

ПОЛЬЗОВАНИЕ
ЭЛЕКТРОННЫМИ
УСТРОЙСТВАМИ В
ПОВСЕДНЕВНОЙ
СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ

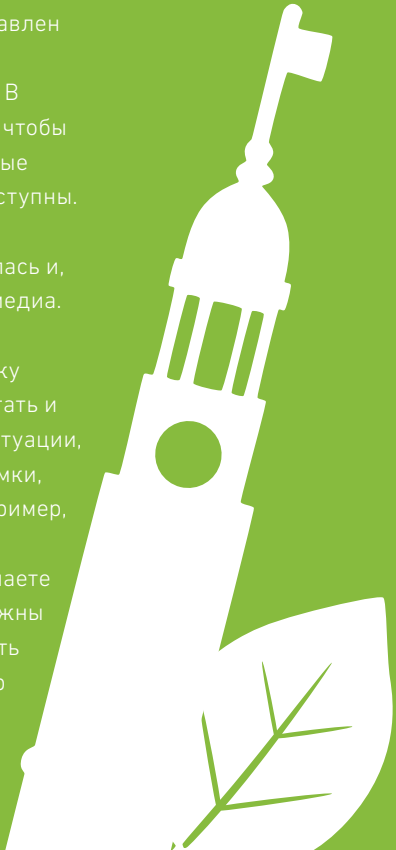
Советы родителям

Дорогие родители!

В своей повседневной семейной жизни вам нередко приходится сталкиваться с множеством проблем одновременно. И иногда из-за этого возникают напряженные ситуации. И, возможно, иногда вы задумываетесь о том, какие электронные устройства могут оказаться полезными в обучении для ваших детей или обогатить их знания. В обоих случаях могут возникать сомнения или неуверенность, когда вы предлагаете своим детям доступ к электронным устройствам, таким как мобильные телефоны, планшеты, телевизор или компьютер.

Именно эти темы в рамках федеральной программы «Поступление в детский сад: помощь в раннем образовании» («Kita-Einstieg: Brücken bauen in frühe Bildung») затрагивала Elbkinder во время пандемии коронавируса. Проект направлен на поддержку семей, которые отдают детей в детсад, и предлагает легкодоступные варианты такой поддержки. В последние месяцы нам пришлось искать новые способы, чтобы поддерживать контакт с вами, семьями. Многие привычные способы взаимодействия в период пандемии стали недоступны. Но цифровые технологии открыли перед нами новые возможности. При этом стало очевидно, как уже повысилась и, вероятно, ещё будет повышаться значимость цифровых медиа.

Цифровые устройства вовсе не обязательно несут ребенку вред — вопрос лишь в том, какое устройство ему предлагать и как часто. Иногда наверняка бывают исключительные ситуации, когда применение электронных устройств выходит за рамки, которые вы считаете правильными для своей семьи (например, во время эпидемии коронавируса). Если это временное явление, то в этом нет ничего страшного. Если вы разрешаете детям пользоваться электронными устройствами, то должны учитывать несколько моментов. Мы хотели бы предложить вам полезные рекомендации, а также подходящий выбор соответствующего контента.





Какими устройствами может пользоваться ребенок?



