



Ата-аналарға арналған
жадынама
«ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІЛЕРДІҢ
ОҚУШЫЛАРДЫҢ
ПСИХИКАСЫНА ӘСЕРІ»



АБАЙ ОБЛЫСЫ БІЛІМ БАСҚАРМАСЫНЫҢ «ӨҢІРЛІК ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ
ҚОЛДАУ ӘДІСТЕМЕЛІК ОРТАЛЫҒЫ» КММ

✉ centr.psychology.abay@gmail.com

☎ +7 771 176 3389

📷 @centr_psychology_abay



Ата-аналарға арналған жадынама:

"Әлеуметтік желілердің оқушылардың психикасына әсері"

Өзінің «Болашаққа жол» атты кітабында, Microsoft компаниясын құрып, оны әлемдегі ең гүлденген компаниялардың біріне айналдырған Билл Гейтс жеке компьютерлердің біздің өмірімізді түбегейлі өзгертіп жатқанын айтады. Монитор экранында әдемі табиғат көріністері пайда болғанда немесе біз белгісіз елдер мен құрлықтарға саяхатқа аттанғанда, кітаптар оқып, фильмдер көріп, бір-бірімізбен сөйлескенде, біз соншалықты таңғажайып виртуалды әлемге еніп кетеміз. Тіпті уақытты және бізді қоршаған нақты өмірді бақылауды жоғалтып аламыз. Осыдан кейін оқиғалар бірдей қағидамен өрбиді.

Қашықтықтан оқыту кезінде ата-аналар мен мектеп үлкен мәселеге әкелді:

БАЛАЛАР МЕН ГАДЖЕТТЕР - ҚЫЗУ ТАЛҚЫЛАНАТЫН ТАҚЫРЫП.

Не істеу керек?

1. Біз ата-аналарға берген уәделерімізді, үй тапсырмасын орындау және мектепке дайындалу туралы, тіпті достарымызбен кездескіміз келетіні туралы ұмытып кетеміз

- Сондықтан бірінші ереже - компьютер алдында өткізілген уақытты қатаң бақылау керек екенін жақсы түсініп алу қажет;

- Бір істі басқа бір маңызды іске зиян келтіріп орындауға болмайды;

- Ұялы телефонға ескерту қойып, белгілі бір уақыт өткен соң, компьютермен жұмыс уақыты аяқталғанын еске түсіретін хабарлама жасай аласыз немесе жай ғана оятқыш қоя аласыз;

- Егер сіз қандай да бір ақпаратты іздеумен айналыссаңыз, іздегіңіз келетін нақты ақпаратты анықтау керек, басты мақсаттан алаңдамау үшін және бағалы уақытыңызды босқа жұмсамау үшін. Осы қарапайым ережелерді сақтай отырып, компьютер сіздің отбасыңызда дос және көмекші болады;

- Әрдайым есте ұстау керек, «тірі» адаммен қарым-қатынас қуанышы, күннің шуағы мен жылысы, жанымыздағы адамдардың ризашылықпен күлкісі және таза ауадағы көңілді

уақыт шынайы құндылықтар болып табылады. Бұл өмірге деген махаббат пен мейірімділік сезімдерін виртуалды орта ешқашан жеткізе алмайды.

2. Балаға бірнеше таңдаулар беру қажет (бұл сирек тек бір нәрсе болады):

футбол секциясына апарыңыз. Егер бұл оның ісі болса, жаңа тапсырма оны қызықтырады. Егер оның ісі болмаса - жалқаулық басады).

3. Бала бір нәрсеге қызығушылығын кейде жоғалтып жатса, қорқынышты емес (бір рет компьютер ойнағысы келсе - ештеңе емес, егер 2-3 рет болса - дұрыс іс таңдалмағаны).

- Біз шынымен қызықты істі тапқанда, ол бізді соншалықты баурап алады, тіпті компьютерге уақыт қалмайды.

- Ата-аналар баланың қателесуге құқығы бар екенін есте ұстауы тиіс.

Балаларға мамандықтың басқаларға бағытталған нәрсе екенін түсіндіру керек. Сондықтан компьютерлік ойын ойнау - мамандық емес, ал компьютерлік ойын жасау - мамандық болуы мүмкін.

Тәуелділіктің алдын алу:

1. Күн тәртібі

2. Баланың бос уақытын тиімді өткізу

3. Қосымша әдістерді пайдалану: «Чек-лист», «Қызанақ-тайм», «100 күндік дәптер».

