

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 571
620137 г. Екатеринбург, пер.Парковый, д.41-а тел.: (343) 286-64-79, 286-64-78
madou571@yandex.ru, 571.tvoysadik.ru
ИНН/КПП 6670319805/667001001

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
«ДЕТИ И ЦИФРОВАЯ ИНФОРМАЦИЯ»
(для педагогов и родителей)

Подготовил:
Учитель-логопед
Бочнева Наталья Юрьевна

Екатеринбург, 2022

Мы живем в век, когда нас повсеместно окружает море информации. Она льется на нас из телевизоров, радио, планшетов, телефонов. Как же наш мозг справляется с таким потоком? И как это море цифровой информации воздействует на мозг ребенка?

Пользуясь гаджетом ребенок тратит интеллектуальный ресурс на распознавание предъявляемых стимулов, а не на размышления, поэтому даже необходимая информация не усваивается его мозгом должным образом.

Это сказывается на качестве обучения, ведет к увеличению ошибок по невнимательности и т.д. Однако сам ребенок не может осознать причины проблемы. Для него проблема лишь в том, что его время от времени лишают возможности пользоваться гаджетом.

Злоупотребление интернетом и видеоиграми приводит к чрезмерной стимуляции дофаминовой системы — так называемой «системы вознаграждения» в мозге. Дофамин отвечает за ожидание награды, поэтому, когда ребенок ждет заветного приза в компьютерной игре, у него происходит постоянная выработка дофамина.

Подобная искусственная стимуляция выработки дофамина приводит к изменению чувствительности нейронов мозга ребенка к этому нейромедиатору. Проще говоря, порог чувствительности к дофамину снижается и, чтобы получить удовольствие от чего-либо, ребенку требуется все более сильный раздражитель.

Не понимая этого, ребенок, чтобы сохранить хотя бы прежний уровень удовольствия от своей деятельности, вынужден постоянно увеличивать продолжительность игры, наращивать сложность и разнообразие игр. Но, к сожалению, это не помогает.

В итоге замыкается порочный круг компьютерной зависимости, которая мало отличается от наркотической. Так что если ребенка резко отлучать от гаджетов и игр, то у многих детей возникает самая настоящая «ломка» с соответствующими реакциями — головная боль, общая слабость, тошнота, повышение температуры тела.

В 2011 году в газету «The Daily Telegraph» поступило открытое письмо 200 британских учителей, психиатров, нейрофизиологов, в котором говорилось о том, что современное детство безвозвратно разрушается «неустанной диетой» из рекламы и компьютерных игр, вызывающих зависимость (из книги А.В. Курпатова «Счастливый ребенок. Универсальные правила»).

Уже тогда специалистам соответствующие тенденции были понятны и очевидны. Но противостоять этой «диете», когда на нее подсели уже и родители, крайне сложно.

Теперь немного о мультфильмах. Почему время, потраченное на них, надо ограничивать. Просмотр меняющихся картинок, готовые герои, их одежда, движения, мир вокруг них, весь сценарий не заставляет ребенка думать, напрягать мозг и пытаться что-то понять. Здесь все восприятие картинок происходит без участия самого человека. Смотри и наслаждайся.

А вот прослушивание аудиосказок, совместное чтение книг заставляет мозг

фантазировать, рисовать героев сказок, атмосферу вокруг, природу и эмоции. Мозг получает информацию, декодирует ее, и каждый ребенок, в меру своего опыта, рисует услышанное в своем воображении, обогащает свой словарный запас, получает пример для подражания красивой речи, он слышит вариативность интонаций и знакомится с эмоциями.

Почему важен возрастной ценз? Он опирается на возможности ребенка понять, осознать или сделать что-то характерное для определенного возраста. Поэтому мы не даем трехлетнему ребенку книги, мультфильмы, задания и игры предназначенные для детей более старшего возраста. Иначе можем получить нежелательный эффект. Дети часто перескакивают с одного вида деятельности на другой, если у них что-то не получается. Но мы - любящие родители, и понимаем, что не все сразу научились ходить, и держать ложку в руке, поэтому плавно и мягко помогаем ребенку преодолеть трудности, т.е. заставляем думать, не давая готовый ответ, как решить задачу, чтобы наконец получить результат. Иногда малыш мучительно долго будет что-то делать, складывать пазл, думать над написанием буквы, или как согласно схеме построить машинку в конструкторе, в этот момент в мозгу происходит огромная работа. И в один момент он найдет решение, и именно в этот момент снова сработает дофаминовая система. Это будет стимулом повторить и попробовать еще что-то, а точнее попробовать себя в чем-то.

Живя в веке цифровых технологий отказываться от использования гаджетов нелогично. Они несут немало пользы, если подходить разборчиво к тому, какая информация попадает в руки ребенка. А это под силу взрослому. Есть не мало обучающих сайтов, где дети могут узнавать про свойства предметов, цвета, изучать времена года, животных, птиц и рыб, учиться считать, и изучать азбуку, складывать из букв слоги и слова. На таких сайтах есть временные рамки, которые родитель выставляет сам, и по прошествии этого времени, урок заканчивается, приглашая ребенка продолжить в следующий раз. На этих сайтах есть четкое разделение заданий согласно возрасту детей.

Есть обучающие каналы, где детям короткими лекциями рассказывают про животных, динозавров, подводный мир, космос, человека. Это делают специалисты высокого уровня, с обратной связью, где ребенок может оставить свой вопрос и ему на него ответят. Уверенна, что любой взрослый сможет найти что-то новое для себя на таких каналах, а совместный просмотр и обсуждение увиденного сделает ваш вечер интересным. А если у вас получится перенести заинтересованность в офлайн, то вы получите ребенка, который сможет найти себе увлечение сам. Подводный мир — ребенок рисует разных рыб и пишет о них, создает альбом того, что он видел или хотел бы посмотреть. Динозавры? Почему бы самому не нарисовать диплодока или стегозавра и не придумать мир вокруг него.

Есть прекрасные мультики, которые знакомят детей с простыми правилами поведения в общественных местах, с правилами хорошего тона, с правилами безопасности, с законами физики, астрономии, с историей нашей страны и других стран. Смотрите, обсуждайте. Так информация лучше запомнится, и Вы

сможете помочь ребенку разобрать материал, который он не понял во время просмотра мультфильма.

Но иногда случаются в жизни моменты, когда все гаджеты мы убираем из окружения ребенка. Планшеты, телефоны, телевизоры «стоят» под строгим запретом. Если у ребенка появились различные тики, подергивания, моргания, покашливания, навязчивые движения, запинки в речи или заикание, сон стал беспокойным, ночью ребенок просыпается, наблюдаются частые смены настроения, он то смеется, то резко начинает кричать без видимых причин, становится плаксивым, появился страх чего-то. Все эти звоночки, которые не стоит пропускать. Надо наладить режим сна, убрать все раздражители и обратиться за помощью к неврологу.

Предлагая ребенку новые цифровые достижения, подходите к этому вопросу серьезно. Договаривайтесь сразу о количестве просмотренных мультфильмов, сеансов игр или заданий. Предупреждайте, что еще один сеанс и переключайте ребенка на другой вид деятельности. Это даст малышу время чтобы подготовиться к окончанию сеанса.

Желаю приятного серфинга в море информации, с пользой для всех.