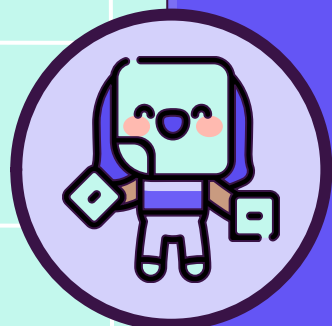
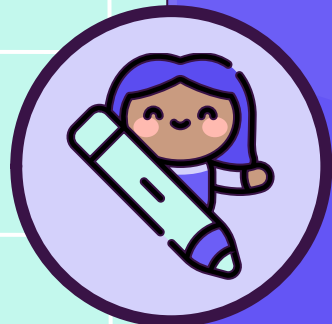
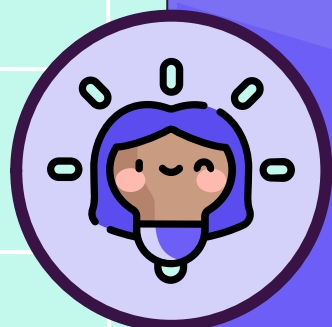
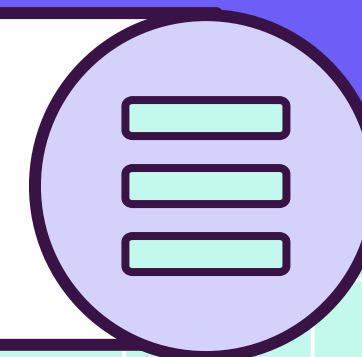


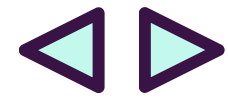
Dziecko przed ekranem- jak nie zaszkodzić?

Domowe zasady
ekranowe



Przedszkole nr 25 w Rybniku





Plan prezentacji



01.

**Ekrany- korzyści
i zagrożenia**

02.

**Domowe zasady
ekranowe- czym są, po
co, jak?**

03.

**Domowe zasady
ekranowe- przegląd**

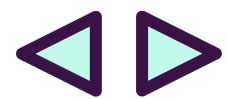
04.

**Domowe zasady
ekranowe- nie
działają?**

05.

