

Drodzy Rodzice!

Nasze dzieci coraz częściej mają w posiadaniu własne tablety, telefony – jedne troszkę wcześniej, inne nieco później. Ponadto przedszkolaki często pożyczają urządzenia dorosłych aby grać w gry, używać aplikacji lub oglądać swoje ulubione filmiki. Oprócz pożytecznych treści zawartych w Internecie dzieci mogą natrafić również na te szkodliwe (np. pornografia, treści obrazujące przemoc, obrażenia fizyczne, śmierć lub nawołujące do nietolerancji). Obowiązkiem rodziców jest nauka bezpiecznego surfowania oraz uchronienie najmłodszych przed zagrożeniami cyberswiata. Jako dorośli powinniśmy więc podjąć działania, które mają na celu zminimalizowanie ryzyka dostępu do niewłaściwych dla dzieci treści a także wyuczenie w dzieciach zasad bezpiecznego poruszania się w cyfrowym świecie.

Zapraszam więc serdecznie wszystkich Państwa do zapoznania się z poradami dotyczącymi bezpiecznego korzystania z Internetu przez dzieci. ☺

<https://mail.google.com/mail/u/0?ui=2&ik=93d658c6f8&attid=0.1&permmsgid=msg-a:r4690202224667229506&th=17f898dd0bcfd09c&view=att&disp=inline&realattid=17f898db87d1d44da991>

Pamiętajmy również, iż Internet może także stanowić fantastyczne źródło wiedzy oraz rozrywki, a właściwie użytkowany może przynieść wiele pożytku dla cyfrowej edukacji dziecka. Zastanawiacie się Państwo teraz ile czasu (maksymalnie) Wasza Pociecha może spędzić przed ekranem? Odpowiedź znajdziecie w poniższej notatce opracowanej na podstawie artykułu zaczerpniętego ze strony [Ile czasu przed ekranem? | Orange Polska](#).

Ile czasu dziecko może spędzać przed ekranem?

Już 20% dzieci w wieku 1–2 lat i aż 35% w wieku 3 lat ma kontakt z urządzeniami z dostępem do Internetu. (wynik z badań *Rodzice i dzieci wobec zagrożeń dzieci w Internecie* przygotowanych na zlecenie Fundacji Orange i Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę).

Według wytycznych Amerykańskiej Akademii Pediatrii:

- dzieci do 2 roku życia nie powinny mieć kontaktu z telewizją, grami, komputerem, tabletem ani smartfonem;

- dzieci w wieku 2–5 lat przed ekranem nie powinny spędzać więcej niż 1 godzinę dziennie, a ich aktywności nie powinny być zbyt interaktywne, nie powinny zawierać wielu bodźców dźwiękowych i wzrokowych. Zaleca się, aby rodzic towarzyszył dziecku w aktywnościach cyfrowych;
- w wieku 6–12 lat dziecko przed ekranem spędzać powinno nie więcej niż 2 godziny dziennie;
- nastolatki powyżej 13 roku życia mogą spędzać do 4 godzin dziennie, używając urządzeń elektronicznych;
- gry wideo nie powinny pojawić się w życiu przedszkolaków;
- warto zwrócić uwagę na to, aby jednorazowe sesje przed ekranem były krótkie (np. dzienny limit czasu przed ekranem podzielony powinien być na kilka mniejszych sesji).
- dorośli powinni poznać podstawy wprowadzania domowych zasad ekranowych.

Poniżej zamieszczam dla Państwa przydatne linki dotyczące bezpieczeństwa najmłodszych użytkowników w sieci.

- <https://fundacja.orange.pl>
- <http://www.dzieckowsieci.pl>
- <http://www.sieciaki.pl>
- <http://www.saferinternet.pl>
- <http://www.dyzurnet.pl>

Życzę wiele sukcesów w cyfrowej edukacji Państwa Pociach!

Z wyrazami szacunku,

mgr Jolanta Rutka