть вместе»

Раньше среднестатистический дошкольник проводил за гаджетами порядка 24 часов в неделю. В пандемию этот показатель значительно вырос. Как же телефон попадает к ребенку? По приходу из детского сада, родителям необходимо переделать массу домашних дел: это и готовка, и стирка, и уборка. А ребенок в это время тоже требует внимания, он все время задает вопросы, на которые нужно давать ответ, старается привлечь внимание всевозможными способами, при этом отвлекая своих близких. И как результат – телефон в руках ребенка, а мама или папа спокойно делают работу или отдыхают.

В Российской академии образования пришли к выводу, что пандемия замедлила темпы психического развития дошкольников. Чем больше времени проводит ребенок с телефоном в руке, тем труднее потом его от него "оторвать". Дети теряют чувство реальности, в настоящей жизни им становится труднее найти себе друзей. Постоянно играющий в телефоне ребенок, не может организовать сюжетно-ролевую игру, не может поддержать сюжетную линию, предложенную друзьями. У него плохо развивается речь, память, мышление, воображение, страдает умение общаться. Такие дети страдают излишним весом. Так как с одной стороны, во время общения с гаджетом, они тянут в рот все, что попало, с другой – это время статической нагрузки, они не двигаются, что очень вредно.

Также телефон негативно влияет на зрение. Чрезмерной зрительной нагрузке подвергаются теперь дети с самого раннего возраста. Мамы не скрывают, что дают гаджет детям в манеж. !!! То, что мы видим на экране, - это пиксельное изображение, требующее большого напряжения. Мы открываем глаза шире и моргаем реже, отчего поверхность глаза высыхает, появляется жжение. Именно поэтому читать текст на бумаге легче, там лучи света отражаются от бумаги, т.е. изображение отраженное, как и все вокруг нас.

Но мы стараемся не замечать или забываем все это. В результате прогулки на свежем воздухе, общение с родителями, сверстниками заменяют "посиделки" в телефоне.

Запомните! Никогда телефон не заменит живого общения, настоящих друзей, и другие ценности. Когда начинаются проблемы с компьютерной зависимостью, нужны кардинальные меры. Часто требуется помощь квалифицированного психолога, а иногда психиатра.

Необходимо как можно больше времени уделять детям, слушать, слышать их, играть с ними, гулять, заниматься совместным творчеством. И тогда вы никогда не упустите своего ребенка, будете всегда знать, где и с кем ваш ребенок, и чем занят.

Любите своих детей, цените их!

Сбербанк и компании его экосистемы проанализировали, появилась ли зависимость от гаджетов у детей в период пандемии. Исследования не утешительные. Так, пользователи стали более чем в 1,5 раза чаще заказывать игры для консолей и ПК. Кроме того, в 1,5 раза вырос спрос на ретроконсоли. Количество заказов обычных игровых приставок выросло на 234%. На 121% выросло количество заказов ТВ-приставок и медиаплееров. Пандемия и самоизоляция не должна стать оправданием того, что ребенок много времени проводит за телефоном, планшетом, компьютером. Все зависит от нас, взрослых!

Составила:
воспитатель Мельникова С.Н.