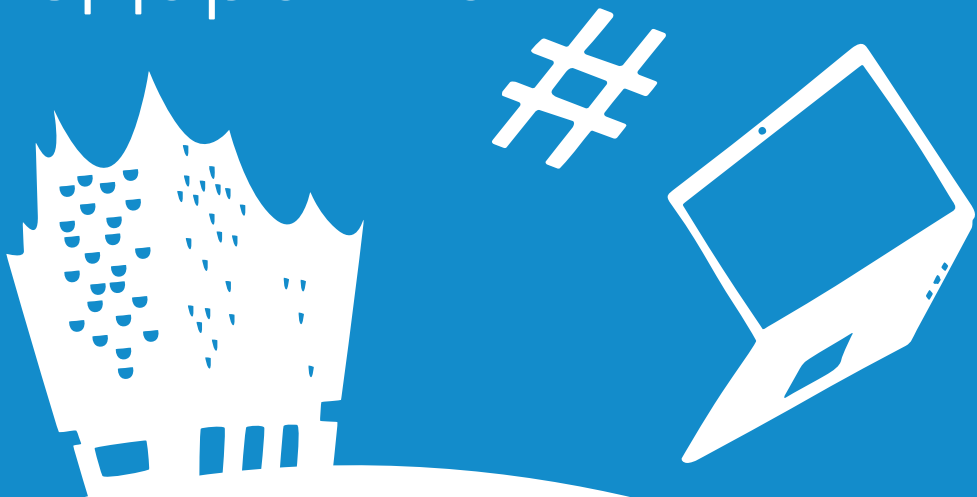
Решающее значение имеет не тип устройства, а контент, который потребляет ребенок, а также то, как вы с этим контентом обращаетесь.

Сегодня электронные устройства встречаются повсеместно и стали частью повседневной семейной жизни. Часто мы рассматриваем компьютеры, планшеты или смартфоны как средства для игр или работы. При этом их также можно использовать очень креативно, и они могут предложить ценные темы для обсуждения, когда вы, к примеру, просматриваете с детьми на экране смартфона фотографии из отпуска и увлеченно обсуждаете свои переживания.

Это абсолютно нормально, что ваши дети теперь пользуются другими средствами массовой информации, чем вы сами в их возрасте, и это не причиняет вреда:

Иногда технические изменения происходят так быстро, что мы ощущаем неуверенность. Но и это совершенно нормально. Для ваших детей это совершенно не проблема, потому что они естественным образом растут рядом с такими вещами. Однако непривычно для всех нас то, что сегодня дети растут в условиях неограниченной доступности любого контента. Если в детстве вы в предвкушении ждали новую серию любимого сериала, то сегодня одним нажатием кнопки можно получить доступ к многочисленным стриминговым сервисам, медиатекам и таким приложениям, как YouTube. А потому вы несете ответственность за то, чтобы указать своему ребенку дорогу среди множества предложений и помочь ему сориентироваться в том, что хорошо, и что плохо. Следовательно, важно знать, что смотрят, и во что играют ваши дети. Особенно это касается интернета.

Сколько времени следует ребенку пользоваться электронными устройствами? С какого момента это может навредить здоровью?



Речь идет не только о том, чтобы установить жесткие временные рамки, а и о том, чтобы всерьез относиться к тому, чем именно занимается ваш ребенок:

Как и в случае любых других занятий, вопрос о допустимой длительности пользования тесно связан с тем, что именно ваши дети делают с цифровыми устройствами, и чего они пытаются добиться. Если ваши дети, например, пользуются планшетом и видеосвязью, чтобы рассказать бабушкам и дедушкам о том, как прошел их день, тогда длительность пользования ограничена только временем общения. Если вы с детьми смотрите фильм, тогда длительность пользования зависит от его хронометража. Лучше с самого начала четко и ясно договариваться о том, что ваши дети делают с цифровыми устройствами, и когда их следует отложить. Дети в целом и сами могут прекрасно понять, когда им стоит отдохнуть или пора подвигаться. Исключения составляют игры, у которых отсутствует четкий логический конец, и которые, соответственно, требуют постоянного продолжения. В таких случаях вам следует самим установить временной лимит. В целом чем младше ребенок, тем меньше времени ему следует проводить у экрана. На сайте Центра санитарного просвещения (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) вы найдете более подробные рекомендации о допустимом времени пользования устройствами с экранами.

Нездоровой ситуация становится всегда в тех случаях, когда вы оставляете ребенка одного с его (отрицательными) переживаниями.