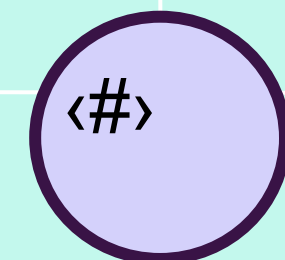
Cytaty ekspertów

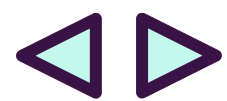




01

Ekran - korzyści i zagrożenia

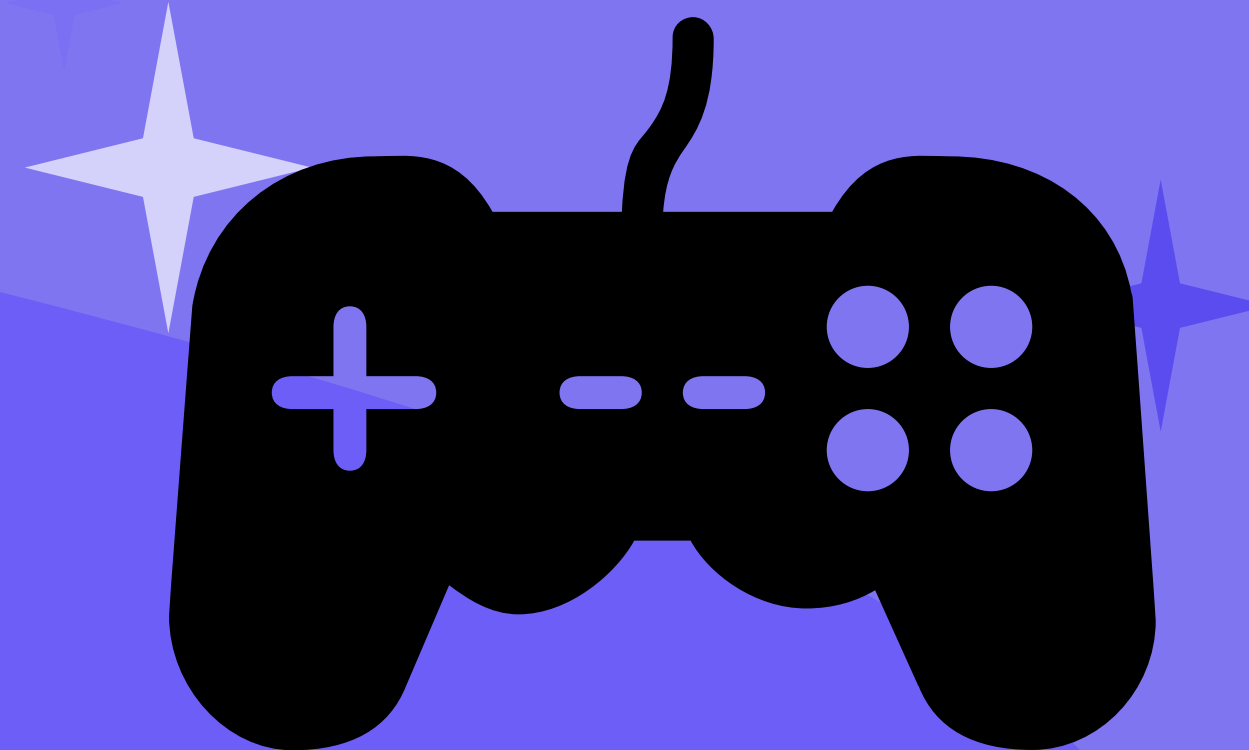


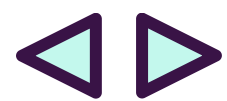


Korzyści



Gry online mogą pozytywnie stymulować rozwój motoryczny dziecka, uczyć je strategicznego myślenia, współpracy z rówieśnikami, wzmacniać poczucie sprawczości, dostarczać wiedzy i satysfakcji.



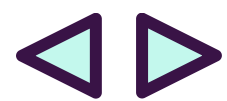


Korzyści



Wielu nadawców internetowych prezentuje treści rozwijające zainteresowania, wiedzę i umiejętności młodych odbiorców oraz promuje zachowania i postawy mogące mieć pozytywny wpływ na rozwój dziecka.

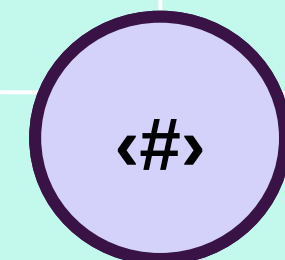
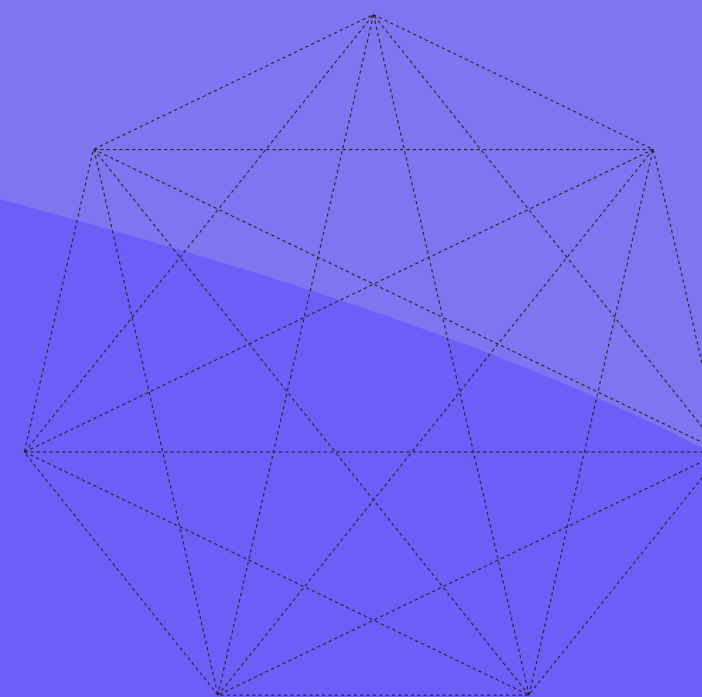




Korzyści



Serwisy społecznościowe wykorzystywane przez nastolatków w odpowiedni sposób mogą być platformą rozwijania i prezentowania przez nich swoich pasji, zainteresowań, przedsiębiorczości, działań prospołecznych.



