

Rodzicu

**Czy Twoje dziecko spędza wiele czasu
przed smartfonem/ telewizorem/
komputerem?**

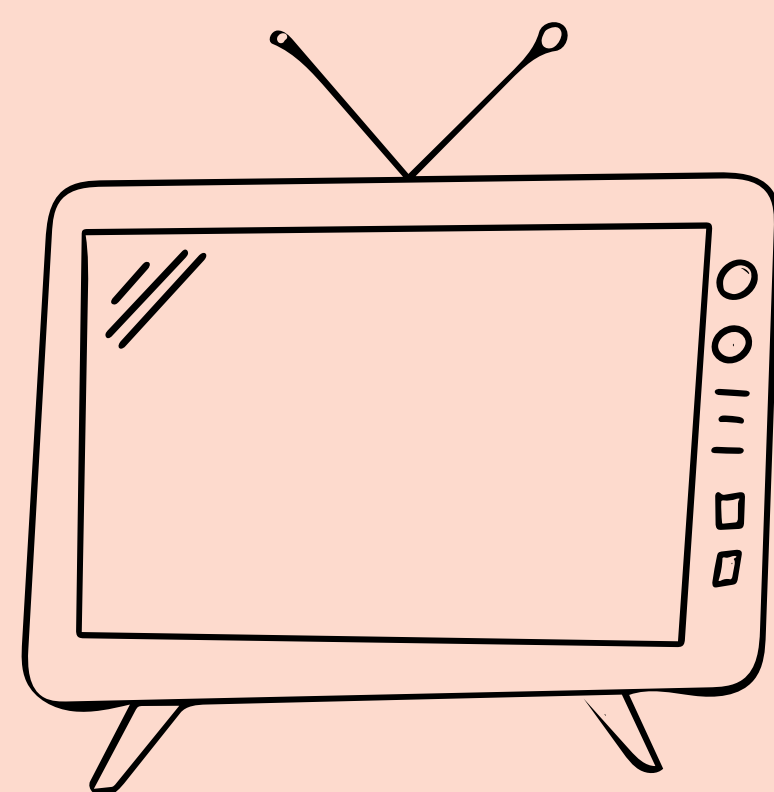
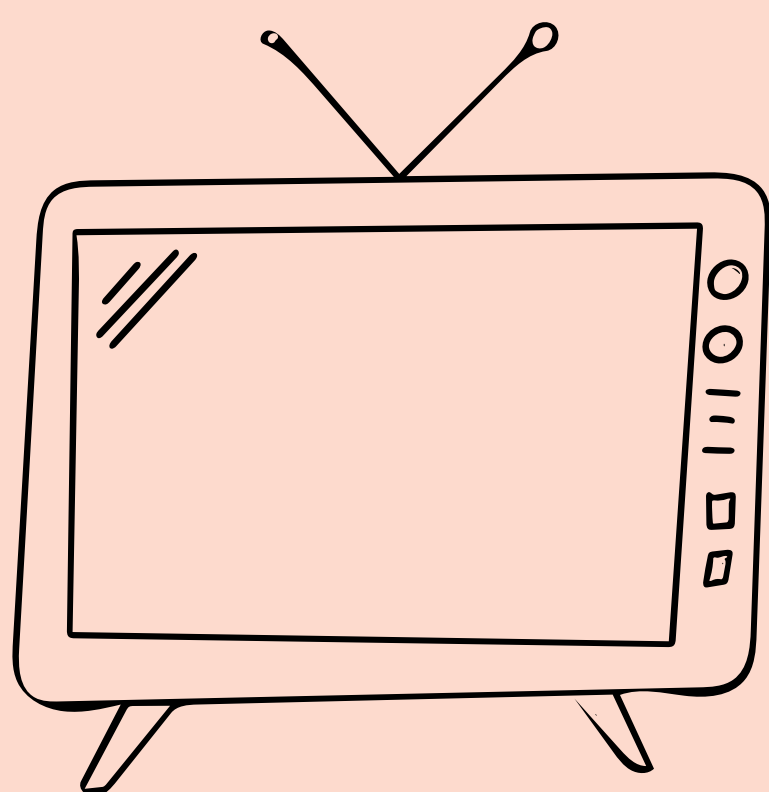


~~Jaki jest wpływ elektroniki na rozwój mowy oraz relacji społecznych dziecka?~~

Mózg dziecka najintensywniej rozwija się we wczesnym okresie dzieciństwa. Małe dzieci posiadające kontakt z smartofnem, TV, komputerem itp. mogą wykazywać niepokojące zachowania świadczące o zaburzeniach rozwoju poznawczego oraz opóźnieniu rozwoju mowy i umiejętności społecznych.

Dlaczego?

Ich mózgi nie radzą sobie z przetwarzaniem ogromnej ilości bodźców słuchowych i wzrokowych docierających właśnie poprzez TV, smartfon, komputer itp.



Jakie objawy można zauważyć u dziecka, które zbyt wcześnie/ nadmiernie korzysta z TV, smartfona itp.?

- trudności z koncentracją uwagi,
- brak lub opóźnienie mowy,
- brak zainteresowania książkami i obrazkami,
- zaburzenia snu,
- zaburzenia odżywiania,
- brak respektowania zasad społecznych,
- słaba sprawność manualna,
- komunikowanie się za pomocą krzyku i płaczu,
- brak reakcji na głos dorosłego,
- trudności z rozumieniem poleceń,
- itp.

Jak to wpływa na relacje dziecka z innymi osobami?

Zbyt częste korzystanie ze smartfona, komputera, TV ogranicza okazje do nawiązywania kontaktu z rodziną. Żadne urządzenie elektroniczne nie zastąpi wspólnych rozmów i zabaw. Dzieci mogą tracić zainteresowanie otoczeniem i nawiązywaniem relacji z innymi osobami.

**Rodzicu,
zwróć uwagę ile czasu Twoje dziecko
spędza przed TV, komputerem,
smartfonem itp.**

Pediatra dr Anna Dudek zwraca uwagę, że dzieci w wieku:

- **0-2/3 lata**- nie powinny mieć kontaktu z takimi urządzeniami,
- **3-7 lat** -optymalny czas korzystania z takich urządzeń to 30min.
- **7-12 lat** -optymalny czas korzystania z takich urządzeń to 60min.

Co z tego wynika?

Dzieci nie powinny mieć kontaktu z TV, smartfonem itp dopóki nie nauczą się mówić- zadawać pytań i budować zdań.

Ale...

Nie trzeba zabraniać starszym dzieciom całkowitego korzystania z TV czy smartfonu, ale należy dawać przykład jak rozważnie z nich korzystać, np.;

- zachęcać do oglądania filmików z j. angielskim,
- instalować aplikacje liczące kroki, by promować ruch- zdrowy tryb życia