

ЭКРАННОЕ ВРЕМЯ ДЕТЕЙ И ЯЗЫКОВОЕ РАЗВИТИЕ

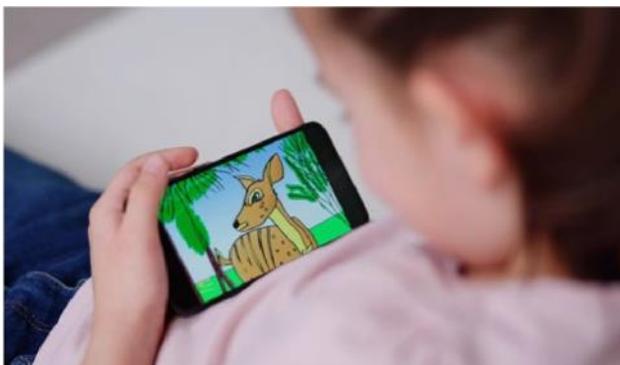


Цель данного руководства — предоставить информацию о влиянии экранного времени на языковое развитие ребенка и дать практические советы по управлению экранным временем.

Как развивается речь?

Ребенок осваивает речь при взаимодействии с другими людьми. Языковому развитию ребенка способствуют, в частности, занятия, в ходе которых внимание ребенка и родителя сосредоточено на одном и том же предмете (например, совместное рассматривание книги, разговор об игрушке). Формированию речи у ребенка помогает также, когда родитель реагирует на коммуникативные инициативы ребенка, а его собственная речь не только ориентирована на ребенка, но и соответствует уровню его навыков.

В свою очередь, богатство речи взрослых важно, например, для того чтобы, дети расширяли свой словарный запас. Когда родители читают ребенку, а также рассматривают вместе с ним картинки в книгах, ребенок знакомится на слух с разными словами, предложениями и языковыми конструкциями.



Время, проведенное за экраном гаджетов, в худшем случае может нарушить это важное взаимодействие лицом к лицу или сократить подобное общение. Тогда ребенок не получит необходимой ему практики и не переймет модель речевой коммуникации в социальных ситуациях.

Влияние экранного времени на языковое развитие

Экранное время ребенка:

Повышенное экранное время ребенка может пагубно сказаться на языковом развитии. Чем раньше ребенок приобщается к цифровым устройствам, тем серьезнее время, проведенное за экраном, повлияет на его языковые навыки.

ПОЧЕМУ?

- У ребенка останется меньше возможностей для общения со взрослым лицом к лицу.
- Чрезмерное время, проведенное за экраном, может лишить ребенка опыта, который дают обычные повседневные события и наблюдения за окружающим миром.
- Обучение через экран не так эффективно, как обучение в виде живого общения. Детям до двух лет особенно трудно учиться новому через цифровые устройства.
- Время, проведенное у экрана, также может повлиять на концентрацию внимания, самоконтроль и социальные навыки детей. Все это имеет связь с языковым развитием.



Экранное время родителя:

Чем больше родители пользуются цифровыми устройствами, тем больше вероятность того, что и ребенок будет проводить за экраном слишком много времени.

Время, проводимое родителем за экраном, например когда он пользуется телефоном, может прерывать различные ситуации взаимодействия между родителем и ребенком и сокращать живое общение между ними, что скажется в том числе и на языковом развитии ребенка.

ПОЧЕМУ?

- Родители своим примером воспитывают у ребенка модель цифрового потребления и внедряют дома привычки, связанные с экранным временем.
 - Если родитель сосредоточен на экране, он, естественно, не будет обращать внимания ни на ребенка, ни на его инициативы.

Совместное экранное время:

Пагубное воздействие экранного времени снижается, когда ребенок проводит время у экранов гаджетов вместе с родителями.

Подобное времяпрепровождение с детьми старшего возраста может даже способствовать, например, расширению словарного запаса ребенка.

ПОЧЕМУ?

- Польза заключается в том, что при совместном просмотре той или иной программы родитель активно объясняет ребенку происходящее на экране словами и связывает экранные события с реальным миром — либо в момент просмотра, либо по окончании программы.
- Подобранные в соответствии с возрастом развивающие программы могут мотивировать детей к изучению нового.

Рекомендации по экранному времени:

- **От рождения до 2 лет:** Экранное время исключить полностью.
- **Дети дошкольного возраста:** Приобщать детей к гаджетам следует как можно позднее. Не больше часа в день — подходящие по возрасту программы и игры. Как можно чаще с родителем.

- **Дети младшего школьного возраста:** До двух часов в день — подходящие по возрасту программы и игры, но даже этого может быть слишком много. Родителям полезно следить за поведением ребенка после времяпрепровождения у экрана того или иного устройства. Например, если у ребенка появляется беспокойство или раздражительность, экранное время стоит сократить.



Полезные советы по цифровому потреблению и управлению экранным временем:

1. Проводите время без экранов. Хорошо бы, чтобы, например, утренние и вечерние процедуры, приемы пищи и повседневные поездки проходили полностью без гаджетов.
2. По возможности делайте так, чтобы время за экраном ребенок проводил преимущественно с родителем. Обсуждайте с ребенком контент и помогайте ему понять то, что он видит на экране.
3. Смотрите программы либо на языке, на котором вы говорите дома, либо на языке, используемом в детском саду или школе. К примеру, ребенку дошкольного возраста нет смысла слушать на экране английскую речь, если английский не является языком общения в семье.
4. Контент для просмотра должен выбирать взрослый с учетом возраста ребенка. Телевизор — лучший вариант, чем мобильные устройства, потому что контент на телевидении контролируется серьезнее.
5. Избегайте просмотра коротких видеороликов (например, шортс на YouTube или в социальных сетях). В общей массе они представляют собой наихудший контент для растущего ребенка.
6. Будучи родителем, обратите внимание на свое собственное экранное время и привычки.
7. Избегайте использования цифровых устройств для облегчения эмоционального состояния ребенка, устранения нежелательного поведения и переключения внимания (например, когда ребенок злится, скучает, ожидает чего-либо, берет чужую игрушку). В противном случае ребенок не будет тренировать такие навыки, как, например, эмоциональная регуляция или совместное использование игрушек с другими.
8. Чем заменить экранное время: обычные повседневные хлопоты (приготовление еды, уборка, покупки), прогулки, физическая активность, рисование, игры, любование окружающей средой во время путешествий и обсуждение увиденного.

