

PATTO DIGITALE DI COMUNITÀ DELL'I.C. Goldoni - Martellago

Non è mai troppo presto per iniziare a porsi il problema!

I bambini di oggi saranno gli adolescenti di domani e gli adulti di dopodomani 😊

Cartoni animati, videogame, app... qual è l'età giusta? Quali le regole per un utilizzo sicuro?

Gli esperti suggeriscono di avvicinarsi al digitale con gradualità, ma per una famiglia è difficile resistere alle spinte commerciali e alle richieste dei bambini attratti dagli strumenti tecnologici. Non sarebbe allora più facile mettersi d'accordo prima tra famiglie? Da qui nasce l'idea di questo Patto digitale tra famiglie nato grazie al confronto **tra i genitori dell'I.C. Goldoni e con il supporto dei docenti, della dirigente e delle istituzioni comunali.**



Le 5 regole per la scuola dell'infanzia

LIMITARE ORARI E SITUAZIONI (INDICAZIONI DEI PEDIATRI):

prima dei 2 anni no schermi(tv, tablet, smartphone, videogame) tra i 2 e i 5 anni:
non più di 1 ora al giorno, evitare durante i pasti, prima della nanna e appena alzati
programmare ogni settimana giornate senza schermi, evitare l'uso quotidiano e routinario.

GLI SCHERMI NON SONO NÉ BABYSITTER, NÉ "CALMANTI", NÉ PREMI!

Lasciamo ai bambini la possibilità di sperimentare dei piccoli momenti di frustrazione senza ipnotizzarli con gli schermi (durante le attese, nei viaggi in macchina, ecc.) questo permetterà loro di acquisire maggiore capacità di autoregolazione emotiva.
Non è ancora possibile sostituire i genitori con una tecnologia!

SCEGLIERE I CONTENUTI CON ATTENZIONE (ETÀ ADATTE)

Verificare le età consigliate dei cartoni animati. Scegliere contenuti non frenetici e che siano alla portata dai bambini. Possiamo verificare se il contenuto proposto è adatto chiedendo al bambino di parlarci di ciò che ha visto per verificare che ne abbia compreso il senso.

PROPORRE ALTERNATIVE AGLI SCHERMI E PROTEGGERE I MOMENTI DI SOCIALITÀ

Promuovere il gioco all'aperto, le attività manuali, la lettura, il gioco tra pari senza interferenze digitali al fine di favorire la concentrazione, la condivisione e la relazione.
Evitare di consegnare lo smartphone durante i compleanni e i momenti di ritrovo

STIMOLARE L'USO ATTIVO E CREATIVO

Scegliere applicazioni e strumenti digitali che prevedano l'interazione attiva del bambino, che stimolino il pensiero e richiedano di fare delle scelte ragionate.
Ci sono applicazioni che avvicinano i bambini alle materie STEM, al mondo della musica e dell'arte figurativa e che promuovono l'ascolto attivo.

QUALI RISCHI?



Le ricerche scientifiche ci dicono che l'uso scorretto degli schermi digitali può causare:

PROBLEMI FISICI

Aumento dei problemi alla vista e alla postura, disturbi del sonno e dell'alimentazione.



PROBLEMI COGNITIVI

Difficoltà di concentrazione e apprendimento, diminuzione dei tempi di attenzione, riduzione della creatività.

CONSEGUENZE PSICOLOGICHE

Paure e traumi legati alla visione di contenuti per adulti. Ansia e svalutazione personale di fronte a modelli estetici e di successo distorti su web e social.



REATI E PERICOLI ONLINE

Violazione privacy, insulti e offese online, cyberbullismo, contatti con malintenzionati, emulazione di sfide pericolose online.

APPROFONDIMENTI

C'È UN'ETÀ GIUSTA PER LO SMARTPHONE?

Secondo il parere di numerosi esperti lo **smartphone personale** non è adatto durante la scuola primaria. In molti consigliano anzi di aspettare almeno fino alla seconda media. Ci sono molte alternative per usare internet in sicurezza: ad esempio un **tablet** o un **PC**, più facili da controllare e lasciare a casa quando non servono! Senza dimenticare la possibilità di usare un "cellulare vecchio stile" se è necessario comunicare con i genitori.

COME SCEGLIERE I VIDEOGAME? E I CONTENUTI VIDEO?

