

IL DIGITALE ALLA SCUOLA PRIMARIA: COERENZA E BUONSENNO.

"IL BUON SENSO C'ERA, MA SE NE STAVA NASCOSTO PER PAURA DEL SENSO COMUNE"
(ALESSANDRO MANZONI, I PROMESSI SPOSI - CAP. XXXII)

La tecnologia ha invaso e stravolto velocemente la vita di tutti noi perché ci ha colti impreparati; con il buon senso, adesso che conosciamo le conseguenze dell'abuso dei dispositivi, potremmo insieme cambiare il senso comune.



PRIMARIA SMARTPHONE FREE

1

- evitare la consegna di dispositivi personali liberamente connessi alla rete durante la scuola primaria;
- adottare soluzioni alternative come dispositivi condivisi o con funzioni limitate, per accompagnare bambini e ragazzi a un uso consapevole e progressivo del digitale.



2

PARTECIPAZIONE ATTIVA E CONSAPEVOLE DEGLI ADULTI AL PROGETTO: IL NOSTRO ESEMPIO È IMPORTANTE!

Genitori, nonni, educatori e insegnanti si impegnano a:

- limitare l'uso dei dispositivi quando sono con i bambini;
- rispettare e far rispettare le medesime regole sui dispositivi;
- frequentare incontri di educazione digitale per sviluppare competenze attive e creative.



CAMMINARE INSIEME NEL DIGITALE: BAMBINI MAI SOLI CON LO SCHERMO!

3

- navigazione e ricerca online consentite solo in presenza di un adulto;
- blocco totale dei contatti con sconosciuti, inclusi i videogame.



4

DISPOSITIVI TRASPARENTI FINO AI 14 ANNI: FIDUCIA RECIPROCA, OCCASIONE DI CONFRONTO E DIALOGO!

- condivisione delle password tra genitori e figli come strumento di protezione;
- verifica periodica di chat, app e cronologia insieme ai figli per costruire consapevolezza e affrontare insieme eventuali rischi;
- collaborazione attiva per trasformare la navigazione in un'occasione di crescita sicura.

5

APP, VIDEOGIOCHI E SOCIAL IN REGOLA CON L'ETÀ

- evitare l'uso autonomo dei Social Network prima dei 14 anni, seguendo le indicazioni di legge;
- controllare sempre, prima della visione, che i contenuti di App, video, canali YouTube e serie TV siano adatti alla fascia d'età dei propri figli;
- utilizzare la classificazione PEGI per scegliere film, serie tv e videogiochi adatti alla maturità del bambino.

6

LUOGHI E TEMPI DEFINITI PER L'UTILIZZO

- concordare orari e luoghi d'uso per favorire la presenza e il confronto con gli adulti;
- evitare schermi in camera da letto, durante i pasti e nei momenti di socialità o gioco;
- monitorare le ore totali di connessione, non più di due ore al giorno, per garantire una sana alternanza tra digitale e realtà;
- prevedere giornate senza schermi per dare spazio alla creatività e al riposo.



7

INCONTRARSI DAL VIVO CONTA

- favorire occasioni di incontro e di relazione diretta fuori dal mondo digitale;
- incoraggiare lo sport, il gioco libero e il tempo condiviso con gli amici;
- promuovere la partecipazione a laboratori e iniziative locali per stimolare nuovi interessi;
- coltivare legami che non dipendano esclusivamente dai dispositivi e dai social.



A VOLTE LE PAROLE NON BASTANO!

Fai vedere come si usano gli schermi in modo responsabile.

Ricorda che i momenti passati insieme ai nostri figli sono più importanti di qualsiasi notifica.
Gli schermi sottraggono tempo alle relazioni.

APPROFONDIMENTI E SPUNTI UTILI

C'È UN'ETÀ GIUSTA PER LO SMARTPHONE? Secondo il parere di numerosi esperti lo smartphone personale non è adatto durante la scuola primaria. Le linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Salute consigliano di aspettare almeno alla terza 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. Per maggiori informazioni "Digitale e bambini: le nuove raccomandazioni Società Italiana di Pediatria" <https://sip.it/2026/01/27/digitale-e-bambini-le-nuove-raccomandazioni-sip/>

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.

TUTELA E PROTEGGI LA PRIVACY DI TUO FIGLIO Attenzione a condividere foto e video e informazioni personali dei nostri figli e dei loro amici online: rimangono per sempre e possono fornire informazioni a malintenzionati. Ricordiamoci anche che è vietato condividere foto di altri minori online senza il consenso dei loro genitori.

DEDICA A TUO FIGLIO UN TEMPO ESCLUSIVO E AUTENTICO Quando ci ritroviamo a fine giornata o quando giochiamo insieme, facciamo in modo che il tempo che trascorriamo con i nostri figli sia esclusivo, completamente dedicato a loro e il più possibile smartphone free. Lettura e narrazione, movimento e creatività, esperienze nella natura e socialità.

LE ALTERNATIVE A TECNOLOGIA E SCHERMI

Lettura e narrazione: leggere insieme e raccontare storie stimola lo sviluppo cognitivo ed emotivo fin dai primi mesi di vita.

Movimento e creatività: promuovere il gioco, l'attività fisica, artistica, musicale, la manualità e la curiosità per favorire una crescita armoniosa.

Esperienze nella natura e socialità.

Passeggiate all'aria aperta e momenti di condivisione con altri bambini sono preziose occasioni per imparare a crescere insieme.