Иногда детей беспокоят впечатления, которые мы, будучи взрослыми, вовсе не воспринимаем, или которые нам на первый взгляд не кажутся проблемой. Одни дети, например, могут плохо воспринимать напряженную музыку в кино. Другие так тесно идентифицируют себя с героями любимого сериала, фильма или игры, что чрезмерно переживают, когда с теми случаются несправедливости. Внимательно следите за сигналами, которые подают вам дети, и серьезно относитесь к их заботам и страхам.

Поговорите с вашими детьми о том, что именно они переживают.

Даже если ваши дети не проявляют никакого беспокойства, важно поговорить с ними о пережитом. Например, спросите их за ужином о том, что они пережили, играя в компьютерную игру, или что произошло с героями сериала. Из рассказов ваших детей вы многое узнаете о мире их чувств, ощущений и пристрастий. Кроме того, ваши дети почувствуют, что вы принимаете и воспринимаете их всерьез вместе с их героями и историями.



Какой контент подходит детям?

Сделайте ставку на креативность ваших детей и их тягу к исследованиям:

Предложите им возможность проявить со смартфоном, компьютером или планшетом свое творческое начало. Самая, пожалуй, простая форма креативного поведения — это фото- и видеосъемка. Взгляните на мир глазами вашего ребенка через объектив камеры. То, что фотографируют ваши дети, поразит вас. Ваши дети могут рисовать в программе Paint или редактировать семейные фотографии. Какими станут голоса ваших детей, когда они повзрослеют? Каким был бы папин голос, если бы он был женщиной? Это ваши дети смогут узнать, записывая голоса и подвергая их цифровой обработке. Помечтайте вместе с вашими детьми о том, что они могут стать поп-звездами. С помощью приложений Garageband или Auxe вы с ними сможете получить доступ к полноценной студии звукозаписи и сочинять музыку. Если

ваш ребенок постарше и у вас есть такое желание, с помощью приложения Stop Motion App вы можете снять настоящий мультфильм, а с помощью языка программирования для детей Scratch — создать собственные игры.

Если ваши дети растут, говоря на нескольких языках, они также могут использовать интернет, чтобы не забывать родной язык. Если немецкий не является вашим родным языком, вы можете начать изучение нового языка. Например, сайт AMIRA предлагает многочисленные короткие рассказы для детей на восьми языках — для чтения и прослушивания. Воспользуйтесь возможностью и рассмотрите со своими детьми это и другие предложения. Потому что лучше всего дети учат язык в процессе общения с другими людьми. Потому что простой просмотр видео и прослушивание рассказов на незнакомом языке не сильно помогут вашему ребенку.

Взгляните на цифровые устройства как на возможность для своих детей поддерживать контакт с друзьями или родственниками:

Может быть, ваши дети скучают по родственникам, которые живут вдалеке от вас, или друзьям, которым пришлось переехать. Благодаря цифровым устройствам ваши дети смогут переслать собственные рисунки дедушке, показать бабушке машинку, которую собирали весь день, или продемонстрировать другу свои тайные сокровища, найденные в парке.

Не позволяйте детям дошкольного или младшего школьного возраста пользоваться интернетом самостоятельно:

Возможно, ваши дети быстро учатся обращаться с цифровой техникой. Однако вряд ли они что-то знают о том, каким коварным может быть интернет. С детьми младшего школьного возраста вы уже можете поговорить о том, что в интернете есть фильмы или фотографии, для них не предназначенные; что не все, что пишут в интернете, соответствует истине; что пользование незнакомыми страницами и ссылками может стоить денег; что нужно всегда как следует подумать, прежде чем публиковать фотографии или личную

информацию. Однако чтобы научиться справляться со всеми этими рисками, дети должны быть старше и достаточно долго копить соответствующий опыт под вашим наблюдением. Поэтому мы настоятельно рекомендуем не позволять детям дошкольного или младшего школьного возраста пользоваться интернетом без надзора взрослых.