Ci aiuta il **sistema PEGI** che indica l'età consigliata per ogni videogame in commercio www.pegi.info. Particolare attenzione va posta ai giochi online che consentono il contatto con sconosciuti. Anche la scelta dei **video e delle serie tv** merita attenzione: molte piattaforme hanno dei filtri, altre richiedono la supervisione dei genitori. I **parental control** sono strumenti utili e disponibili ormai su tutti i dispositivi.

REGOLE, LIMITI E GIORNATE "SENZA SCHERMI"

I consigli principali degli esperti: evitare gli **schermi durante i pasti, prima del sonno** (almeno mezz'ora prima) e prima di andare a scuola. Non superare le due ore totali al giorno, fare pause frequenti e **giornate senza schermi** (ogni settimana) per favorire attività alternative, la socialità e prevenire le dipendenze digitali. Evitare l'utilizzo in camera e nei luoghi dove non c'è la supervisione di un adulto. Ricordiamo infine l'importanza dell'esempio degli adulti: perché non fare le giornate **senza schermi con tutta la famiglia?**

USO CONSAPEVOLE, POSITIVO E DIDATTICO

Le **competenze digitali** saranno fondamentali nel futuro dei nostri ragazzi. Per questo motivo è importante non limitarsi alle regole, ma parlare e ragionare con i propri figli su ciò che fanno e che li interessa online. Sostenere l'**utilizzo creativo** e l'uso della rete **per informarsi e per imparare cose nuove** alleandosi con gli altri genitori e con gli insegnanti per arricchire la consapevolezza e la competenza digitale di adulti e ragazzi.



FIRMA IL "PATTO DIGITALE DI COMUNITÀ DI MARTELLAGO
INQUADRANDO CON LA FOTOCAMERA IL QR CODE →
o tramite il sito pattidigitali.it/martellago/



PATTO DIGITALE DI COMUNITÀ

DELL'I.C. Goldoni - Martellago

Cartoni animati, videogame, app... qual è l'età giusta? Quali le regole per un utilizzo sicuro? Gli esperti suggeriscono di avvicinarsi al digitale con gradualità, ma per una famiglia è difficile resistere alle spinte commerciali e alle richieste dei bambini attratti dagli strumenti tecnologici. Non sarebbe allora più facile mettersi d'accordo prima tra famiglie? Da qui nasce l'idea di questo Patto digitale tra famiglie nato grazie al confronto **tra i genitori dell'I.C. Goldoni e con il supporto dei docenti, della dirigente e delle istituzioni comunali.**



Le 5 regole per la scuola primaria

PRIMARIA SMARTPHONE-FREE

Evitare la consegna di uno smartphone personale nel corso della scuola primaria; ci sono altre soluzioni per avvicinarsi al digitale con maggior sicurezza e gradualità.

AD OGNI ETÀ IL CORRETTO ACCESSO

Social come TikTok e Instagram sono vietati per legge prima dei 13 anni. Verificare il codice PEGI dei videogame (dettagli sul retro) e verificare le età consigliate per video, serie tv e film usati dai nostri figli.

IN RETE SOLO SE ACCOMPAGNATI

Consentire la navigazione e la ricerca di contenuti online solo con la supervisione dell'adulto, bloccando i contatti con sconosciuti anche nei videogame online. Le impostazioni e le app di Parental control possono essere una risorsa molto utile.

LIMITI CHIARI SU TEMPI E LUOGHI E PROTEGGERE I MOMENTI DI SOCIALITÀ

Concordare le regole su orari e luoghi, evitare l'utilizzo degli schermi prima del sonno e in camera, controllare le ore complessive (non più di 2 ore nello stesso giorno) e definire regolarmente giornate senza schermi. Promuovere il gioco all'aperto, le attività manuali, la lettura, il gioco tra pari senza interferenze digitali al fine di favorire la concentrazione, la condivisione e la relazione. Evitare di consegnare lo smartphone durante i compleanni e i momenti di ritrovo

TENIAMOCI SEMPRE INFORMATI

Cerchiamo di essere coerenti e un buon esempio per i nostri figli. Partecipiamo, se possibile con i figli, a momenti di educazione digitale, incontri formativi organizzati sul territorio.

QUALI RISCHI?



Le ricerche scientifiche ci dicono che l'uso scorretto degli schermi digitali può causare:

PROBLEMI FISICI

Aumento dei problemi alla vista e alla postura, disturbi del sonno e dell'alimentazione.



