

Консультация для родителей

«Цифровые средства познания окружающего мира и их влияние на развитие дошкольников»

Воспитатель: Салугина Т.А.

Современные дети растут в цифровом мире. Телефоны, планшеты, интерактивные доски, смарт-игрушки — всё это окружает ребёнка с ранних лет. Родители нередко используют любой гаджет как средство «помощи»: включили ребёнку знакомый ролик или мультфильм — и можно заняться делами. При этом ребёнок бесконтрольно попадает в цифровой мир, и постепенно становится зависим от него. Но современные технологии — это не только экран с мультфильмами. Это инструмент развития, обучения и даже социализации, если использовать его грамотно и дозированно. Как? Рассказывает Юлия Вячеславовна Чельшева, кандидат педагогических наук, доцент Института психологии и комплексной реабилитации МГПУ.

Когда давать ребёнку смартфон?

Главный вопрос для родителей: что именно можно предложить ребёнку дошкольного возраста и как сделать так, чтобы цифровые технологии приносили пользу, а не вред?

Для этого важно учитывать возрастные особенности развития психики дошкольника.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует полностью исключить экранное время в возрасте до 2 лет. В этот период формируется базовое доверие к жизни, которое развивается через восприятие мира с реальными предметами, активное сенсорное развитие, прикосновения, движение и общение с близкими.

Понемногу (не более 10–15 минут в день) использовать гаджеты можно с 2–3 лет. Главное условие: не просто дать телефон ребёнку или включить мультфильм во время кормления, а организовать совместную деятельность: показать, объяснить, обсудить.

С 3 до 5 лет можно постепенно расширять использование цифровых приложений, знакомить ребёнка с развивающими играми, интерактивными книгами, простыми обучающими программами. При этом важно сохранять баланс между цифровым миром и живым опытом общения. Ребёнок развивается через игру, прогулки, конструктивную и творческую деятельность со взрослыми и сверстниками вне «цифры».

После 5–7 лет дети способны более осознанно взаимодействовать с цифровыми ресурсами. Появляется возможность приучать ребёнка к элементам самостоятельного и безопасного использования гаджета, но с чётким ограничением времени (до 30–40 минут в день, желательно с перерывами).



«Цифровые средства» с пользой

Цифровые технологии быстро развиваются и содержат множество образовательно-развивающих программ для дошкольников.

Есть специальные приложения для детского чтения. Цифровые сказки и рассказы содержат яркую анимацию, живые иллюстрации и реалистический звук. Они помогают развивать речь дошкольника, его внимание и память.

Есть приложения, в которых нарисованный персонаж в ответ на касание начинает двигаться и говорить. Такие интерактивные сказки побуждают у ребёнка желание «дочитать» книгу до конца.

Существуют приложения для тренировки памяти, внимания и логики. Это, например, пазлы и игры на сопоставление, задания «найди отличие», игры на развитие моторики, где требуется обвести или раскрасить картинку.

Музыкальные приложения способствуют развитию слуха и чувства ритма, помогают ребёнку научиться играть на виртуальных музыкальных инструментах, подбирать звуки, сочинять простые мелодии.

Отличная замена мультфильмам — короткие познавательные ролики: «Почему идёт дождь?», «Как растёт морковка?», «Откуда берётся электричество?». Важно, чтобы они были адаптированы для дошкольного возраста, а ещё — чтобы родитель и ребёнок обсуждали увиденное.

Творческие приложения учат ребёнка рисовать, лепить, создавать простые мультфильмы с помощью шаблонов. Они стимулируют развитие воображения и творческого мышления, а ещё их удобно использовать в дороге, когда пластилин или краски использовать неудобно.

Однако даже самые полезные приложения не принесут пользы без участия взрослого. Родитель должен выступать проводником ребёнка в мире технологий. Вместо того чтобы просто дать планшет в руки, лучше сесть рядом, обсудить увиденное, задать вопросы.

Если взрослый сам бесконечно «сидит в телефоне», ребёнок воспринимает это как норму. Поэтому важно показывать, что гаджет — инструмент, а не единственный способ времяпрепровождения.

Важно формировать у ребёнка активное восприятие. После просмотра познавательного ролика можно предложить нарисовать то, что он увидел.

Важен и «родительский контроль»: дошкольники ещё не способны самостоятельно отделять полезное от лишнего. Родитель выбирает приложения и ролики, исходя из целей развития. Ребёнок не должен оставаться один на один с гаджетом, иначе он может заблудиться в «цифровом лесу».

Как избежать вреда

При использовании гаджетов есть риски, которые необходимо учитывать. Частое бесконтрольное использование смартфонов и планшетов связано с формированием зависимости и снижением интереса



к реальной жизни. Кроме того, может происходить перегрузка нервной системы (яркие картинки, быстрые смены сцен), нарушается сон (особенно если использовать гаджеты вечером), снижается физическая активность.

Поэтому ключевым остаётся баланс: цифровая среда может дополнять, но не заменять реальные впечатления и реальное общение.

В дошкольном возрасте главное средство познания мира — игра и живое взаимодействие. Цифровые технологии должны быть не заменой, а дополнением к этому опыту.

Чтобы использование цифровых устройств не нанесло вред дошкольнику, родителям важно следовать определенным рекомендациям.

- введите чёткий режим использования гаджетов: не более 30 минут в день;
- поддерживайте принцип: качество важнее количества: лучше одно полезное приложение, чем бесконечные мультсериалы;
- используйте гаджет как повод для общения, а не как «нянью»: чем разнообразнее опыт ребёнка, тем гармоничнее развивается его психика;
- комбинируйте опыт: после цифрового задания предложите ребёнку аналогичное задание в реальном мире: нарисовать, слепить, построить;
- компенсируйте каждые полчаса с экраном активной физической деятельностью;
- не используйте гаджет как средство успокоения («Не плачь, вот тебе телефон»): это закрепляет у ребёнка модель избегания трудных эмоций;
- установите чёткие правила: гаджеты только после прогулки, еды, занятий.

Родитель должен показывать пример: не зависать бесконечно в телефоне, а использовать его как инструмент. Совместное создание фотоальбома, поиск информации для проекта, прослушивание музыки вместе с ребёнком — это правильная модель взаимодействия. Если после гаджета ребёнок раздражён, перевозбуждён или отказывается от других видов деятельности, значит, цифровая нагрузка слишком велика.

Гаджет в руках дошкольника может быть как риском, так и ресурсом развития. Цифра — это спектр возможностей: интерактивные книги, творческие приложения, познавательные ролики и музыкальные программы. Всё зависит от того, что именно предлагает ребёнку взрослый, и насколько грамотно выстроен режим использования цифровых устройств. Главное — дозировать время, использовать качественный контент и активно взаимодействовать с ребёнком.

