(cc) BY

Малыгина Екатерина Александровна
магистрант
ФГАОУ ВО «Северный (Арктический)
федеральный университет им. М.В. Ломоносова»
г. Архангельск, Архангельская область

ПРОФИЛАКТИКА КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Аннотация*: в статье рассматривается влияние игровой компьютерной деятельности на детей. Автором представлены рекомендации для педагогов и родителей по профилактике игровой компьютерной зависимости у детей дошкольного возраста.*

Ключевые слова*: дошкольный возраст, компьютерная зависимость, компьютерные игры, влияние игровой компьютерной деятельности, профилактика компьютерной зависимости.*

В современном мире, в мире цифровых технологий и цифрового пространства, кто как не ребенок подвержен зависимости – цифровой (компьютерной) зависимости. Влияние цифровизации сказывается на психике и поведении людей; межличностных отношениях внутри семьи; страдают моральные нормы; нравственные и духовные ценности; ломаются устои общества. Тем самым именно ребенок впитывает всю окружающую действительность с раннего детства.

Одна из самых главных причин «залипания» детей на компьютерных играх, являются, как ни странно, их родители. Именно родительский пример дает возможность ребенку познакомиться и заинтересоваться гаджетами. Но только взрослые могут выстроить и привить правильное отношение к реальному миру и помочь дошкольнику устроится в компьютеризированном социуме, не навредив при этом самому ребенку.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

На сегодняшний день проблема компьютерной зависимости актуальна и рассматривается на государственном уровне, тем не менее дошкольный возраст раскрыт недостаточно широко и четко.

По данным приведенным Институтом статистических исследований и экономики знаний НИУ ВШЭ видно, что 68,3% российских детей от 3 до 6 лет пользуются интернетом. За последние 10 лет их количество увеличилось почти втрое.

При этом постоянно пользуются интернетом в России более 80% детей от 3 до 14 лет. То есть, в сеть выходят практически все подростки в возрастных рамках от 12 до 14 лет (95% в 2020 году), а доля детей 7–11 лет составляет 83,3%.

Тем самым, одна из главных задач дошкольных образовательных организаций – повысить уровень знаний родителей (законных представителей) о вреде и пользе компьютерных игр, проводить профилактические мероприятия по игровой и компьютерной зависимости.

Рассмотрим ряд негативных влияний игровой компьютерной деятельности на ребенка дошкольного возраста.

У детей зависимость от гаджетов возникает быстро, поэтому при любой попытке родителей отучить малыша от него заканчивается детской истерикой, ведь отвыкнуть от того, что приносит огромное удовольствие, очень сложно. В этом случае не надо забывать о влиянии компьютерных игр на здоровье детей: во-первых, от сидения в одной позе начинает прогрессировать сколиоз – болезнь позвоночника; во-вторых, при длительной концентрации внимания ребенок реже моргает, от чего развивается «сухость» глаз; в-третьих, влияние компьютерной деятельности играет огромную роль на психику ребенка, его коммуникативные способности, социализацию, в том числе умения находить мирный выход из конфликтных ситуаций. Не стоит забывать о вредном излучении от компьютерных гаджетов.

Взрослые могут заметить у ребенка основные негативные последствия компьютерной зависимости: раздражительность; покраснение и увлажненность глаз; ухудшение зрения и осанки; нарушение режима дня; снижение качества познавательной деятельности у детей дошкольного возраста.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

У специалистов же ряд негативных последствий более широк: неверное стимулирование мозга; задержки в познавательном и речевом развитии; набор веса, дети, которые принимают пищу перед экраном бывает даже не помнят, ели они или нет; плохой сон, где дети проживают минувший день в игре во сне; психические и соматические заболевания; цифровая деменция.

Несмотря на ряд недостатков влияния компьютерной деятельности на дошкольников, не стоит забывать и о положительных ее сторонах.

Компьютерная деятельность не столько носит зависимый характер, но и может быть адаптивным средством развития ребенка: общение со сверстниками и взрослыми, а это своего рода реализация новых и необычных способов взаимодействия; компьютерные игры могут оказывать психотерапевтическое воздействие – снятие многих фрустраций (переживаний); позволяет моделировать виртуальные и реальные жизненные ситуации, рефлексировать; может помочь ребенку в самореализации; носит развивающий и коррекционный характер для детей, в том числе для детей с ОВЗ. Тем самым дети не только получают знания об окружающем мире, но и о самом себе, осваивают коммуникативные навыки.

Также, внедрение компьютерных технологий в условиях дошкольных образовательных учреждений создает предпосылки для интенсификации образовательного процесса, то есть, способствуют раскрытию, сохранению и развитию личностных качеств дошкольников.

Профилактика компьютерной деятельности для детей дошкольного возраста.

Для того чтобы уменьшить отрицательное влияние компьютерных игр, психологи советуют, как можно больше уделять времени ребенку, читать книги, играть в настольные и подвижные игры, выезжать за город, посещать музеи и просто общаться на общие интересы.

