

Что еще почитать по теме «Безопасный интернет»

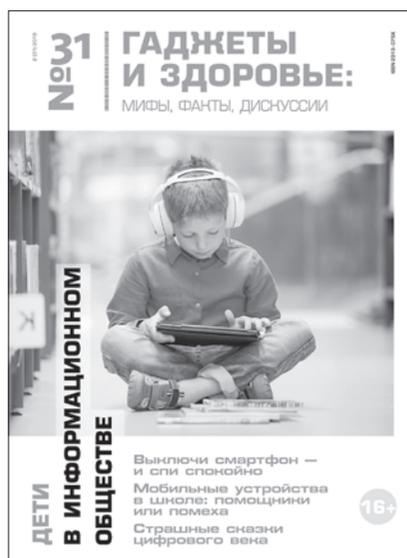
Номер 31 журнала «Дети в информационном обществе» посвящен теме «Гаджеты и здоровье: мифы, факты, дискуссии».

Содержание номера – <http://detionline.com/journal/numbers/31>

В этом номере:

Выключи смартфон – и спи спокойно

О том, влияют ли гаджеты на качество сна и каким образом оптимизировать режим ночного отдыха.



Гаджеты и здоровье

Каким образом развитие и распространение технологий отражается на здоровье детей? Стоит ли ограничивать время у экранов и какие еще меры необходимы, чтобы наши дети росли физически крепкими, активными, счастливыми? Все эти вопросы волнуют сегодня общественность во всех странах мира, испытавших на себе влияние технологической революции.

В режиме раннего детства

Всемирная организация здравоохранения лимитировала экранное время для маленьких детей.

Запрет смартфонов в школах.

«За» и «против».

КРАТКАЯ СПРАВКА

Ежеквартальный журнал для педагогов, психологов и родителей «Дети в информационном обществе» издается Фондом Развития Интернет с 2009 года.

Журнал доступен для чтения и скачивания в формате pdf на сайте Фонда развития интернет в разделе «Публикации» – <http://www.fid.su/publishing/journal>

Выпуск №31

О номере Содержание

№31 ГАДЖЕТЫ И ЗДОРОВЬЕ:
МИФЫ, ФАКТЫ, ДИСКУССИИ

Скачать .pdf

Повседневная жизнь кардинально изменилась, гаджеты окружают нас, а время, проведенное детьми и подростками в сети в течение дня и ночи, постоянно растёт. У научного сообщества пока нет однозначного ответа, как все же экранное время связано с психическим и физическим здоровьем детей, сколько времени в интернете действительно «много», какие есть нюансы и можно ли как-то регламентировать отношения в становящемся все более неразрывным союзе гаджета и ребенка. Именно эти вопросы стали главным фокусом нашего внимания в номере журнала.

Галина Солдатова, главный редактор журнала, пишет в обращении к читателям этого номера:

«Вопрос о гаджетах в школах стоит на повестке дня во многих странах. Одна из главных

причин его возросшей значимости – постоянное увеличение времени, которое ребенок проводит перед экраном. Впрочем, это относится и ко взрослым. Часы экранного времени тикают не только за компьютером дома, но и на уроках

в школе или на работе. Они набегают в дороге, на переменках и в обеденное время, сразу после пробуждения, перед сном и даже ночью, когда, открыв глаза, мы тянемся за смартфоном, чтобы посмотреть, который час, а заодно проверить мессенджер. Гаджеты днем и ночью забирают наше время, а его ровно столько, сколько часов в сутках.

Четко отделить реальность от виртуальности становится все сложнее. И поэтому получается, что мы уже живем не на два дома – реальный и виртуальный, а в смешанной или, скорее, смешанной реальности, когда отделить онлайн от офлайн, границы которых размыты, становится все труднее. Причем наши дети в ощущении подобной реальности почти в два раза опережают взрослых: каждый второй ребенок чувствует, что не может разделить эти две части своего существования и живет в режиме постоянного переключения.

Вдумайтесь в эту простую фразу: повседневная жизнь кардинально изменилась. По сравнению с концом двадцатого века она для значительной части населения настолько иная, что бабушки и дедушки неустанно продолжают пугаться и причитать, ограничивать и запрещать. Еще бы, ведь все слишком быстро. Например, всего десять лет назад в рекомендациях авторитетной Всемирной организации здравоохранения для детей и подростков экранное время как важная составляющая образа жизни вообще не упоминалось. Теперь же опубликованы жесткие рекомендации для малышей по ограничению времени, проводимого с гаджетами, как негативно влияющего на здоровье ребенка. В то же время научные результаты показывают, что все не так однозначно: в одних работах доказывается, что рост экранного времени снижает, например, психологическое благополучие, в других – утверждается, что это не так. Некоторые исследователи уверяют, что смартфоны, употребление в пищу картошки и ношение очков примерно одинаково влияют на благополучие ребенка. Отсюда вытекает еще и третья позиция, которая заключается в том, что экранное время как фактор, влияющий на развитие ребенка, важен больше в младшем возрасте, а в среднем и старшем он теряет свой смысл: имеет значение то, что потребляют с экранов, а не время, которое в целом тратится на гаджеты.

