

Департамент культури і туризму, національностей та релігій  
Чернігівської обласної державної адміністрації

КЗ „Чернігівська обласна бібліотека для дітей”  
Чернігівської обласної ради



# Діти в світі гаджетів

*(Дайджест-матеріал)*



Чернігів – 2020

**УДК 028:6**

**Д 49**

Діти в світі гаджетів: дайджест-матеріал / КЗ «Чернігівська обласна бібліотека для дітей»; комп. верстка, набір та оформ. О. Дорохова. – Чернігів, 2020. – 11с.

Матеріал розрахований на бібліотечних працівників, вчителів, вихователів та всіх тих, кого цікавить представлена тема.

---

Комп'ютерну верстку, набір та оформлення

підготувала: **О. Дорохова**

Редактори: **Г. Вечерська, Н. Шеша**

Відповідальна за випуск: **Т. Клюй**

**Зам. № 7**

Сьогодні неможливо уявити наше життя без гаджетів. Віртуальний світ заповнив і дітей, і дорослих, позбавляючи при цьому реальних подій, емоцій і спілкування.

Сучасні діти мають дуже багато всіляких гаджетів, у них є телефони, планшети, комп'ютери, смарт годинники тощо.

Згідно з дослідженням психологів та педіатрів, діти віком 8-10 років проводять 8 годин на день, використовуючи різні цифрові технології, у той час як підлітки проводять 11 годин перед екраном. Один із трьох дітей, ще не досягнувши віку, коли може говорити, вже використовує планшет або смартфон.

Із одного боку, сучасні технології допомагають дітям розвивати увагу, дрібну моторику, сприяють інтелектуальному розвитку. З іншого – вони нерідко забирають багато часу, якого, в результаті, не вистачає на активні заняття і розваги. Давайте розберемося, **наскільки корисні, і чим шкідливі гаджети для дитини.**

### *Аргументи «за»:*

**Гаджети – частина технічного прогресу.** Комп'ютерні та інтернет-технології – така ж частина життя сучасної людини, як холодильник, метро, літак. Їхнє призначення – допомагати комфортно працювати і відпочивати. Чим раніше дитина навчиться користуватися цими благами цивілізації з користю для себе – тим краще. Отже, нехай опанує новими навичками.



**Заповнюємо паузу з користю.** Після появи комп'ютерів, планшетів, смартфонів батькам більше не потрібно ламати голову, чим зайняти дитину в черзі до лікаря або під час тривалої поїздки. Немає потреби брати з собою пакет іграшок. Тепер можна просто включити малюкові улюблений мультфільм або гру. Він не сумуватиме, цікаво проведе час і не буде заважати оточуючим.

**Гаджети – розвиваючий інструмент.** Різнокольорові пірамідки, кубики, пластилін, фарби, машинки, пупси та інші традиційні дитячі атрибути – це не просто іграшки, а засіб для фізичного, соціального та інтелектуального розвитку дітей. Також і гаджети. Коли малюк хаотично натискає на кнопки, він розвиває дрібну моторику і мимоволі запам'ятовує деякі літери і цифри. Коли розглядає картинки на екрані і вибирає мелодію – тренує зорове і слухове сприйняття. Важливо спрямувати дії малюка в потрібне русло. Існує безліч електронних ігор, які розширюють кругозір

дитини і допомагають йому освоїти різні навички. На роль однієї з таких ігор підійде і найпростіший графічний редактор.

**Помічник у навчанні.** Електронні пристрої здатні зберігати в собі цілу бібліотеку. Електронна книжка допомагає дитині отримувати нові знання так само, як і звична паперова. До того ж, не потрібно нести важку добірку книг із бібліотеки і назад. Досить завантажити цікаву книгу з Інтернету. Батьки можуть привчити дитину до того, що Інтернет – джерело корисної інформації, а не тільки джерело ігор.

### *Аргументи «проти»:*

**Проблеми зі здоров'ям.** Технічний прогрес звільнив людей від багатьох фізичних навантажень. Актуальною проблемою людства стали гіподинамія та її наслідки для здоров'я (надмірна вага, серцево-судинні захворювання, слабкість м'язової системи).

Недолік руху особливо небезпечний для дитячого організму. Від тривалого сидіння на одному місці (а саме цим загрожує захоплення гаджетами) порушується циркуляція крові в ногах, внутрішніх органах, включаючи головний мозок. Це погано позначається на розумових процесах, пам'яті, концентрації уваги.