PROBLEMI COGNITIVI

Difficoltà di concentrazione e apprendimento, diminuzione dei tempi di attenzione, riduzione della creatività.

CONSEGUENZE PSICOLOGICHE

Paure e traumi legati alla visione di contenuti per adulti. Ansia e svalutazione personale di fronte a modelli estetici e di successo distorti su web e social.



REATI E PERICOLI ONLINE

Violazione privacy, insulti e offese online, cyberbullismo, contatti con malintenzionati, emulazione di sfide pericolose online.

APPROFONDIMENTI

C'È UN'ETÀ GIUSTA PER LO SMARTPHONE?

Secondo il parere di numerosi esperti lo **smartphone personale** non è adatto durante la scuola primaria. In molti consigliano anzi di aspettare almeno fino alla seconda media. Ci sono molte alternative per usare internet in sicurezza: ad esempio un **tablet** o un **PC**, più facili da controllare e lasciare a casa quando non servono! Senza dimenticare la possibilità di usare un "cellulare vecchio stile" se è necessario comunicare con i genitori.

COME SCEGLIERE I VIDEOGAME? E I CONTENUTI VIDEO?

Ci aiuta il **sistema PEGI** che indica l'età consigliata per ogni videogame in commercio www.pegi.info. Particolare attenzione va posta ai giochi online che consentono il contatto con sconosciuti. Anche la scelta dei **video e delle serie tv** merita attenzione: molte piattaforme hanno dei filtri, altre richiedono la supervisione dei genitori. I **parental control** sono strumenti utili e disponibili ormai su tutti i dispositivi.

REGOLE, LIMITI E GIORNATE "SENZA SCHERMI"

I consigli principali degli esperti: evitare gli **schermi durante i pasti, prima del sonno** (almeno mezz'ora prima) e prima di andare a scuola. Non superare le due ore totali al giorno, fare pause frequenti e **giornate senza schermi** (ogni settimana) per favorire attività alternative, la socialità e prevenire le dipendenze digitali. Evitare l'utilizzo in camera e nei luoghi dove non c'è la supervisione di un adulto. Ricordiamo infine l'importanza dell'esempio degli adulti: perché non fare le giornate **senza schermi con tutta la famiglia?**

USO CONSAPEVOLE, POSITIVO E DIDATTICO

Le **competenze digitali** saranno fondamentali nel futuro dei nostri ragazzi. Per questo motivo è importante non limitarsi alle regole, ma parlare e ragionare con i propri figli su ciò che fanno e che li interessa online. Sostenere l'**utilizzo creativo** e l'uso della rete **per informarsi e per imparare cose nuove** alleandosi con gli altri genitori e con gli insegnanti per arricchire la consapevolezza e la competenza digitale di adulti e ragazzi.



FIRMA IL "PATTO DIGITALE DI COMUNITÀ DI MARTELLAGO
INQUADRANDO CON LA FOTOCAMERA IL QR CODE →
o tramite il sito pattidigitali.it/martellago/



PATTO DIGITALE DI COMUNITÀ

DELL'I.C. Goldoni - Martellago

Cartoni animati, videogame, app... qual è l'età giusta? Quali le regole per un utilizzo sicuro? Gli esperti suggeriscono di avvicinarsi al digitale con gradualità, ma per una famiglia è difficile resistere alle spinte commerciali e alle richieste dei bambini attratti dagli strumenti tecnologici. Non sarebbe allora più facile mettersi d'accordo prima tra famiglie? Da qui nasce l'idea di questo Patto digitale tra famiglie nato grazie al confronto **tra i genitori dell'I.C. Goldoni e con il supporto dei docenti, della dirigente e delle istituzioni comunali.**



Le 5 regole per la scuola secondaria di primo grado

SMARTPHONE PERSONALE NON PRIMA DELLA FINE DELLA SECONDA MEDIA

Successivamente almeno fino ai 14 anni smartphone trasparente, i genitori devono conoscere le password dei figli e controllare regolarmente le chat, cronologia e app utilizzate, non di nascosto e possibilmente assieme ai figli.

AD OGNI ETÀ IL CORRETTO ACCESSO: SOCIAL COME TIKTOK E INSTAGRAM SONO VIETATI PER LEGGE PRIMA DEI 13 ANNI.

