

2-5 ЖАСТАҒЫ БАЛАЛАРҒА АРНАЛҒАН МЕДИАПЛАН



Гаджет қолдануға болмайтын орындар

Балалар гаджет қолдануға болмайтын жерлерді білуі керек.

Жатын бөлме

- Гаджет түнде балаңыздың бөлмесінен алыс жерде қуатталады
- Өйткені қоңыраулар мен хабарламалар баланың ұйқысына кедергі келтіруі мүмкін
- Балалар ұйықтар алдында гаджет ұстамауды, тексеруді әдетке айналдырмауына көмектесіңіз
- Құрылғы қуатталған кездегі жарық бала ұйқысының сапасына әсер етуі мүмкін

Ас үйде немесе асханада

- Отбасыңызбен тамақтанғанда немесе басқа да жиында гаджеттер қолданбаңыз

Бесік арба (коляска)

Гаджет қолданбайтын уақыт:

Балалар кішкентай кезінен қай кезде гаджет қолдануға болмайтынын білулері керек.

Отбасына арналған уақыт □

Отбасына арналған уақыт барлығы бірге болғаннан басталады. Мысалы, барлығы бір көлікке отырып бір жерге барғанда (мектепке, қыдыруға, қонаққа, саяхатқа).

Түскі ас кезінде □

Тамақ ішкенде гаджет көруге болмайды.

Көлік ішінде (ұзақ сапарларды есептемегенде)

Ұйықтауға бір сағат қалғанда □

- Гаджеттер мен теледидар көру баланың ұйқысына кедергі келтіреді
- Экранның жарығын азайтыңыз
- Жатар алдында ойын ойнамаңыз және көңіл күйге әсер ететін контент көрмеңіз

Қарайтын контентті фильтрден өткізіңіз ♻

Пайдалы медиа-контентті таңдаңыз

- 80 000-нан астам тәрбиеге байланысты қосымшалар бар. Бірақ жақында өткізген зерттеулердің нәтижесінде олардың сапасы төмен екені анықталды. Сондықтан пайдалы ақпаратты Common Sense Media-дан ағылшын тілінде іздеңіз. Қосымшадағы ойындар мен бағдарламалар қай жасқа арналғаны, балаларыңыз үшін жақсы контент таңдауға өте ыңғайлы.

Гаджеттерді қалай пайдалану керек ✓

- Бірге көріңіздер (ата-ана немесе үлкендермен)
- Балалармен бірге көру араларыңызды жақындастырады және талқылауға жақсы.
- Кішкентай балалар тәрбиелік мәні бар бағдарламалар мен видеоларды үлкендермен бірге көргенде тез үйренеді. Және бала мен ата-ана арасында жақсы қарым-қатынас орнайды.
- Баламен бірге ойнаңыз
- Бұл ата-анаға баласының уақытты қалай өткізетіндігін түсінуге көмектеседі.

!Қауіпсіздік ережесі:

- Біз үлкендердің рұқсатынсыз ешқандай фильм, ойын немесе қосымшалар жүктемейміз.
- Біз отбасылық ережелерге қайшы келетін бейне ойындар ойнамаймыз.
- Біз рұқсатсыз жаңа веб-сайттарға кірмейміз, видео көрмейміз.
- Біз Common Sense Media талдау жасаған немесе ата-анамыз тексерген тәрбиелік мәні бар бағдарламалар мен қосымшаларды қолданамыз.
- Біз креативті және шығармашылығымызды дамыту үшін Media-ны қараймыз.
- Біз басқалармен хабарласып тұру үшін байланыс құралдарын пайдаланамыз
- Біз видеочатты тек отбасымыз, достарымызға қолданамыз.

Желіден тыс болғанда балансты сақтаңыз ✓

Бүгінгі таңда сандық және мультимедиялық құрылғылар өміріміздің ажырамас бөлігіне айналды. Осыларды дұрыс мақсатта қолдансаңыз, пайдасы ұшан-теңіз. Бірақ, зерттеулердің нәтижесі көрсеткендей, отбасы, мұғалім, достармен жеке қарым-қатынастың дұрыс болуы балалардың дамуы мен білім алуына жақсы әсер етеді екен.

Баланың гаджет көру уақытына «ақылға қонымды шектеулер» енгізіңіз және оның бос уақыты:

- Далада ойнауға
- Кітап оқуға
- Достарымен болуға
- Lego конструкторы және бас қатырғышқа
- Отбасымен қарым-қатынасына қалуы керек.

Мобильді құрылғыларды қолданғанда, сыпайы болуды ұмытпаңыз

Бүгінгі таңда сыпайы болу бұрынғы кездегідей өте маңызды. Мобильді телефон немесе мобильды құрылғым бар екен деп, қалай болса солай сөйлесуге болмайды.

Цифрлы азаматтық

- Балаларыңызбен «цифрлық азаматтық» болу туралы сөйлесіңіз. Кибербуллинг және оның салдарын талқылаңыз. Егер сіздің балаңыз кибербуллингтің құрбаны болса, шұғыл шара қолдану керек. Онлайн құдалаудан балаларыңызға, жасөпірімдерге қауіп төнсе, жылдам әрекет етіңіз.

!Балаңыз көңіл күйін түсіретін күмәнді фото немесе хабарлама алса, бірден ата-анасына айтуы керектігін түсіндіріңіз.

Кибербуллингтің алдын алу ережелері

- Әлеуметтік желіге өзіңіз туралы ақпарат жарияламаңыз
- Бөтен адамға фотоңызды жібермеңіз
- Виртуалды ойында немесе әлеуметтік желіде ата-ананың рұқсатынсыз достар табуға болмайды. Танысу, чатта пікір алмасу немесе бейтаныс адаммен онлайн ойын ойнау өте қауіпті болуы мүмкін.