

MÉDIAHASZNÁLAT

CSECSEMŐKORTÓL 5 ÉVES KORIG

0-2 ÉV 0 perc

kivétel: videochat

LEGKORÁBBAN BEVEZETHETŐ: 18-24 HÓ

- korlátozottan
- minőségi tartalom
- kizárólag szülői felügyelettel



2-5 ÉV max. napi 1 óra

- minőségi tartalom
- közös tevékenység: segítsük a gyerekeknek az ismeretek feldolgozását



TIPPEK

- Legyünk jó modellek!
- Egy órával alvás előtt már kerüljük a képernyőt!
- Alakítsunk ki kutyümentes helyeket a lakásban!
- Korlátozzuk a médiahasználatot életkornak megfelelően!
- Ellenőrizzük előre az alkalmazásokat, amelyeket gyermekünk fog használni!
- Ne használjuk csak a médiát a gyerekek megnyugtására!
- Ha nem nézünk semmit a TV-n, kapcsoljuk ki!

HATÁSOK A GYERMEK FEJLŐDÉSÉRE

- kognitív, nyelvi és szociális-emocionális megkésettség
- megnövekedett testtömegindex
- önszabályozási képesség sérülése
- kevesebb, rosszabb minőségű alvás

American Academy of Pediatrics.
(2016) Media and Young Minds

Children and Media Tips from the
American Academy of Pediatrics