Какая точка зрения перевешивает и как все же экранное время связано с психическим и физическим здоровьем детей, сколько времени в Сети действительно «много», какие здесь нюансы и можно ли как-то регламентировать отношения в становящемся все более неразрывным союзе гаджета и ребенка? Именно эти вопросы стали главным фокусом нашего внимания в этом номере журнала».



На сайте фонда «Русский мир» 11 марта 2020 года было опубликовано интервью Галины Солдатовой под названием **«Именно дети и подростки идут в фарватере процесса цифровой трансформации общества»**.



Полный текст интервью доступен по ссылке – <https://bit.ly/2WKLNft>

Что ждёт поколение, познающее через компьютер окружающий мир с раннего детства?

Как вести себя родителям и педагогам, которые не хотят потерять детей в интернет-пространстве?

Несколько цитат из интервью: О поколении Z

«...Самое важное отличие этого поколения – они тотально вооружены высокотехнологичными инструментами и поэтому у них есть уникальные возможности. Что и определяет всё остальное. Основные изменения, которые заметны даже невооружённым взглядом, связаны с новыми формами взаимоотношений и новыми культурными практиками – способами действия в окружающем мире. Кроме того, есть изменения, которые не так бросаются в глаза... Но больше всего беспокоят родителей и педагогов особенности личностного и когнитивного развития. Самое важное отличие этого поколения – они тотально вооружены высокотехнологичными инструментами и поэтому у них есть уникальные возможности. Что и определяет всё

остальное. Основные изменения, которые заметны даже невооружённым взглядом, связаны с новыми формами взаимоотношений и новыми культурными практиками – способами действия в окружающем мире. Кроме того, есть изменения, которые не так бросаются в глаза... Но больше всего беспокоят родителей и педагогов особенности личностного и когнитивного развития».

Об особенностях когнитивного развития подрастающего поколения

«... Когнитивные функции (память, воображение, внимание, мышление, эмоции и др.) – основа любой нашей деятельности. Их изменения, которые многими воспринимаются как негативные, на самом деле связаны с адаптацией в информационном обществе. Сегодня уже есть определённые доказательства, что меняются механизмы памяти, например, тот самый эффект Гугл – когда мы делегируем гаджету роль резервуара нашей памяти и запоминаем не содержание важного материала, а место, где мы его оставили. Нас это тревожит, некоторые даже называют это цифровым слабоумием! Но ведь сегодня в условиях информационного цунами невозможно всё запомнить и заучить. Важнее учить ребёнка уметь самостоятельно добывать информацию и её критически осмысливать».

<...>

«Напомню также о пресловутом клиповом мышлении. Его все ругают, предпочитают привычные линейные формы мышления, когда всё последовательно, по порядку, не фрагменты, а целостность. Но сегодня уже видно, что клиповое мышление – это форма перехода от линейного мышления к сетевому, которое позволяет действовать в ситуациях неопределённости, в открытых сетевых системах, в рамках широкого диапазона действий и ситуаций».

<...>

«...Одна из главных особенностей подрастающего поколения – они ищут новые способы управления памятью, вниманием, мышлением. Причём практически самостоятельно».

Главные векторы цифровой трансформации

«...Сегодня человечество, преодолевая разделённость реального и виртуального пространств, живёт и действует в новой множественной реальности. Её называют смешанной или совмещённой, и ничего подобного раньше не было в этом мире. И это главный вектор цифровой трансформации современного образа жизни. Результаты исследований показывают, что наши дети и подростки одними из первых проходят увлекательный, но непростой и рискованный путь по “минному полю” цифровой трансформации».

Направления исследований взаимодействия детей с интернет-пространством наиболее актуальными в мире и в нашей стране на ближайшие 10 лет

«...Одной из самых актуальных тем останется тема влияния на человека различных киберсистем и взаимодействия с ними человека: от всё более сложных смартфонов до искусственного интеллекта».

<...>

«Мы всё время будем не успевать. А всё в постоянном движении и изменении.

Например, если мы возьмём выше поднятую тему безопасности, то сегодня уже нет отдельно безопасности жизнедеятельности и отдельно онлайн-безопасности – есть вопросы безопасности в смешанной реальности. А мы продолжаем разделять миры на онлайн и офлайн. Этот момент очень сильно связан с практикой. Это сложный и трудный вопрос, так как стратегии безопасности и правила поведения в реальном мире складывались столетиями. В киберпространстве мы только начинаем формировать цифровую культуру поведения, а про смешанную реальность мы знаем совсем немного. Поэтому нам надо думать не только о том, как обустроить жизнь наших детей офлайн и онлайн. Важно понимать, как её организовать в смешанной реальности, когда и дети, и взрослые всё чаще пребывают в формате “двойного” онлайн/офлайн гражданства».