Пользуйтесь имеющимися функциями обеспечения безопасности и заранее выбирайте ресурсы, которыми ваш ребенок может пользоваться самостоятельно.

Пользуйтесь на планшете или смартфоне функцией контролируемого доступа (на iOS) или функцией фиксации экрана (на Android), которые позволяют вам ограничить использование детского устройства одним приложением, или переведите его в режим полета. Вы также можете обратиться на сайт Молодежного института Германии (Deutsches Jugendinstitut, DJI) или на сайт инициативы «Правильное взросление с электронными устройствами» (Gutes Aufwachsen mit Medien), чтобы получить информацию о том, какие приложения и для какого возраста рекомендованы.





Что еще следует соблюдать?

Выделяйте время для подвижных игр:

Ваши дети покажут вам, что им нужно. Больше всего они хотят выйти на улицу и поиграть с друзьями — лишь на третьем месте стоят игрушки и материальные вещи, в том числе телевизор и цифровые устройства. Примите это на вооружение и подумайте, где ваш ребенок может как следует подвигаться в квартире или на улице. Может быть, немного подвигаться не помешает и вам? Тогда сделайте вместе с вашим ребенком гимнастику, поиграйте в мяч или прогуляйтесь до ближайшей стройки.

Во время игры уделяйте детям время от времени свое внимание:

Понаблюдайте 10–15 минут за тем, как играют ваши дети, и расскажите им, что вы видите. При этом вы можете

расслабиться и отдохнуть. Вашим детям понравится внимание, и они с радостью продолжат играть сами. Может быть, и вы прекрасно проведете время, проводя время в уютной обстановке рядом со своими детьми и наблюдая за тем, какие креативные игровые идеи у них возникают.

Не предлагайте детям электронные устройства в качестве вознаграждения. И не запрещайте пользоваться ними в качестве наказания.

Если у вас возникают конфликты с детьми, причина может заключаться в самых разных вещах, никак не связанных с применением устройств. В такой ситуации лучше дать ребенку понять, что злиться, огорчаться или быть в плохом настроении — это совершенно нормально. Быть может, найдется что-то, что поднимет настроение.

Советы для поиска в интернете

Дополнительные ссылки

www.klicksafe.de
www.schau-hin.info
www.internet-abc.de/eltern/die-juengsten-im-netz/kleinkinder-und-medien/
www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de
www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/mediennutzung/

Детские сайты и поисковики

www.fragfinn.de
www.blinde-kuh.de
www.klicksafe.de/fuer-kinder/
www.seitenstark.de

Приложения и контент

www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de/informieren/datenbank-fuer-kindermedien
scratch.mit.edu/parents
www.amira-lesen.de



KITA-EINSTIEG HAMBURG



Gemeinsam
groß werden!

www.kita-einstieg-hamburg.de

Arbeitsgemeinschaft
der Freien Wohlfahrtspflege
Hamburg e. V.

AGFW

Координационный центр организации Kita-Einstieg Hamburg

Тел.: 040/228 64543-0

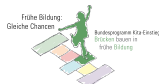
kita-einstieg@agfw-hamburg.de

www.kita-einstieg-hamburg.de

Совместный проект гамбургских дошкольных учреждений



Спонсоры проекта:



Правовая информация

Издано организацией Elbkinder Vereinigung Hamburger Kitas gGmbH, ул. Оберштрассе 14б, 20144 г. Гамбург. Составители: Андре Беккер и Геза Лёбнер-Бонк. Фотографы: Вольфганг Хуппертц (стр. 8, 12), istock.com (стр. 1, 2, 4, 11, 15). Художники-оформители: Карстен Кудлик, Лотар Руттнер, www.kudlik-ruttner.de. Отпечатано в типографии RESET ST. PAULI Druckerei GmbH, Гамбург. Гамбург, октябрь 2021 г., www.elbkinder-kitas.de