Korzyści

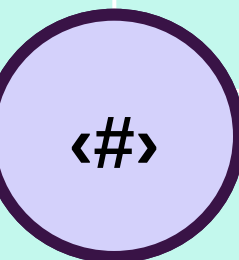
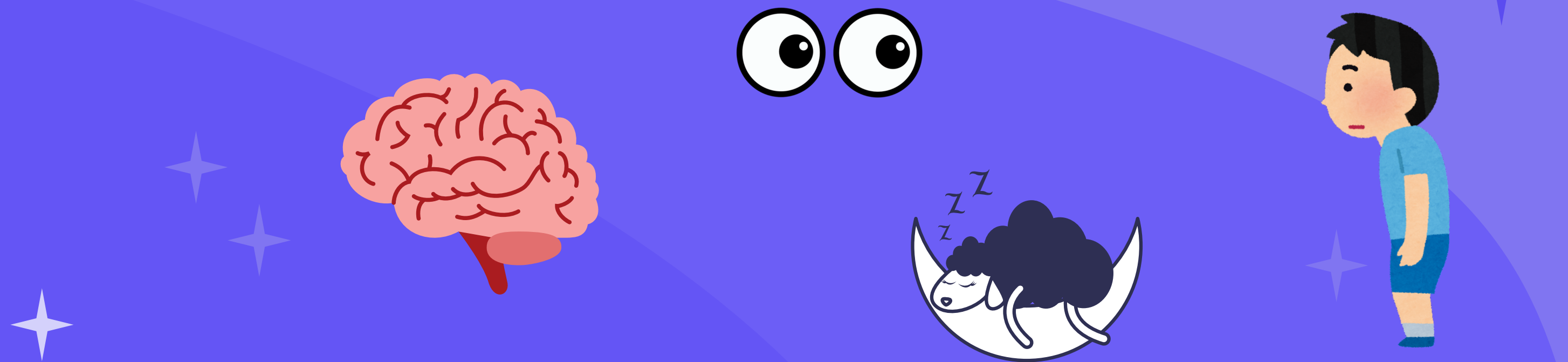


Komunikacja online, szczególnie w sytuacji takich ograniczeń, jak: choroba, wyjazd czy izolacja, jest ważnym elementem podtrzymywania relacji rówieśniczych i rodzinnych.



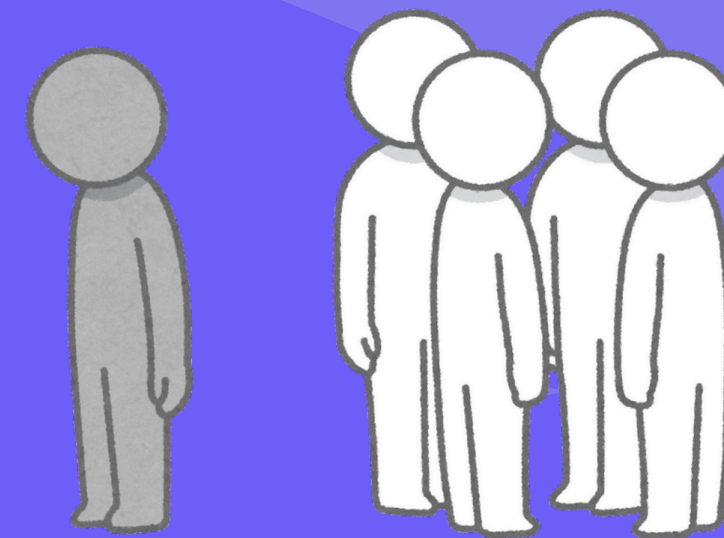
Zagrożenia

Intensywne korzystanie z ekranów przez młodsze dzieci negatywnie wpływa na rozwój ich mózgu, jest szkodliwe dla wzroku, obniża jakość snu, powoduje wady postawy.



