PATTI DIGITALI

FACEM UN PACT?

DIGITALUL ÎN ȘCOALA PRIMARĂ: COERENȚĂ ȘI BUN-SIMȚ

„BUNUL-SIMȚ EXISTA, DAR STĂTEA ASCUNS DE FRICA SIMȚULUI COMUN”
(ALESSANDRO MANZONI, I PROMESSI SPOSI - CAP. XXXII)



Tehnologia a pătruns rapid și a schimbat profund viața tuturor, deoarece ne-a surprins nepregătiți; folosind bunul-simț, acum că înțelegem consecințele utilizării excesive a dispozitivelor, am putea împreună să schimbăm percepția comună.



1

ȘCOALA PRIMARĂ FĂRĂ SMARTPHONE

• Evitarea oferirii de dispozitive personale conectate liber la internet în timpul școlii primare;
• Adoptarea unor soluții alternative, precum dispozitive partajate sau cu funcții limitate, pentru a-i însoți pe copii într-o utilizare conștientă și progresivă a tehnologiei digitale.



2

PARTICIPAREA ACTIVĂ ȘI CONȘTIENTĂ A ADULȚILOR LA PROIECT: EXEMPLUL NOSTRU ESTE IMPORTANT!

Părinții, bunicii, educatorii și profesorii se angajează să:
• limiteze utilizarea dispozitivelor atunci când sunt împreună cu copiii;
• respecte și să îi învețe pe copii să respecte aceleași reguli privind utilizarea dispozitivelor;
• participe la întâlniri de educație digitală pentru a dezvolta competențe active și creative.

3

SĂ PARCURGEM ÎMPREUNĂ LUMEA DIGITALĂ: COPIII NU TREBUIE SĂ FIE NICIODATĂ SINGURI ÎN FAȚA ECRANULUI!

- Navigarea și căutarea online sunt permise doar în prezența unui adult;
- Blocarea completă a contactelor cu persoane necunoscute, inclusiv în jocurile video.



4

DISPOZITIVE TRANSPARENTE PÂNĂ LA VÂRSTA DE 14 ANI: ÎNCREDERE RECIPROCĂ, OCAZIE DE DIALOG ȘI COMUNICARE!

- Partajarea parolelor între părinți și copii ca instrument de protecție;
- Verificarea periodică, împreună cu copiii, a conversațiilor, aplicațiilor și istoricului de navigare pentru a construi conștientizare și pentru a gestiona împreună eventualele riscuri;
- Colaborare activă pentru a transforma navigarea online într-o oportunitate de dezvoltare sigură.



5

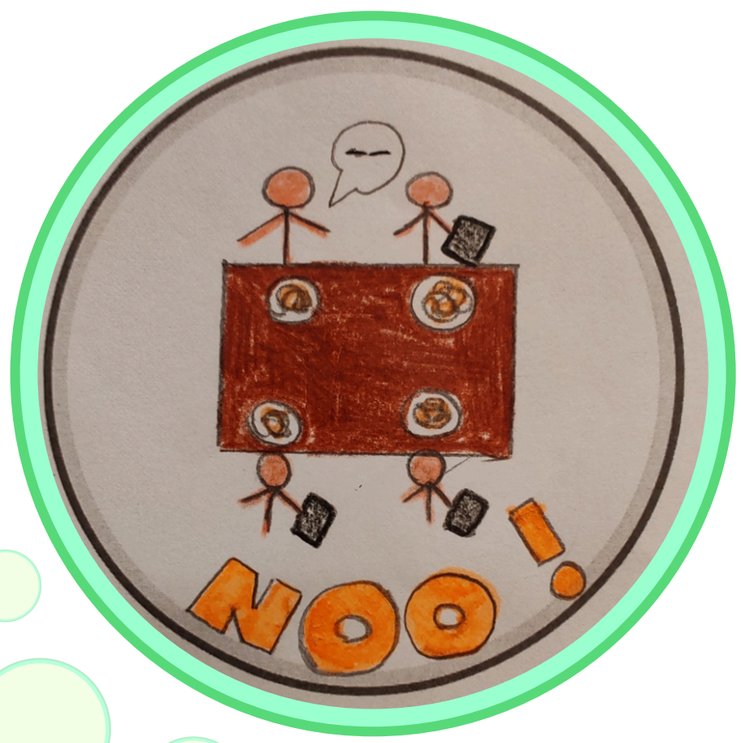
APLICAȚII, JOCURI VIDEO ȘI REȚELE SOCIALE POTRIVITE VÂRSTEI

- Evitarea utilizării autonome a rețelelor sociale înainte de vârsta de 14 ani, în conformitate cu prevederile legale;
- Verificarea întotdeauna, înainte de vizionare, dacă aplicațiile, videoclipurile, canalele YouTube și serialele TV sunt adecvate vârstei copiilor;
- Utilizarea clasificării PEGI pentru alegerea filmelor, serialelor TV și jocurilor video potrivite nivelului de maturitate al copilului.

6

LOCURI ȘI MOMENTE CLAR STABILITE PENTRU UTILIZARE

- Stabilirea de comun acord a intervalelor și locurilor de utilizare, pentru a favoriza prezența și dialogul cu adulții;
- Evitarea utilizării ecranelor în dormitor, în timpul meselor și în momentele de socializare sau de joacă;
- Monitorizarea timpului total petrecut online, fără a depăși două ore pe zi, pentru a asigura un echilibru sănătos între lumea digitală și realitate;
- Stabilirea unor zile fără ecrane, pentru a oferi spațiu creativității și odihnei.





