



Dieťa v on-line priestore

V súčasnosti trávajú deti oveľa viac času v on-line priestore, ako to bolo pred pár rokmi. Cez mobil či počítač hrajú hry, cez sociálne siete komunikujú s kamarátmi, sledujú videá a filmy, navštevujú rôzne webstránky.

Deti sú na internete vystavované rôznym rizikám. Môžu sa stretnúť s obsahom, ktorý je neprimeraný ich veku, s kyberšikanou, vybudovať si závislosť na hrách, môžu ich nakontaktovať rôzne „patologické osobnosti“, do úvahy prichádzajú aj samotné riziká vyplývajúce z nadužívania moderných technológií v súvislosti s nezdravým spôsobom života.

Kedy, v akom veku dovoliť dieťaťu mobil, smartfón či tablet?

Ak ste rodičom predškôla položte si najskôr tieto otázky: „Ako môjmu dieťaťu pomôže používanie počítača, aké funkcie bude u neho rozvíjať?“, „Na čo ho bude využívať?“, „Nedávam mu ho len preto, aby som mal od neho pokoj?“

Psychológovia ani pedagógovia digitálne výdobytky našej doby malým deťom neodporúčajú.

Dieťa v predškolskom veku sa potrebuje hrať s klasickými hračkami, so skladačkami a stavebnicami, kresliť, vymaľovávať, navliekať korálky a tiež tráviť čas SPOLU S RODIČMI, či už pri čítaní rozprávok, kopaní si do lopty, hojdaní na hojdačkách alebo počas prechádzok prírodou.

Práve tieto aktivity rozvíjajú všetky dôležité funkcie, ktoré sú potrebné pre to, aby dieťa bolo zdravé psychicky i fyzicky, aby sa v budúcnosti ľahko adaptovalo na školské prostredie.

Tu sú naše odporúčania pre rôzne vekové kategórie:

PREDŠKOLSKÝ VEK:

1. Dieťa v predškolskom veku môže na mobile, tablete, či počítači stráviť maximálne pár minút denne. Ideálne vôbec. V žiadnom prípade mobil alebo tablet nemá zabávať dieťa celé hodiny.
2. Od dieťaťa s mobilom alebo tabletom v ruke rodič neodchádza. Sleduje, čo si dieťa prezerá, hovorí s ním, reaguje na obsah, sleduje všetky jeho aktivity.

MLADŠÍ ŠKOLSKÝ VEK (od 6 do 11 rokov):

V mladšom školskom veku sa už deti môžu začať pohybovať v prostredí internetu. No práve teraz je veľmi dôležité venovať im pozornosť, pretože je to obdobie, v ktorom si budujú svoj „vzťah“ k on-line priestoru.

1. Pri používaní mobilných technológií je veľmi dôležité stanoviť jasné pravidlá.
2. Obsah určuje rodič – uprednostní aplikácie, ktoré dieťa rozvíjajú a učia.
3. Časový rozsah je tiež v rukách rodiča – rodič dieťaťu určí koľko času denne a kedy bude dieťa techniku využívať. Ak sa dieťa dožaduje telefónu, smartfónu či počítača nad rámec dohodnutých pravidiel, napr. chce ho používať dlhšiu dobu, alebo po dohratí hry chce ísť ešte na internet, je treba poukázať na dohodnuté pravidlá a zaujať dieťa inou činnosťou.
4. Rodič by mal v počítači zablokovať prístup na nevhodné stránky, príp. povoliť prístup iba na konkrétne, vybrané webstránky.

5. Rodič sa s dieťaťom často rozpráva o tom, čo dieťa na internete robí, trávi čas pri ňom a reaguje na jeho aktivity. Je dôležité, aby rodič kontroloval, aké stránky dieťa navštívilo a poznal jeho kamarátov, s ktorými si píše alebo hrá hry.

STARŠÍ ŠKOLSKÝ VEK (od 11 do 15rokov):

V tomto období stúpa u detí význam rovesníkov, s ktorými sa často stotožňujú. Vzájomná komunikácia je pre nich veľmi dôležitá. **Až po dovŕšení veku 13 rokov** môžu mať oficiálne založené konto na niektorej sociálnej sieti.

V tomto období sa teenageri stávajú jednou z najviac ohrozených skupín na internete.

- 1) Do sveta sociálnych sietí by malo dieťa vstupovať s rodičom. Mal by poznať všetky jeho heslá, nicky.
- 2) Rodič pravidelne kontrolujte účet dieťaťa – jeho statusy i správy.
- 3) Rodič stále regulujte čas, ktorý na internete, či sociálnych sieťach dieťa môže stráviť.
- 4) Rodič musí s dieťaťom prebrať, ako by mali vyzeráť fotografie, ktoré dieťa zverejňuje. Vždy by mala platiť zásada, že deti zverejňujú len také fotky, ktoré by ukázali aj svojim rodičom. Na internet nepatria žiadne polonahé fotografie...
- 5) Je vhodné, ak sa spolu s dieťaťom rodič porozpráva na tému, prečo je dôležité upraviť si na sociálnej sieti súkromie a pomôže ho dieťaťu na tejto sieti nastaviť. Deti by mali zdieľať informácie len s okruhom priateľov, nikdy by si nemali zvoliť možnosť VEREJNÉ zdieľanie.
- 6) Rodič si s dieťaťom dohodne, aké statusy sú v poriadku a aké už nie. Dieťa musí poznať hranice, čo je pre rodiča neprijateľné.
- 7) Dieťa je nutné poučiť, že nesmie odpovedať nikomu neznámemu bez vedomia rodiča a už vôbec nie sa s ním stretnúť.
- 8) Deti potrebujú pomoc a podporu. Opakujte dookola dieťaťu, že ak niečomu nerozumie, alebo si nie je isté, aby vždy prišlo za vami.

Rodič je pre svoje dieťa vzorom.

Deti napodobňujú svojich rodičov, nevynímajúc ani ich správanie týkajúce sa používania moderných technológií.

Naučte svoje deti objavovať a používať internet bezpečne a buďte im dobrým vzorom.

Navrhňte im zaujímavé alternatívy k času, ktorý by strávilo pri počítači, či tablete.

Napríklad hranie spoločenských hier, čítanie kníh, riešenie hlavolamov, sudoku, skladanie puzzle, spoločné kreslenie, maľovanie, modelovanie z plastelíny, skladanie papierových modelov, spoločné varenie a pečenie, majstrovanie v dielni...

BUĎTE SO SVOJIMI DEŤMI.



Odporúčané linky: <https://www.detinanete.sk/> www.zodpovedne.sk/ <https://ipcko.sk/> <https://eduworld.sk/>

Spracovala: S.Tichá, CPPPaP Zvolen, apríl 2020