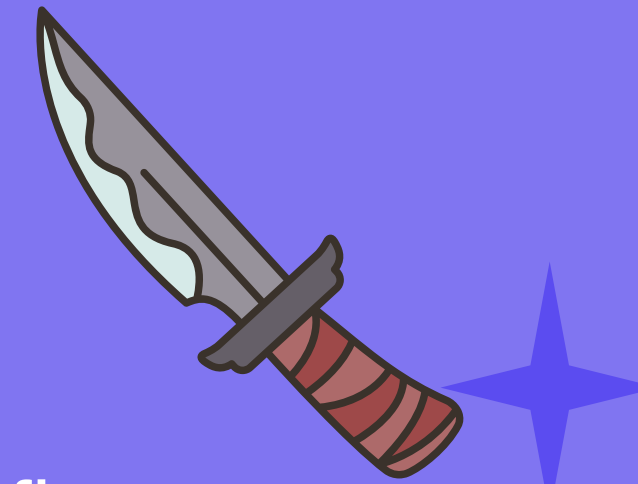
Zagrożenia

Nadmierne korzystanie z gier, serwisów społecznościowych i innych treści online może zaburzać relacje rodzinne i rówieśnicze młodej osoby, a nawet prowadzić do uzależnienia.



Zagrożenia

&\$#!%

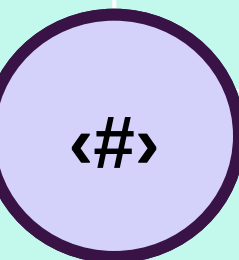


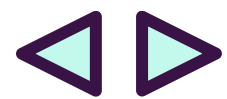
Treści prezentujące przemoc, pornografię czy wulgarne zachowania mogą wywołać u dziecka strach oraz negatywnie wpływać na jego rozwój psychospołeczny.



Zagrożenia

Mechanizmy oceny oraz szkodliwe wzorce w serwisach społecznościowych mogą negatywnie oddziaływać na samoocenę i dobrostan psychiczny dziecka.

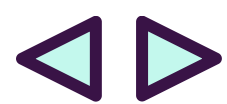




02

Domowe zasady ekranowe-
czym są, po co, jak?



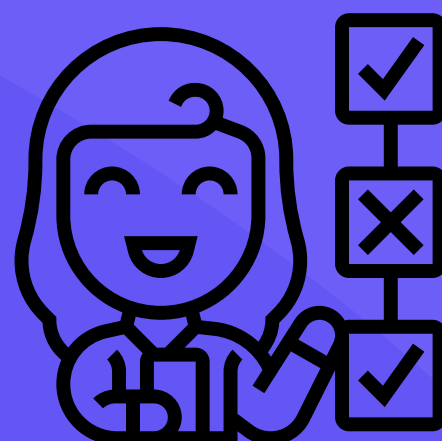


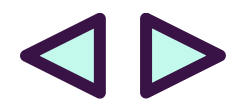
Czym są?



Domowe zasady ekranowe regulują to, w jaki sposób dzieci oraz pozostali domownicy korzystają z urządzeń ekranowych, takich jak smartfon, tablet, laptop czy telewizor.

Katalog domowych zasad ekranowych został opracowany na podstawie doświadczeń specjalistów Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę oraz rekomendacji dotyczących korzystania z ekranów przez dzieci Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) i Amerykańskiej Akademii Pediatrycznej (APA).



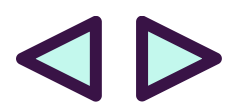


Po co?



Ustalenie domowych zasad ekranowych pomaga zapewnić dziecku bezpieczeństwo online oraz zachować równowagę między czasem online i offline, w efekcie ogranicza ryzyko nadużywania ekranów, a jednocześnie pozwala na wygospodarowanie czasu na niezbędne do prawidłowego rozwoju dziecka relacje rodzinne i rówieśnicze oraz ruch.





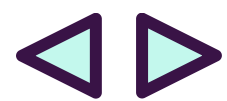
Jak ustalić?



Ustalanie zasad dobrze jest poprzedzić rozmową w gronie rodzinnym na temat zalet i ryzyk związanych z nowymi technologiami oraz potrzeb dzieci odnośnie do internetu. Zasady powinny być dostosowane do wieku dziecka i zmieniać się wraz z jego potrzebami.

Dobrym pomysłem jest objęcie zasadami wszystkich domowników. Może to pomóc również dorosłym w zadbaniu o zrównoważone korzystanie z sieci. Dodatkowo stosowanie zasad przez dorosłych modeluje i wzmacnia podobne zachowania u dzieci, nadając regułom wysoką rangę.