4. «Балалардың интернеттегі қауіпсіздігі туралы 10 ойлар» жаттығуы

Технология дәуірінің келгенін және компьютер өмірімізге енгенін жоққа шығармаймыз, айтқандай, «Джин бөтелкеден шығып кетті!». Балалардың компьютерге әуестігіне қатысты қарама-қайшы пікір қалыптасқан. Себебі компьютердің үлкен зияны дәл оның артықшылығында жатыр - шексіз қызықтырғыштығында.

КГУ «РЕГИОНАЛЬНЫЙ МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ»
УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ ОБЛАСТИ АБАЙ



Памятка для родителей «ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА ПСИХИКУ ШКОЛЬНИКОВ»



КГУ «РЕГИОНАЛЬНЫЙ МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
ПОДДЕРЖКИ» УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ ОБЛАСТИ АБАЙ

✉ centr.psychology.abay@gmail.com

☎ +7 771 176 3389

📷 @centr_psychology_abay



СЕМЕЙ 2024 ГОД

Памятка для родителей

«Влияние социальных сетей на психику школьников»

В своей книге «Дорога в будущее» Билл Гейтс- человек, который построил компанию Microsoft и превратил ее в одну из самых процветающих компаний мира, он говорит о том, что персональные компьютеры кардинально меняют нашу жизнь. Когда на мониторе разворачиваются графические изображения с очень красивыми видами природы, или когда мы отправляемся в путешествие по незнакомым странам и континентам, читаем, смотрим фильмы, общаемся друг с другом – мы погружаемся в такой захватывающий виртуальный мир, что теряем контроль над временем и окружающей нас реальной жизнью. За тем, события разворачиваются по одному и тому же принципу.

Во время дистанционного обучения родителей и школу привело к серьезной проблеме:

ДЕТИ И ГАДЖЕТЫ - ГОРЯЧАЯ ТЕМА.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Мы так увлекаемся, что забываем свои обещания, данные родителям, про то, что нужно сделать домашнее задание и подготовиться к занятиям в школе и даже о том, что хотели встретиться с друзьями

- поэтому первое правило, которое нужно хорошо усвоить, заключается в том, что время проведенное за компьютером, должно быть строго контролируемое;

- нельзя одним делом заниматься в ущерб другому;

- можно создать задачу в сотовом телефоне и по истечению определенного времени напоминание о том, что предусмотренное время уже истекло и пора заканчивать общение с компьютером и переключаться на важные и полезные дела, поможет об этом вспомнить - можно просто завести будильник;

- если вы заинтересованы в поиске какой-либо информации, нужно четко определить, какую именно информацию вы хотите найти, чтобы не отвлекать свое внимание от главного, не тратить впустую свое драгоценное время. Соблюдая эти совсем не сложные правила, компьютер станет другом и помощником в вашей семье;

- всегда нужно помнить, что радость «живого», человеческого общения, свет, и тепло солнечного дня, благодарная улыбка людей, которые рядом и веселые гол на свежем воздухе, это истинные ценности передающие любовь к жизни и доброту, которые не дано почувствовать и узнать в виртуальной среде.

2. Ребенку нужно дать некоторые меню возможности (это редко бывает что-то одно)

- постараться ставить перед ним более сложные творческие задачи (нравиться рисовать деревья - предложите нарисовать портрет; нравится играть в мяч - отведите в футбольную секцию. Если это его дело, новая задача возбуждает азарт. Если не его - лень.

3. Не страшно если ребенок теряет интерес к одному делу время от времени (один раз захотелось поиграть на компьютере - не вопрос, если 2-3 - значит выбрали не то дело).

- когда мы находим то, что действительно интересно, оно так сильно захватывает, что на компьютер не остается времени.

- родители должны помнить, что ребенок имеет право на ошибку.

Детям надо объяснять, что призвание - это то, что направлено на других, поэтому играть в компьютерные игры не призвание, а делать компьютерные игры - может.

Профилактика зависимости

1.Режим дня

2.Занятость ребенка

3.Использование вспомогательных техник: «Чек- лист», «Помидоро-тайм», «Тетрадь на 100 дней».

4.Упражнение «10 идей о интернет безопасности детей»

Мы не будем оспаривать тот факт, что наступила эра технологий и компьютер вошел в нашу жизнь, как говорится «Джин выпущен из бутылки!» Противоречивое отношение к увлечению детей к компьютерам сложилось потому, что большой вред компьютера в том же в чем и его достоинство, а именно в бесконечной увлекательности.