7

ÎNTÂLNIRILE ÎN VIAȚA REALĂ CONTEAZĂ

- Favorizarea ocaziilor de întâlnire și relaționare directă în afara lumii digitale;
- Încurajarea sportului, a jocului liber și a timpului petrecut împreună cu prietenii;
- Promovarea participării la ateliere și inițiative locale pentru stimularea unor noi interese;
- Cultivarea relațiilor care să nu depindă exclusiv de dispozitive și de rețelele sociale.

UNEORI CUVINTELE NU SUNT SUFICIENTE!

Arătați prin propriul exemplu cum se utilizează ecranele în mod responsabil.
Amintiți-vă că momentele petrecute împreună cu copiii noștri sunt mai importante decât orice notificare.
Ecranele răpesc timp relațiilor umane.

INFORMAȚII SUPLIMENTARE ȘI SUGESTII UTILE

EXISTĂ O VÂRSTĂ POTRIVITĂ PENTRU SMARTPHONE? Potrivit opiniei multor specialiști, smartphone-ul personal nu este potrivit în perioada școlii primare. Recomandările Organizației Mondiale a Sănătății sugerează amânarea utilizării acestuia până cel puțin la sfârșitul gimnaziului. Există numeroase alternative pentru utilizarea internetului în siguranță: de exemplu, o tabletă sau un computer, care sunt mai ușor de controlat și pot rămâne acasă atunci când nu sunt necesare. Fără a uita posibilitatea utilizării unui „telefon clasic” atunci când este nevoie de comunicarea cu părinții.
Pentru mai multe informații: „Digital și copii: noile recomandări ale Societății Italiene de Pediatrie”
https://sip.it/2026/01/27/digitale-e-bambini-le-nuove-raccomandazioni-sip/

CUM ALEGEM JOCURILE VIDEO ȘI CONȚINUTURILE VIDEO? Sistemul PEGI ne ajută să identificăm vârsta recomandată pentru fiecare joc video disponibil pe piață: www.pegi.info. O atenție deosebită trebuie acordată jocurilor online care permit contactul cu persoane necunoscute. De asemenea, alegerea videoclipurilor și a serialelor TV necesită atenție: multe platforme dispun de filtre, iar altele necesită supravegherea părinților. Sistemele de control parental sunt instrumente utile și sunt disponibile pe aproape toate dispozitivele.

REGULI, LIMITE ȘI ZILE „FĂRĂ ECRANE” Principalele recomandări ale specialiștilor sunt: evitarea utilizării ecranelor în timpul meselor, înainte de culcare (cu cel puțin 30 de minute înainte) și înainte de a merge la școală. Nu trebuie depășite două ore pe zi în total, fiind recomandate pauze frecvente și zile fără ecrane (în fiecare săptămână), pentru a favoriza activități alternative, socializarea și prevenirea dependenței digitale. Se recomandă evitarea utilizării dispozitivelor în dormitor și în locurile unde nu există supravegherea unui adult. Să nu uităm importanța exemplului oferit de adulți: de ce să nu organizăm zile fără ecrane pentru întreaga familie?

UTILIZARE CONȘTIENTĂ, POZITIVĂ ȘI EDUCATIVĂ Competențele digitale vor fi esențiale pentru viitorul copiilor noștri. Din acest motiv, este important să nu ne limităm doar la reguli, ci să discutăm și să reflectăm împreună cu copiii asupra activităților și intereselor lor din mediul online. Este important să susținem utilizarea creativă a tehnologiei și folosirea internetului pentru informare și învățare, colaborând cu ceilalți părinți și cu profesorii pentru a dezvolta conștientizarea și competențele digitale ale adulților și copiilor.

PROTEJAȚI VIAȚA PRIVATĂ A COPILULUI DUMNEAVOASTRĂ Fiți atenți atunci când distribuiți online fotografii, videoclipuri și informații personale despre copiii noștri și prietenii lor: acestea rămân permanent disponibile și pot oferi informații persoanelor rău intenționate. De asemenea, să ne amintim că este interzisă publicarea online a fotografiilor altor minori fără acordul părinților acestora.

DEDICAȚI-I COPILULUI DUMNEAVOASTRĂ UN TIMP EXCLUSIV ȘI AUTENTIC Atunci când ne reîntâlnim la sfârșitul zilei sau ne jucăm împreună, să facem în așa fel încât timpul petrecut cu copiii noștri să fie exclusiv, dedicat în întregime lor și, pe cât posibil, fără smartphone-uri. Lectura și povestirea, mișcarea și creativitatea, experiențele în natură și socializarea sunt esențiale.

ALTERNATIVE LA TEHNOLOGIE ȘI ECRANE

Lectura și povestirea: cititul împreună și povestirea stimulează dezvoltarea cognitivă și emoțională încă din primele luni de viață.
Mișcare și creativitate: promovarea jocului, a activităților fizice, artistice și muzicale, a activităților practice și a curiozității contribuie la o dezvoltare armonioasă.
Experiențe în natură și socializare: plimbările în aer liber și momentele petrecute împreună cu alți copii reprezintă oportunități prețioase pentru a învăța să creștem împreună.