Verificare il codice PEGI dei videogame (dettagli sul retro) e verificare le età consigliate per video, serie tv e film usati dai nostri figli.

PARLARE COI FIGLI DI RISCHI E OPPORTUNITÀ

Dedicare tempo per condividere le attività dei figli online, verificare i contatti e proporre il digitale come strumento per informarsi e allenare la creatività. Le impostazioni e le app di parental control possono essere una risorsa molto utile.

LIMITI DI TEMPO E FIRMA CONTRATTO GENITORI/FIGLIO.

Concordare le regole su orari e luoghi, evitando l'utilizzo degli schermi prima del sonno e in camera, controllando le ore complessive e definendo regolarmente giornate senza schermi.

TENIAMOCI SEMPRE INFORMATI

Cerchiamo di essere coerenti e un buon esempio per i nostri figli. Partecipiamo, se possibile con i figli, a momenti di educazione digitale, incontri formativi organizzati sul territorio

QUALI RISCHI?



Le ricerche scientifiche ci dicono che l'uso scorretto degli schermi digitali può causare:

PROBLEMI FISICI

Aumento dei problemi alla vista e alla postura, disturbi del sonno e dell'alimentazione.



PROBLEMI COGNITIVI

Difficoltà di concentrazione e apprendimento, diminuzione dei tempi di attenzione, riduzione della creatività.

CONSEGUENZE PSICOLOGICHE

Paure e traumi legati alla visione di contenuti per adulti. Ansia e svalutazione personale di fronte a modelli estetici e di successo distorti su web e social.



REATI E PERICOLI ONLINE

Violazione privacy, insulti e offese online, cyberbullismo, contatti con malintenzionati, emulazione di sfide pericolose online.

APPROFONDIMENTI

C'È UN'ETÀ GIUSTA PER LO SMARTPHONE?

Secondo il parere di numerosi esperti lo **smartphone personale** non è adatto durante la scuola primaria. In molti consigliano anzi di aspettare almeno fino alla seconda media. Ci sono molte alternative per usare internet in sicurezza: ad esempio un **tablet** o un **PC**, più facili da controllare e lasciare a casa quando non servono! Senza dimenticare la possibilità di usare un "cellulare vecchio stile" se è necessario comunicare con i genitori. Non dimentichiamo che ci sono molte soluzioni alternative (ad es. i cellulari vecchio stile, sim senza traffico dati, smartwatch con sim per chiamate).

COME SCEGLIERE I VIDEOGAME? E I CONTENUTI VIDEO?

Ci aiuta il **sistema PEGI** che indica l'età consigliata per ogni videogame in commercio **www.pegi.info**. Particolare attenzione va posta ai giochi online che consentono il contatto con sconosciuti. Anche la scelta dei **video e delle serie tv** merita attenzione: molte piattaforme hanno dei filtri, altre richiedono la supervisione dei genitori. I **parental control** sono strumenti utili e disponibili ormai su tutti i dispositivi.

REGOLE, LIMITI E GIORNATE "SENZA SCHERMI"

I consigli principali degli esperti: evitare gli **schermi durante i pasti, prima del sonno** (almeno mezz'ora prima) e prima di andare a scuola. Non superare le due ore totali al giorno, fare pause frequenti e **giornate senza schermi** (ogni settimana) per favorire attività alternative, la socialità e prevenire le dipendenze digitali. Evitare l'utilizzo in camera e nei luoghi dove non c'è la supervisione di un adulto. Ricordiamo infine l'importanza dell'esempio degli adulti: perché non fare le giornate **senza schermi con tutta la famiglia?**

USO CONSAPEVOLE, POSITIVO E DIDATTICO

Le **competenze digitali** saranno fondamentali nel futuro dei nostri ragazzi. Per questo motivo è importante non limitarsi alle regole, ma parlare e ragionare con i propri figli su ciò che fanno e che li interessa online. Sostenere l'**utilizzo creativo** e l'uso della rete **per informarsi e per imparare cose nuove** alleandosi con gli altri genitori e con gli insegnanti per arricchire la consapevolezza e la competenza digitale di adulti e ragazzi.



FIRMA IL "PATTO DIGITALE DI COMUNITÀ DI MARTELLAGO
INQUADRANDO CON LA FOTOCAMERA IL QR CODE →
o tramite il sito pattidigitali.it/martellago/