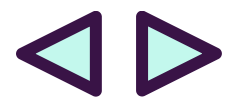




03

Domowe zasady ekranowe- przeгляд





1

LIMITY NA EKRANY

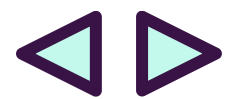
2

PRZED SNEM- BEZ EKRANÓW

3

W SYPIALNI BEZ EKRANÓW





4

POSIŁKI BEZ EKRAŃÓW

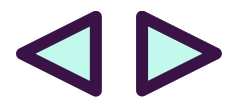
5

RAZEM BEZ EKRAŃÓW

6

WSPÓLNE MIEJSCE NA TELEFONY





7

CZAS NA RUCH

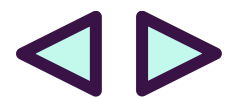
8

TYLKO ODPOWIEDNIE TREŚCI

9

W DRODZE BEZ EKRAŃÓW





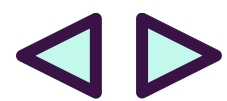
10

EKRAN NIE JEST ANI NAGRODĄ, ANI KARĄ

11

DBAMY O PRYWATNOŚĆ

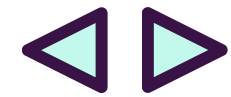




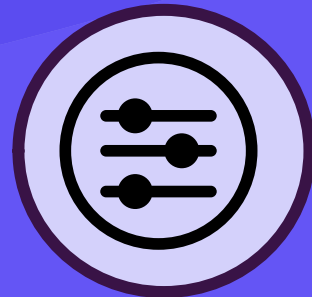
04

Domowe zasady ekranowe- nie działają?





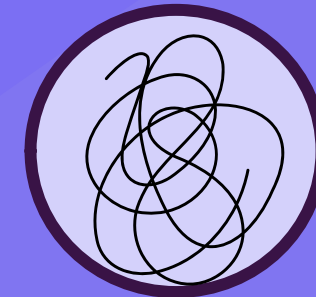
Przyczyny



Zasady nie są
dostosowane do
potrzeb domowników

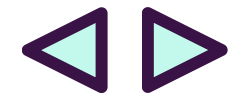


Zbyt wysokie
wymagania



Brak konsekwencji





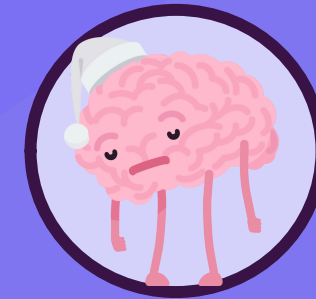
Przyczyny



Rodzice po dwóch
różnych stronach
barykady



Brak wiary w
skuteczność
zasad

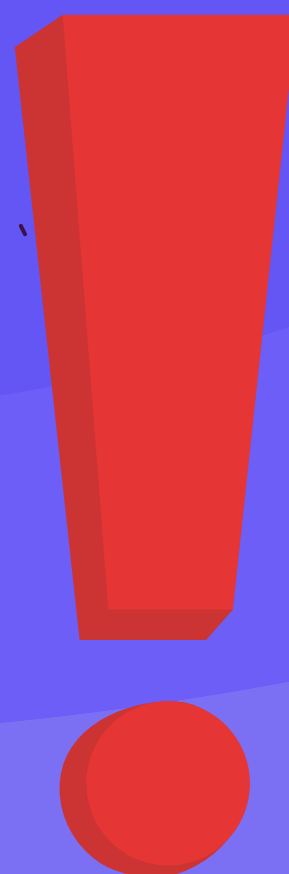


Brak zrozumienia
zasad

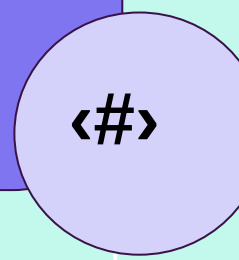


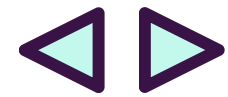


Przyczyny



Nadużywanie
internetu





Cytaty ekspertów



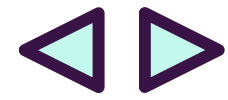
“Jeżeli powiemy dzieciom, że nadużywanie internetu jest szkodliwe, a sami korzystamy z niego bez żadnych limitów, to ten komunikat nie będzie wiarygodny i zasady nie będą w domu przestrzegane.”

