

## Советы родителям

### БОЛЬШОЙ ДРУГ ИНТЕРНЕТ ТАЙНЫЙ ВРАГ: ГДЕ ВАША ЗАПЯТАЯ?



Компьютер и Интернет являются мощными инструментами поиска, обработки и обмена информацией, которые уже используются и в обучении детей младшего школьного возраста. Однако с ростом популярности сети растет уровень компьютерной зависимости.

Как правило, в свободное время дети редко используют компьютер в учебных целях, большая школьников сидит в том же ВК и (или увлечена компьютерными играми. Многие дети проводят за компьютером практически все выходные и каникулы, по сути, становясь его «заложниками». Если в результате занятий на компьютере ребенок становится агрессивным, подавленным и безразличным – это первые признаки компьютерной зависимости.

#### **Как уберечь ребенка от компьютерной зависимости**

1. Прежде чем купить компьютер чётко ответьте на вопрос: Кому и для чего он необходим? Это поможет вам определиться с выбором параметров будущего приобретения и понять: вы покупаете дорогую игрушку или хороший инструмент для работы?

2. Обговорите с ребёнком правила и режим работы за компьютером, кто и какие программы будет устанавливать на компьютер.

3. Разместите компьютер в общей комнате - таким образом, обсуждение интернета станет повседневной привычкой, и ребёнок не будет наедине с компьютером, если у него возникнут проблемы.

4. Соблюдайте режим работы за компьютером. По санитарным нормам ребёнок не может проводить за компьютером более 15 минут подряд. Попытайтесь объяснить ребёнку, что компьютер не право, а привилегия, поэтому проведение времени за ним подлежит контролю со стороны родителей. Однако не злоупотребляйте своим «правом на запрет», ведь «запретный плод сладок».

5. Не забывайте, для ребенка важен личный пример родителей. Нельзя, чтобы слова расходились с делом. И если отец разрешает сыну играть не более часа в день, то и сам не должен играть по три-четыре часа.

6. Компьютер может стать вашим помощником в организации совместной творческой деятельности с ребенком. Привлекая ребенка к поиску необходимой информации для подготовки сообщения к уроку или просматривая в Интернете репертуар детских театров, вы будете воспитывать в ребенке культуру работы с компьютером и в Интернете.

7. Обратите внимание на компьютерные игры, в которые играют дети, т. к. некоторые из них могут стать причиной бессонницы, раздражительности, агрессивности, специфических страхов. Обсуждайте игры с ребенком, выбирайте их вместе. Отдавайте предпочтение развивающим играм. Крайне

важно научить ребенка критически относиться к компьютерным играм, показывать, что это очень малая часть доступных развлечений, жизнь гораздо разнообразней, что игра не заменит общения.

8. Обязательно обсуждайте с детьми все вопросы, которые возникают у них в процессе использования компьютера, интересуйтесь друзьями из Интернета. Учите критически относиться к информации в Интернете и не делиться личными данными онлайн. Установите ограничительные фильтры, закрывающие доступ к определённым веб страничкам.

### **Информация для размышления: Притча «РОДИТЕЛИ С НЕБОСКРЕБА»**

Пришел Мудрец в большой город и остановился у небоскреба. «Здесь помощь нужна», – подумал он. Вошел в лифт и поднялся на сотый этаж. Из квартиры мудрец услышал крик отца. Открыла дверь молодая мама и грустно улыбнулась.

- Чего тебе, старик – спросила она.

Опять послышался крик отца.

Женщине стало неловко.

- Экран телевизора одурманивает нашего Ребенка, вот и требует отец, чтобы тот выключил телевизор, - извинилась она.

- Наполняй его светом и экран поблекнет перед ним.

- Что?! – удивилась молодая мама. – Тогда компьютер поглощает его!

Мудрец проговорил:

- Наполняй Ребенка культурой и компьютер станет для него вроде пенала для необходимых вещей или полочки для книг.

- Да?! – переспросила мама. – А если он весь день шатается по улицам, как тогда быть?

Сказал Мудрец:

- Зароди в нем понятие смысла жизни, и он направится на поиски своего Пути.

