

Jakie zagrożenia wynikają z oglądania zbyt dużej liczby bajek na telefonach i tabletach?



1. Układ nerwowy jest przestymulowany, bo odbiera zbyt wiele bodźców (kolorów, dźwięków, emocji), w krótkim czasie.
2. Dziecko ma potrzebę odreagowania napięcia, co okazuje przez agresywne zachowania, krzyk, histerię czy nadpobudliwość.
3. Mózg uzależnia się od bajek. Nagle wszystko inne, jak zwykle zabawy, nauka, wydaje się nieatrakcyjne.
4. Gdy dziecko je siedząc przed ekranem, to zostaje zaburzony świadomy proces jedzenia, na który składają się uczucie głodu, sytości, apetyt, trawienie.
5. Dziecko, patrząc w ekran, nie robi nic innego. Siedzi w miejscu i nie rozwija żadnych nowych potrzebnych umiejętności, takich jak komunikacja, budowanie relacji czy rozwój motoryki.

WSKAZANIA DOTYCZĄCE PRAWIDŁOWEGO KONTAKTU DZIECKA Z EKRADEM:



- 1. Dostęp jedynie do bezpiecznych i pożytecznych treści, dostosowanych do wieku dziecka.*
- 2. Jednorazowo nie dłużej niż 15-20 minut.*
- 3. Dzienny limit od 30 minut do 2 godzin (w zależności od wieku dziecka).*
- 4. W towarzystwie rodziców (dzieci 2-6 lat).*
- 5. Do 2 godzin przed snem.*
- 6. Nigdy jako nagroda lub kara (podnosi to w oczach dziecka atrakcyjność tych urządzeń i wzmacnia przywiązanie do nich).*
- 7. Nigdy podczas jedzenia lub treningu czystości.*

