



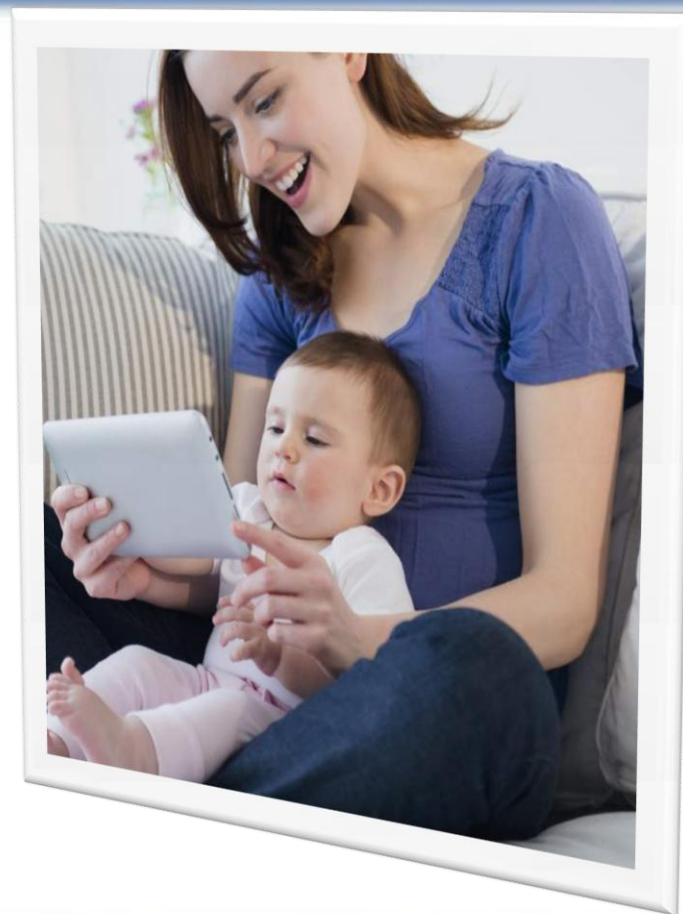
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад» г.Усинска

Влияние современных информационных технологий на психическое здоровье



старший
воспитатель
Некlesa Наталья
Николаевна

- Многие родители с самого раннего возраста дают своему ребёнку гаджеты, поэтому к 3-4 годам дети перестают играть в другие игрушки.
- Врачи же утверждают, что давать ребёнку играть в обучающие игры на планшете можно только с 7 лет.



Вред физическому здоровью

- близорукость
- сухость глаз
- ухудшается осанка,
- развивается искривления позвоночника (особенно шейный отдел)



Страдают отношения

Дети, которые подолгу сидят за гаджетами, имеют проблемы с формированием нервных связей в головном мозге. Это плохо влияет на их умения концентрироваться на другом человеке, снижает самооценку. Поэтому они могут испытывать трудности в установлении личных отношений во взрослой жизни.



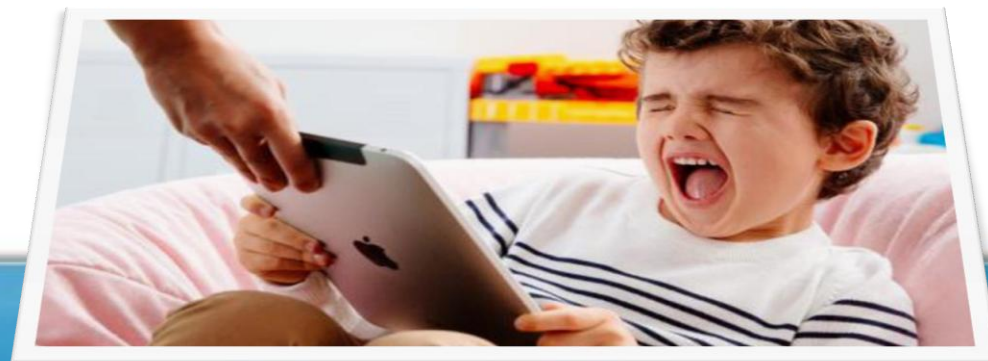
Это вызывает зависимость

- Это так здорово — получить результат, которого ты захочешь, одним нажатием пальца на дисплей.
- Малыши моментально привыкают к этому. В отличие от взрослых, они не умеют сдерживать свои импульсы и контролировать желания. Захотел – получил.
- Планшеты и смартфоны не учат детей самоконтролю, а, наоборот – дают возможность не ограничивать себя в своих желаниях.
- **Это вызывает зависимость, схожую с наркотической.**



Это учащает детские истерики

- Планшет очень быстро превращается в любимую игрушку ребенка, с которой он не желает расставаться. Когда же вы забираете ее у него, неизбежны взрывы истерики и негодования. Малыш не может смириться с этим, и всячески демонстрирует свою ярость.
- Поэтому подумайте хорошо, давая в руки ребенка гаджет: стоит ли временная передышка последующих за ней истерик?