Якщо у дитини переважають комп'ютерні ігри над рухомими, то її м'язова система стає слабкою, порушується постава (що веде до порушення функцій внутрішніх органів і систем), з'являються зайві кілограми.



Окрім того, дитячі очі відчують колосальне навантаження, рано виникають проблеми із зором.

**Емоційна залежність.** Якщо дитина проводить дуже багато вільного часу за комп'ютером, планшетом або смартфоном, у неї формується залежність від них. Поступово інші розваги стають нецікавими, а втративши улюбленого електронного пристроя, дитина починає нервувати і вередувати.

**Джерело заборонених тем.** Не секрет, що в онлайн-просторі дуже багато речей, які не призначені для дитячої аудиторії. Для вирішення цієї проблеми існують програми батьківського контролю, які дозволяють закрити дітям доступ до небезпечного контенту.



*Найважливіше, що потрібно пам'ятати і постаратися донести дитині: кожна дія у всесвітній павутині залишає за собою слід. По суті інтернет пам'ятає все: які фото і відео ви дивилися, куди заходили, що шукали. Не залишити абсолютно ніяких слідів після себе в інтернет-просторі під силу хіба що якомусь спецагенту (та й то, тільки у фільмі).*

*Майже всі додатки запитують ваше місце розташування при спробі поділитися якоюсь інформацією, більш того, в сучасних смартфонах геомітки вже автоматично вбудовані в додаток камери. І якщо ви постите фото або відео, то інформація про геопозиції може підтягуватися автоматично.*

*Варто зробити своє існування в мережі набагато безпечним і відключити таку функцію (особливо це стосується дітей і підлітків, які активно користуються додатками і соціальними мережами).*



*Ніхто не знає, коли і кому прийде в голову використовувати цю інформацію на шкоду.*

*І взагалі, не забувайте про прекрасну функцію соціальних мереж - закритому обліковому записі. У цьому випадку тільки певне коло осіб зможе бачити інформацію, яку розміщуєте ви або ваша дитина. Варто також акцентувати увагу на тому, кого можна і не можна додавати в друзі, постаратися пояснити доступно необхідні правила безпеки.*

*Навчайте вашу дитину пильності - не варто розміщувати фото з важливою інформацією, наприклад, номером будинку або школи. Адже зловмисник може використовувати її в своїх цілях.*

### **Підміняють реальне спілкування.**

*Проведення часу з гаджетом і віртуальне спілкування можуть заважати освоювати навички комунікації, встановленню повноцінних соціальних зв'язків. Замість того, щоб заводити реальних друзів і спілкуватися з ними наживо, деякі діти занадто серйозно сприймають героїв комп'ютерних ігор*

або «чатяться» з однокласниками, хоча могли б зателефонувати їм або зустрітися.

Батькам варто занепокоїтися, коли у дитини немає друзів, а в компанії дітей вона поводить себе скуто.

Досить часто людина стає заручником гаджетів. Особливо небезпечно, коли з'являється залежність від гаджетів у дітей.

У гаджет-залежності дітей найбільше винні батьки. Адже саме вони купують різні модні штуки, і зваблюють малюка віртуальним світом, замінюючи себе гаджетом.



Залежність від гаджетів вчені прирівнюють до алкоголізму і наркоманії.

Гаджет-залежна дитина живе у віртуальному світі, вона втрачає навички спілкування з однолітками, їй не цікавий світ без телефону чи планшета. Адже там, у грі, вона може бути супер-героєм, рятувати світ, будувати міста.

Як же зробити так, щоб комп'ютер не заподіяв шкоди, а був корисним?

Встановіть часові рамки користування дитини гаджетом.

Якщо дитина дошкільного чи молодшого шкільного віку, переривайте заняття з гаджетом на активні ігри.

Не дозволяйте гратися в ігри, в яких є насильство, агресія.

Допоможіть дитині збалансувати день.

Поясніть дитині, що гаджет, в основному, повинен використовуватися не заради гри, а для справи.

У цілому, електронні пристрої вже міцно увійшли в наше життя, і немає сенсу повністю забороняти їх використання дитині. Але потрібно чітко контролювати час, який дитина буде витратити на інтерактивні розваги, а також використовувати корисні дитячі навчальні програми.