Исходя из рекомендаций ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения):

1) до 2 лет ребёнок не должен смотреть телевизор / в экран компьютера. Не должен. Совсем. Нисколько. Это вредно для его здоровья и развития;

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

2) до 2 лет ребёнок должен ползать, бегать, падать и учиться координировать движения, всё хватать и тянуть в рот, перекладывать, кидать, разбирать. Первоочередную роль в его развитии играют осязание и движение. Если ребёнок замерев смотрит в экран – хоть компьютера, хоть телевизора, какие бы замечательные развивающие программы / мультики там не шли, он не развивается;

3) до 6 лет ребёнок должен заниматься за компьютером не более 20 минут в день, причём желательно делать 1–2 перерыва. То есть не включать несколько серий мультфильмов подряд, а после каждой серии останавливать, обсуждать с ребёнком увиденное, искать мораль истории. Таким образом, вы не дадите ребенку погрузится в транс, но и будете приучать его к логическому мышлению, умению делать выводы;

4) младшим школьникам 6–8 лет перед экраном можно находиться 30–40 минут. В этом возрасте дети уже могут использовать компьютер не для развлечения, а выполнять различные задания.

Правила для родителей, которые работают.

Родитель – это пример для ребенка, поэтому стоит начать исправлять ошибки с себя, не просматривайте гаджеты во время приема пищи или во время общения с ребенком.

Если родителям приходится дома работать на компьютере, объясните ребенку, что вам нужно время чтобы выполнить работу, а потом обязательно займетесь чем-то интересным с ним. Работу при этом лучше выполнять не на глазах ребенка.

Телефон – личная вещь и даже телефон вашего ребенка, не просматривайте его без разрешения, для контроля родитель может его просмотреть, но так чтобы этого не заметил ребенок.

Для детей гаджеты, прежде всего, средство коммуникации со сверстниками. В данном случае контролировать нужно время игры, а не общения.

Полный запрет на пользование гаджетами вызовет только агрессию со стороны ребенка, научитесь находить компромиссы.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

В системе профилактических мер в дошкольной образовательной организации по предупреждению компьютерной зависимости у дошкольников работа с детьми определяется следующим комплексом задач:

1) создание условий для самореализации ребенка в группе сверстников;

2) ознакомление детей с развивающими и образовательными возможностями современных цифровых технологий;

3) формирование у детей адекватного отношения к компьютеру и цифровым устройствам;

4) формирование у детей основ культуры информационной безопасности;

5) обеспечение педагогической поддержки детей дошкольного возраста с выраженными признаками компьютерной зависимости [2].

В работу с родителями по профилактике компьютерной зависимости в условиях ОО может входить:

1) информирование родителей о причинах высокого интереса к цифровым устройствам и компьютерным гаджетам;

2) помощь и поддержка в определении признаков компьютерной зависимости и способах ее профилактики;

3) мотивация родителей на изменение применения компьютерных гаджетов дома. К примеру, найти способ заменить вредную игру на игру познавательного характера.

В условиях стремительного развития цифровых технологий, приводящего к становлению цифрового пространства современного человека, актуальным вызовом дошкольному образованию является предупреждение угроз цифрового образа жизни для детей дошкольного возраста. Педагоги дошкольного образования сталкиваются с необходимостью предупреждения патологического влечения и чрезмерной привязанности детей к компьютеру и цифровым устройствам, при этом остро ощущая нехватку научно-методического обеспечения профилактики ранней компьютерной зависимости в условиях дошкольной образовательной организации.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

В статье рассмотрены как положительные стороны компьютеризации при правильном применение и разграничении времени, так и отрицательные. Негативные последствия в основном проявляются при неправильном введении игр в жизнь детей родителями. Возраст, в котором дети начинают проявлять свой интерес начинается с 2-х лет, а интерес к телефону, как к маминой игрушке, которую она не выпускает из рук, и того раньше. Каждому возрасту соответствуют свои игры, разработанные специально для определенного возраста. «Правильные игры», как правило находятся на платных контентах и многим родителям недоступны. Бесплатные игры, не имеют высококлассных разработок, у них нарушены графика, логика и т. д., но они зациклены при минимальных умственных затратах увлечь ребенка. Родителям необходимо помнить о том, что ребенок в дальнейшем возможно с трудом сможет отличить виртуальную реальность от настоящей жизни. Необходимо четко отслеживать какую игру они дают ребенку, не противоречат ли виртуальные образы реальному миру, правильно ли ребенок воспринимает ее.

Таким образом, можно сделать вывод о необходимости включать в условиях дошкольной образовательной организации такой вид деятельности, как работа с родителями по профилактике компьютерной зависимости у детей дошкольного возраста: знакомить родителей с обучающими платформами для дошкольников, носящих познавательный и развивающий характер; разрабатывать программы для повышения родительской цифровой компетенции [4]; организовывать мастер-классы и семинары-практикумы как для родителей, так и для педагогического состава.

Список литературы

1. Гришина А.В. Психологические факторы возникновения и преодоления игровой зависимости в младшем подростковом возрасте: дис. ... канд. психол. наук / А.В. Гришина. – Н. Новгород, 2011. – 196 с.

2. Иванова Н.В. Проектирование системы профилактики ранней компьютерной зависимости у старших дошкольников в дошкольной образовательной

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

организации / Н.В. Иванова, Т.В. Першина // Вестник Череповецкого государственного университета. – 2020. – №1 (94). – С. 149–161.

3. Раклова Е.М. Влияние игровой компьютерной деятельности на эмоционально-поведенческую сферу детей дошкольного возраста / Е.М. Раклова, А.Н. Булекбаева // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. – 2016. – №61. – С. 90–94.

4. Солдатова Г.У. Использование цифровых устройств детьми дошкольного возраста / Г.У Солдатова, В.Н. Шляпников // Нижегородское образование. – 2015. – №3. – С. 78–85.

5. Соловьева С.Л. Аддиктивное поведение как способ компенсации эмоционального дефицита / С.Л. Соловьева // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2009. – №1 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://medpsy.ru (дата обращения: 29.01.2023).

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)