

TECHNOLOGIE A MÓZG DZIECKA

Wysokie technologie to: telefon, TV, komputer, tablet oraz grające zabawki.

Nowoczesne technologie towarzyszą nam na co dzień. Coraz częściej mają do nich dostęp najmłodsze dzieci. Zbyt duża ekspozycja na media może niekorzystnie wpływać na ich rozwój poznawczy, emocjonalny i społeczny.

Według Amerykańskiego Towarzystwa Pediatrycznego należy unikać ekspozycji dziecka na ekrany do około 24 miesiąca życia dziecka.

Jeśli rodzice decydują się na włączenie ekranu dziecku wcześniej warto by był to program wysokiej jakości i oglądali go wspólnie dopytując, komentując pomagając maluchowi zrozumieć to, co widzi. Przede wszystkim proponując te aktywności sporadycznie.

Co oglądać? Jeśli chcecie w wolnym czasie coś obejrzeć, wybierzcie bajki statyczne, z ładną grafiką, bez przemocy, z przekazem, np. *Bing*, *Przytul mnie!*, *Śmieciarka*, *Wyspa Puffinów*.

Dzieciom w wieku 2 do 5 lat zaleca się oglądanie TV nie więcej niż 1 godzinę dziennie w towarzystwie osoby dorosłej. Należy unikać programów, w których zmiany i ruchy są szybkie.

Eksperci zaznaczają, że głównym problemem jest, to że dzieci które spędzają dużo czasu przed ekranami, mówią mniej i mniej słuchają tego co mówią inni; w latach wczesnoszkolnych mają problem ze skupieniem uwagi, z kontrolowaniem swoich emocji. Mózg bowiem rozwija się najlepiej, gdy w bezpośrednią interakcję z dziećmi wchodzi rodzice i opiekunowie.

Jak wspierać małe dziecko? Bądź obecny, reaguj na sygnały dziecka, wyłącz rozpraszacze w tle (TV, radio), zrezygnuj z dostępu do ekranów 1 godzinę przed snem, wyznacz czas bez mediów. Baw się w chowanego, a ku ku, malowanie, bieganie, czytanie, łaskotanie. Zapewnij dziecku dużo ruchu. Mózg dziecka to uwielbia i w ten sposób się uczy.

Marta Głuchowska

Logopeda

(Na podstawie: Cieszyńska J. Korendo M. „*Wczesna interwencja logopedyczna*”,
Zalecenia Amerykańskiego Towarzystwa Pediatrycznego w sprawie mediów
Artykułu „*Strefa Logopedy*” *Nowoczesnego poradnika skutecznej terapii logopedycznej*)