LIMITED

“Zrozumienie, dlaczego dziecko sięga po telefon, dlaczego robi to nadmiernie, oraz wsparcie go w tym, żeby swoje potrzeby realizowało w inny sposób, jest naszym zadaniem.”

Cytaty pochodzą z pozycji: *“Rodzina i ekrany. Relacje i bezpieczeństwo w świecie nowych technologii.”*

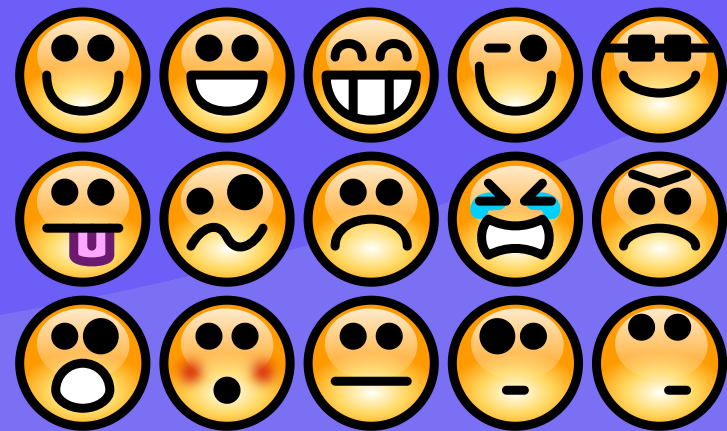




Cytaty ekspertów

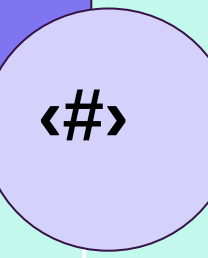


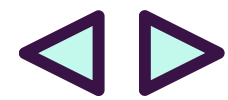
★ “Potencjał uzależniający internetu tkwi w dreszczu emocji, w przyływie energii, które pojawiają się w wyniku stosunkowo rzadkich i nieregularnych drobnych gratyfikacji.”



Cytaty pochodzą z pozycji: *“Rodzina i ekrany. Relacje i bezpieczeństwo w świecie nowych technologii.”*

“Internet jest szalenie wciągający głównie dla tych, którzy żyją w rodzinach z problemami, którzy nie nauczyli się, jak rozmawiać z bliskimi, którzy gorzej radzą sobie z emocjami, którzy siedząc przed ekranem komputera, odwracają się od swojego domu, gdzie może być źle, nieprzyjemnie, smutno, a nawet niebezpiecznie.”





Cytaty ekspertów



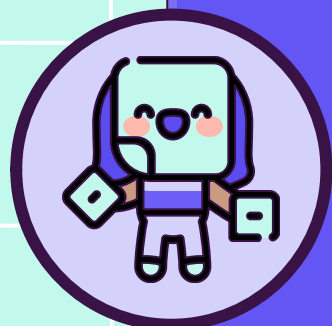
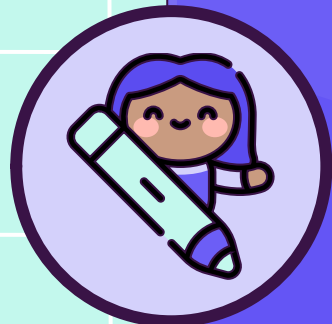
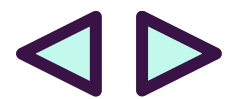
“Za jakość relacji z dziećmi w stu procentach odpowiadamy my, dorośli. Pozbawiając dzieci naszej uwagi, nie widząc ich, nie słysząc, skupiając się na komputerze, ze wzrokiem wbitym w ekran telefonu, wysyłamy im komunikat: „To jest dla mnie ważniejsze niż moja relacja z tobą”. ”

“Jeżeli zestresowane dziecko w stanie wyczerpania lub wysokiego napięcia sięga po ekran i doznaje ulgi, jego układ nagrody w mózgu zapamiętuje to jako domyślny sposób radzenia sobie z tymi sytuacjami, co nie jest dla niego korzystne.”



Cytaty pochodzą z pozycji: *“Rodzina i ekrany. Relacje i bezpieczeństwo w świecie nowych technologii.”*





Dziękujemy za uwagę!



Przedszkole nr 25 w Rybniku