Это ухудшает сон

- Игры на планшете и смартфоне перед сном возбуждают нервную систему малыша, приводя к трудностям засыпания, к беспокойному сну ночью.
- Свет, излучаемый экраном, подавляет выработку гормона сна мелатонина. Это сильно подрывает иммунитет ребёнка.
- **Не разрешайте ребенку игры на планшете вечером, и особенно – перед сном.**
- **Замените их спокойными совместными играми, чтением книг.**



«Цифровое слабоумие»

С каждым годом все больше детей — представителей цифрового поколения страдают:

- расстройством внимания,
- заметным снижением памяти,
- заторможенностью мыслительных процессов,

Формируется «клиповое» мышление и «мозаичное» восприятие.

Снижается мотивация обучения.



Это может вызвать психические отклонения

У детей могут
возникнуть:

- депрессии,
- невроты,
- повышенная тревожность,
- отсутствие привязанности к родителям.

Легкодоступная информация в Интернете, не соответствующая возрасту ребенка, может привести к:

- психозу,
- нарушениям в поведении



Это увеличивает детскую агрессивность



Огромное количество игр провоцирует детскую жестокость, уменьшают чувствительность к насилию.

Такое отношение многие дети переносят в реальную жизнь. Они начинают издеваться над сверстниками, избивать более слабых.



Учителя бьют тревогу



- ✓ нет уважения к старшим, авторитет взрослых крайне низок;
- ✓ неконтролируемое поведение;
- ✓ низкая мотивация к обучению;
- ✓ равнодушие и жестокость вытесняют проявления доброты и милосердия;
- ✓ ранний интерес к интимным отношениям;





Информационная безопасность



«Информационная безопасность детей»

- это состояние защищенности, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией вреда их здоровью и (или) физическому, психическому, духовному, нравственному развитию.



Негативное влияние телевидения

- не включайте телевизор «фоном»,
- не смотрите при ребёнке программы, которые ему не по возрасту,
- ни в коем случае не приучайте ребёнка смотреть ТВ или мультики на планшете за едой !
- анализируйте содержание даже «детских» программ и мультиков



- ☒ Маша и Медведь
- ☒ Барбоскины
- ☒ Три богатыря
- ☒ Monster High
- ☒ Губка Боб
- ☒ Winx
- ☒ Шрек
- ☒ Мультфильмы Диснея
- ☒ Миньоны
- ☒ Свинка Пеппа
- ☒ Том и Джерри
- ☒ Гадкий я
- ☒ Гравити Фолз
- ☒ Грифины
- ☒ Футурама
- ☒ Симпсоны

Мультфильмы

- ☒ Советские мультфильмы
- ☒ Лунтик и его друзья
- ☒ Фиксики
- ☒ Смешарики
- ☒ Малышарики
- ☒ Уроки тетушки Совы
- ☒ Учимся рисовать с Тёмой
- ☒ Три котёнка



Помните !

Ребёнок бессознательно копирует образцы поведения и принимает мировоззрение героев





Правила для родителей

- ! Независимо от возраста ребенка используйте программное обеспечение, помогающее фильтровать и контролировать информацию, но не полагайтесь полностью на него. Ваше внимание к ребенку - главный метод защиты.

Яндекс, семья и дети.



Яндекс

- Как показали исследования, проводимые в сети Интернет, **наиболее растущим сегментом пользователей Интернета являются дошкольники.**
- В этом возрасте взрослые играют определяющую роль в обучении детей безопасному использованию Интернета.



Что могут делать дети в возрасте 5–6 лет?

- Для детей такого возраста характерен положительный взгляд на мир. Они гордятся своим умением читать и считать, а также любят делиться своими идеями. Несмотря на то, что дети в этом возрасте очень способны в использовании игр и работе с мышью, все же они сильно зависят от вас при поиске детских сайтов. Как им помочь делать это безопасно?



Что могут делать дети в возрасте 5–6 лет?

- В таком возрасте желательно работать в сети Интернет только в присутствии родителей.
- Обязательно объясните вашему ребенку, что общение в Интернет – это не реальная жизнь, а своего рода игра. При этом постарайтесь направить его усилия на познание мира.
- Добавьте детские сайты в раздел Избранное. Создайте папку для сайтов, которые посещают ваши дети.



Что могут делать дети в возрасте 5–6 лет?

- Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.
- Научите вашего ребенка никогда не выдавать в Интернете информацию о себе и своей семье.
- Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернетом.



Возраст от 7 до 8 лет

- Создайте список домашних правил посещения Интернет при участии детей и требуйте его выполнения.
- Приучите детей советоваться с Вами перед опубликованием какой-либо информации.
- Научите детей не загружать файлы, программы или музыку без вашего согласия.
- Не разрешайте детям использовать службы мгновенного обмена сообщениями.



Постоянно контролируйте
использование Интернета
Вашим ребенком!

Это не нарушение его
личного пространства, а
мера предосторожности и
проявление Вашей
родительской
ответственности и заботы.



Почему родители делают это?

ЭТО УДОБНО !

НО !

ЭТО ОПАСНО!



Что делать ?

- Жестко дозировать время пользования – 10-15 минут в день
- Выбирать только те игры и приложения, которые действительно развивают
- Не пользоваться без особой необходимости
- Принять меры безопасности



Воспитать ребёнка, а не просто вырастить,
- это обязанность каждого родителя !

