

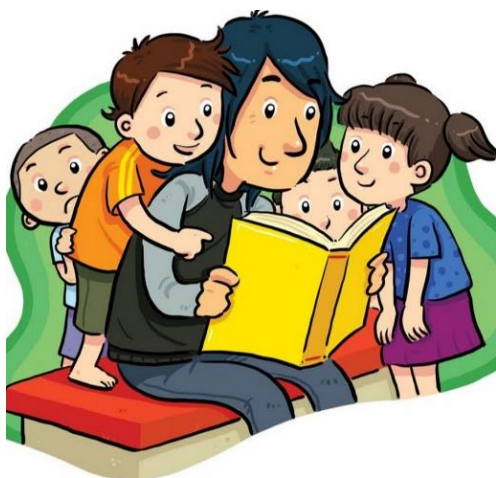
## Воспитание детей в цифровую эпоху.



Технологический прогресс привел к тому, что сегодня технологии влияют на все сферы нашей жизни. Такому влиянию подвергаются не только взрослые, но и дети. Очень скоро наши дети станут молодыми людьми, которые с детства разбираются в технологиях. Это может принести им пользу. Однако, если сейчас не научить детей правильно использовать технологии, в будущем вреда от них может быть больше.

### Как эффективно воспитывать ребенка в цифровом мире

Рассмотрим несколько советов, которые помогут вам воспитывать ребенка в эпоху цифровых технологий.



#### 1. Больше времени проводите всей семьей и разумно сокращайте время за экраном.

Большинство занятий за компьютером будут способствовать общему развитию ребенка. Убедитесь, что вы установили разумные ограничения в использовании гаджетов для своих детей. Компенсируйте это время семейными занятиями, играми, чтением и т. д. Это будет способствовать общему развитию ребенка.



#### 2. Планируйте просмотр телевидения и интернет-сайтов для всей семьи

В повседневной жизни важно соблюдать баланс между всеми видами деятельности. Даже если немного увеличить время на просмотр телевизора или интернет-серфинг, у вас может не остаться времени на другие важные дела.

#### 3. Станьте хорошим примером для подражания



Дети лучше извлекают урок из поступков родителей, чем с их слов. Родители – это первые учителя в жизни ребенка, поэтому убедитесь, что вы являетесь хорошим примером для подражания для своего ребенка. Ограничьте для себя использование социальных сетей – это очень эффективный метод, если вы хотите, чтобы ваш ребенок поступил так же.

#### 4. Никогда не используйте смартфон, чтобы успокоить ребенка



В последнее время родители часто дают ребенку смартфон, чтобы успокоить его. Если ребенок впадает в истерику или выходит из-под контроля, родители включают ему мультфильм или игру на смартфоне. Однако в долгосрочной перспективе это может стать проблемой.

#### 5. Общайтесь с ребенком



Регулярное живое общение с ребенком помогает родителям лучше понимать его. Также живое общение помогает ребенку развивать языковые навыки.

#### 6. Создайте дома зону, свободную от гаджетов

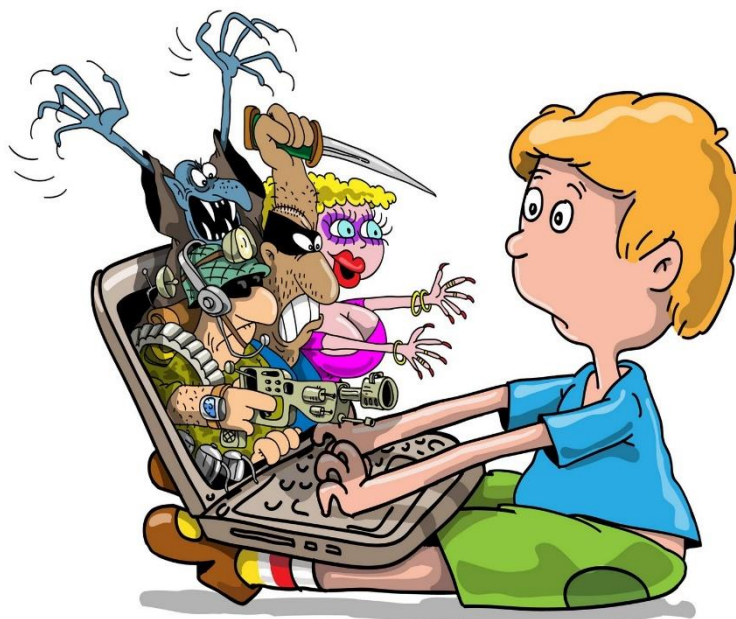


Если вы договоритесь с семьей не использовать гаджеты в определенных местах дома или в определенных ситуациях (например, во время приема пищи, семейных встреч и т. д.) – это поможет ограничить время, проводимое за экраном. Начните с того, что выключайте телевизор и откладывайте в сторону смартфоны во время еды или семейного общения. Это поможет детям и родителям не отвлекаться от приема пищи или бесед. Возможно, вы замечали, что иногда дети даже не помнят, что ели на ужин, потому что были слишком увлечены перепиской в социальных сетях или просмотром телепрограммы.

## Как контролировать детей в цифровую эпоху?

Воспитание детей в цифровую эпоху может оказаться непростой задачей, но нет ничего невозможного. Рассмотрим несколько советов, как вы можете контролировать ребенка в использовании цифровых технологий.

- Убедитесь, что вы используете настройки, которые ограничивают доступ ребенка к контенту, не подходящему ему по возрасту.
- Постарайтесь не быть слишком резкими с детьми. Дети неизбежно совершают ошибки, используя социальные сети. Родители должны тактично вести себя в таких ситуациях и пытаться превратить такие ошибки в урок для детей.
  - В случае кибербуллинга или других серьезных ситуаций могут потребоваться решительные действия. Следите за историей браузера ребенка и его поведением. Если потребуется, обратитесь за профессиональной помощью.



Надеемся, что эти советы помогут молодым родителям эффективно воспитывать ребенка в цифровую эпоху и научат правильно пользоваться электронными устройствами.