

## «Дети и гаджеты.»

**Цель:** Систематизировать знания родителей о плюсах и минусах использования гаджетов.

### **Задачи:**

- 1) Как правильно использовать гаджеты с пользой для детей .
- 2) Познакомить родителей с угрозами, с которыми дети могут столкнуться в интернете и совместно найти пути решения данной проблемы.
- 3) Обсудить с родителями вред гаджетов;

**Форма проведения:** беседа, обсуждение, мини-лекция, индивидуальная работа.

**Оборудование:** листы формата А4, буклеты ручки, фломастеры, клей.

### **Ход занятия:**

#### **Приветствие .**

**Педагог:** - Добрый день, рада снова видеть Вас на нашем занятии!

#### **Упражнение «Раз, словечко – два словечко» (приветствие)**

**Цель:** создать благоприятную непринужденную психологическую атмосферу в группе.

#### **Инструкция.**

Педагог предлагает членам группы составить общее приветствие от всех и каждого всем и каждому. Участники тренинга в порядке очередности (начинает ведущий) говорят по одному слову. Каждый последующий член группы дополняет предыдущего. Педагог командует «СТОП», когда текст приветствия становится законченным.

#### **Вступительная часть. Введение в тему.**

**Педагог:** все мы разные, у всех свои увлечения, свой быт, свои желания и т.д. Но в данный момент у нас есть одна вещь, без которой мы не обходимся ежедневно. Как вы думаете, что это? **(ответы участников).**

Это гаджеты.

#### **Мини-лекция.**

В современном мире цифровых технологий невозможно представить людей без гаджетов. Сотовые телефоны, планшеты, компьютеры – неотъемлемая часть нашей жизни. Гаджеты прочно вошли в жизнь детей и взрослых. Они используются в работе и учебе, на отдыхе. Все больше времени человек проводит, уткнувшись в телефон или планшет.. Сейчас уже в младших классах ученикам необходимо знать компьютер, а сотовый телефон нужен первоклашкам. Так что полностью отказаться от электронных устройств у

вас не получится. Но на то и нужны родители, чтобы контролировать жизнь детей. Так что пользование гаджетов должно проходить под наблюдением мамы с папой.

### Положительное влияние современных гаджетов на детей.

**Педагог:** как вы думаете, есть ли положительное влияние гаджетов на детей? (ответы участников группы, обобщение ответов)

Во-первых, телефоны и планшеты помогают отвлечь малыша от затяжных занятий. Например, вы сидите в очереди к врачу или едете к бабушке в деревню на машине. Ребёнок от долгого сидения на одном месте устаёт, начинает нервничать, капризничать. Ему хочется побегать-попрыгать, и это нормально – он же ребёнок. Вот тут и приходят на помощь электронные устройства. Вы даёте ему гаджет, и вот малыш уже занят игрой или рисует на нетбуке.

Во-вторых, в наше время большое развитие получает цифровое образование. Книжки и методички постепенно уходят на второй план, уступая место компьютерным играм и мобильным приложениям. Они учат детей дошкольного возраста чтению, счёту, рисованию. Они помогают развивать их память, внимание, логическое мышление. Также есть обучающие мультфильмы, рассказывающие ребёнку о природе, мире, вселенной, обо всём окружающем мире.

### Отрицательное влияние гаджетов на жизнь ребёнка

Сейчас дети чуть ли не с младенчества сидят в социальных сетях. Они так много проводят времени за компьютером, что постепенно «теряются» в «Контакте» и Instagram. Ребёнок настолько увлечён виртуальным общением, что забывает о домашнем задании, прогулке во дворе, иногда даже об ужине!

Кроме этого, в Интернете много жестокости. Youtube заполнен агрессивными роликами и фильмами ужасов. Другие сайты тоже содержат вредную для ребёнка информацию. Редко, но иногда это влияет на психику малыша. Он может начать относиться ко всему враждебно. В этом случае задача родителей оградить ребёнка от компьютера или следить за тем, что он ищет в сети.

Не нужно забывать и о негативном влиянии на физиологию. Во-первых, это касается отрицательного воздействия на зрение детей. К тому же, те дети, которые постоянно проводят время за гаджетами, меньше двигаются. А это плохо сказывается на их опорно-двигательной системе. Ребёнок за

ноутбуком часто сидит с сутулой спиной, а это ведёт к искривлению позвоночника. Родители должны в этом случае дозировать время, которое ребёнок проводит за электронными устройствами. Например, ограничьте период, проведённый за компьютером. Следите за тем, чтобы малыш больше двигался. Придумайте совместное занятие: прогулка по городу или приготовление ужина. А часы, проведённые с семьёй, всегда лучше часов, проведённых за ноутбуком. Из-за того, что ребёнок долго держит телефон в руках и делает при этом однообразные движения пальцами, у него могут появиться патологии кистей. Также возможно нарушится координация между сигналами мозга и движениями рук.