Дитячі психологи рекомендують утримуватися від допуску дитини до 3 років до будь-яких екранів - у такому віці вона повинна пізнавати світ за допомогою тактильних, слухових, візуальних відчуттів, гратися іграшками і слухати казки.



Залучення дитини до світу цифрових технологій як мінімум до 10 років має бути дозованим і контрольованим. Варто вивчити разом із дітьми правила безпеки поведінки у всесвітній павутині, про які йшла мова вище.

Установіть єдині правила цифрового етикету для всіх членів родини, освоюйте цифровий світ разом - це шлях до здорових відносин дитини і інтернет-технологій. Домовтеся, що ви плануєте якийсь один родинний день, коли всі живуть без комп'ютерів і телефонів («День без гаджета»). Дзвінки, втім, дозволяються. Хочете щоб діти більше читали? Беріть до рук книгу частіше, щоб дитина це бачила. Обговорюйте літературу в сім'ї, діліться знахідками цікавих авторів.

Контролюйте не тільки час, який діти проводять в мережі, а й зміст споживаного ними контенту. Робіть акцент на навчальних іграх і додатках або різних комунікаційних інструментах, інтерактивних програмах.

Що робити, якщо дитина має гаджет-залежність?

Насамперед не панікуйте, не кричіть на дитину і відлучайте її від смартфона поступово.

Поговоріть з дитиною, спробуйте довести їй, що надмірне використання гаджетів шкодить фізичному і психічному здоров'ю.

Свідомо обмежте час використання дитиною будь-яких технічних засобів. Буде важко, але мотивуйте свої дії спокійно.



Ходіть із дитиною кудись разом: кататися на велосипедах, на прогулянку в ліс, в парк, в кіно, у театр. Такі дії допоможуть побудувати інші стосунки, дадуть можливість повернути дитину до нормального життя. Але пам'ятайте, цей процес не буде швидким. Він проходитиме із сварками, незадоволенням зі сторони дітей.

Корисним для вас буде додаток для батьківського смартфона під назвою «Family Link», який можна скачати із «Play Маркет». Цей додаток встановлюється на телефон батьків і дає можливість керувати дитячим смартфоном через власний.

Ви зможете встановити добовий ліміт користування телефоном, будете відслідковувати місце перебування вашої дитини, а також контролювати програми, якими вона користується. У разі потреби ви зможете заблокувати чи розблокувати дитячий телефон через власний.

Батьки, ви є прикладом для наслідування і вчителями життя ваших дітей. Тому покажуйте гідний приклад для майбутнього покоління.

Гаджети – невід’ємна частина ХХІ століття і при правильному користуванні вони можуть приносити максимум користі з мінімальною шкодою. Та все ж, пам’ятайте, ніяка, навіть дуже цікава віртуальна забавка, не здатна замінити реальне життя!

## **10 корисних гаджетів, які стануть у нагоді кожному школяру:**

### **Будильник, щоб стежити за часом і самостійно прокидатися**

Спочатку школярі не стільки отримують нові знання, скільки звикають до нового життя. Дитина вчиться планувати свій день: коли прокидатися, йти до школи, повертатися додому і робити «домашку». Щоб допомогти першокласникові стежити за часом і стати організованим, подаруйте йому годинник з будильником. Набридливому сигналу не скажеш просто «ще п’ять хвилин» - з деякими моделями доведеться поводитися, щоб їх вимкнути: вони тікають і відлітають, розсипаються на деталі, загалом, роблять все, щоб підняти дитину з ліжка.

### **Розумні годинник з GPS, щоб батьки завжди знали, де дитина**

Ще один помічник на шляху до самостійності - розумний годинник. Це практично смартфон на руці дитини: він підтримує SIM-карту, фотографує і повідомляє про вхідні дзвінки й повідомлення (роблять багато інших крутих речей!). За допомогою GPS-трекера батьки завжди знатимуть, де знаходиться дитина, а кнопка SOS відправить сигнал, коли щось трапиться. Ще одна перевага - годинник завжди на руці (його не зможуть витягнути з кишені, як телефон): під час прогулянки, на фізкультурі, а водостійкі навіть в басейні. Вам не доведеться весь час дзвонити і контролювати кожен крок, а діти будуть відчувати себе більш незалежними.



### **Настільна лампа, щоб не зіпсувати зір уже в першому класі**

На робочому столі, де дитина вчить уроки, малює і читає, обов'язково повинна бути настільна лампа (темніє все раніше і раніше). Можна взяти простий і надійний світильник, а можна - корисний гаджет.



Виробники постачають настільні лампи режимами, придатними для різних занять, зарядниками, бездротовим керуванням і нагадуванням розім'ятися, датчиками і багатьом іншим.

### **Планшет, щоб перестати носити книжки та підручники**

Усі підручники і твори з літератури можна помістити в один пристрій і ходити до школи без нічого. Для цього у нагоді стане планшет, який до того ж дозволить шукати додаткову інформацію в інтернеті (на відміну від простої електронної читалки). У деяких моделей є режим з мінімальною яскравістю, який значно знизить навантаження на зір.

### **Моноблок, щоб робити презентації і доповіді**

У середній школі у навчанні школяра з'являються доповіді, презентації та інші електронні завдання. Теоретично їх можна робити і з мобільних пристроїв (того ж планшета), але для таких завдань потрібно щось серйозніше. Наприклад, моноблок - настільний комп'ютер із вбудованим системним блоком: він займає мало місця, при цьому у нього, як правило, непогані характеристики (гру навряд чи потягне, але для навчання саме те). Дітям, які звикли споживати інформацію з екрану, буде зручно працювати з великим монітором, в якому немає нічого зайвого. Усе необхідне «залізо», динаміки і веб-камера зазвичай вже вбудовані в комп'ютер. Залишиться докупити клавіатуру і мишку - і можна працювати.

### **Навушники, щоб не шуміти і не заважати всім навколо**

Якщо ви не хочете, щоб звуки аудіювання з англійської або відеоуроків заповнювали вечорами всю квартиру, купіть дитині навушники. Навушники стануть у нагоді не тільки для домашнього завдання – в них можна дивитися фільми, слухати музику, грати і спілкуватися з друзями, і при цьому нікому не заважати. У бездротових моделях можна вільно рухатися, ходити, вони підійдуть і для комп'ютера, і для телефону.

### **Смартфон, щоб практикувати англійську (і не тільки)**

У кожного підлітка сьогодні є смартфон (або він його хоче): для спілкування, музики, пошуку в інтернеті, ігор та інших речей. Не поспішайте говорити «ні» на прохання купити новий гаджет, думаючи, що він тільки для розваг, - телефон можна застосувати і для навчання. Щоб урізноманітнити підготовку до іспитів (деколи це нестерпно нудно), можна встановити кілька корисних додатків. Погодьтеся, куди

цікавіше вибрати правильні відповіді, ніж записувати їх від руки. Та й соцмережі не завжди марні, наприклад, в Інстаграм ведуть блоги і вчителі. Із телефону все це читати набагато зручніше. А ще зі смартфона можна слухати англійську мову, щоб тренуватися перед аудіюванням. Загалом, з хорошим телефоном підліток зможе вчитися в будь-якому місці і в будь-який час.

### **Зовнішній акумулятор, щоб гаджет несподівано не розрядився**

Яким би не був пристрій, у нього може сісти батарея в самий несподіваний момент. Від таких ситуацій рятує зовнішній акумулятор – деякі можуть заряджати навіть ноутбуки. Школяреві такі потужні навряд чи потрібні, для телефону або планшета вистачить і 10000 маг – такого пристрою вистачить на кілька зарядок.



### **Ноутбук, щоб комп'ютер завжди був з собою**

Старшокласники рідко бувають вдома і багато вчаться - ЄДІ сам себе не здасть. Добре, якщо у підлітка завжди з собою ноутбук: його зручно носити, при цьому він володіє всім функціоналом, необхідним для навчання. При виборі зверніть увагу на вагу, діагональ і дозвіл екрана, ємність батареї - технічні характеристики підійдуть майже будь-які, якщо не встановлювати важкі ігри.

### **Принтер, щоб друкувати, сканувати і копіювати**

У старших класах доводиться не тільки друкувати, але і копіювати (а скільки потім в інституті, краще і не думати!). Зручно не переписувати конспекти, а зробити копію і зберігати її вдома. Або, навпаки, відсканувати свої записи і відправити у чат. Усі ці функції зібрані в одному пристрої з простою назвою - МФУ.