У ребёнка могут возникнуть проблемы с общением. Часто, особенно среди детей подросткового возраста, личное общение заменяется виртуальным, живые эмоции и мимика - смайликами и стикерами. Ребёнок не учится высказывать своё мнение, делиться переживаниями, разделять чью-то боль. Из-за гаджетов пропадают социальные навыки, которые так необходимы ребенку в будущем. К тому же общение в социальных сетях и на форумах не даёт возможности увидеть подлинную реакцию собеседника. Это значит, что ребёнок забывает подумать о последствиях своих слов и действий.

Так же у детей часто возникает интернет-зависимость.

**Педагог:** - Что такое интернет – зависимость? Это навязчивая потребность в использовании Интернета.

### **Упражнение «Цветик-семицветик»**

**Цель:** совместно найти пути решения данной проблемы.

**Инструкция.**

**Педагог:** - Приведенные цифры показывают, насколько серьезна опасность, связанная с бесконтрольным со стороны взрослых пребыванием детей в Интернете, данная проблема ждет от нас важного решения. Так что же делать, если ребенок стал, зависим от компьютерных игр, от Интернета, как оградить его от вредных сайтов? Давайте каждый из вас подумает и на лепесточке предложит свой путь решения проблемы (что же нужно сделать, чтобы ребенок меньше времени тратил на виртуальное пространство)

**Педагог:** - Это наш совместный цветик-семицветик, посмотрите какой он яркий. Давайте с вами постараемся сделать так, что бы такой же яркой и разнообразной была жизнь наших детей.

### **КОГДА МОЖНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ДЕТЯМ ГАДЖЕТАМИ?**

Чуть ли не с младенчества ребёнок начинается увлекаться окружающим миром. Малыш активно развивается и растёт. В этом процессе на помощь ему должны прийти не виртуальные стимулы, а реальные объекты. Игрушки,

которые можно потрогать, растения, которые можно понюхать, рассказы родителей, которые можно услышать.

Специалисты считают, что лучше детей знакомить с различными девайсами после трех лет. В этот период у малыша формируются осознанные действия. Но необходимо сократить общение с телефоном или айпадом. Ребёнку 3-4 лет хватит не более часа в день, ребёнку 5-7 лет – не более двух часов в день.

Плюсы гаджетов состоят в том, что они могут помогать в обучении, развивать определенные навыки, обогащать знания ребенка. Но взрослым нужно пользоваться такими помощниками очень осторожно. Потому что очень быстро из доброго друга планшет может стать их злейшим врагом.

## Памятка для родителей Профилактики Интернет-зависимости у детей



### **1. Ограничьте количество времени, которое дети могут проводить в Интернете.**

Убедитесь, что ребенок пользуется Сетью во время, отведенное домашнему заданию, для учебы, а не для развлечений. Вместе с ребенком составьте подробный план с указанием, на что тратится время, проводимое за компьютером.

### **2. Не ставьте компьютер в комнате ребенка.**

Установите компьютер в гостиной или в своей комнате – там, где вы сможете легко контролировать то, что ваш ребенок делает в Интернете. Важно не допустить, чтобы виртуальная реальность не стала для него домом.

### **3. Выясните, что ваш ребенок любит делать в Интернете.**

Некоторые онлайн-игры, в которых действие происходит в фантастических мирах с тысячами игроков по всему миру, например, World of Warcraft, действительно увлекают. Известны случаи, когда взрослые люди достигали крайней степени истощения, не в силах оторваться от любимой игры, не говоря уже о таких «мелочах», как разводы, потеря работы и т.д. Кроме того, во многих играх, чтобы добиться успеха, нужно не только проводить в игре много часов в день, необходимо также вкладывать в своего персонажа реальные деньги, обменивая их на игровую валюту. Не получив денег на игру от родителей, ребенок может пойти на обман или воровство.

### **4. Не подавайте детям плохой пример.**

Не проводите слишком много времени у компьютера, не берите с собой за город ноутбук или планшет. Активный отдых всей семьей поможет ребенку переключиться на реальную жизнь. Займите ребенка другими вещами, настольными или спортивными играми. Найдите ему занятие по душе. Тогда Интернет станет подспорьем в учебе, вспомогательным средством поиска информации и общения, а не способом ухода от реальности и бегства от проблем.



