**Drogi Rodzicu, kiedy Twoje dziecko w wieku przedszkolnym sięga po media elektroniczne**

**Media elektroniczne** wykorzystywane są w dobie dnia dzisiejszego na każdym polu jak również w procesie edukacyjnym,

Współczesne dzieci dość szybko zapoznają się z komputerem, smartfonem czy tabletem (można powiedzieć, że urodziły się z myszką w ręku).

Pamiętajmy jednak, że media elektroniczne maja ogromny wpływ na rozwój dziecka w wieku przedszkolnym w sferze:

* Fizycznym – wady postawy, nadwyrężenie mięśni nadgarstków, usztywnienie partii mięśniowych kręgosłupa, podrażnienie błony śluzowej oczu, nosa, krtani, tiki;
* Emocjonalnym – małe dziecko nie jest w pełni rozróżnić tego, co jest rzeczywistością, a co fikcją - tłumaczenie, że to tylko bajka lub gra może nie wystarczyć, często utożsamiają się z bohaterami;
* Moralnej – nawiązywanie kontaktów z niebezpiecznymi osobami;
* Społecznym – trudności adaptacyjne w grupie rówieśniczej, niska komunikatywność, trudności w rozwiazywaniu problemów, tendencje do izolowania się, brak zainteresowania nowymi rzeczami;

Intelektualnej – zubożenie słownictwa, szybkie tempo mowy, brak koncentracji

**Watro pamiętać:**

* Dziecko do 3 roku życia nie powinno korzystać z urządzeń medialnych – urządzenia te ograniczają rozwój dziecka;
* Dziecko do 7 roku życia powinno spędzać przy ekranie komputera maksymalnie 20 minut;
* Po obejrzeniu bajki, filmu, zagraniu w grę powinno poruszać się, zjeść coś, napić się, popatrzeć przez okno,
* Monitor komputera, ekran telewizyjny powinny znajdować się w odpowiedniej odległości od twarzy dziecka (około 50cm)
* Jeśli dziecko korzysta z telefonu komórkowego, należy zachęcać je do używania zestawu głośnomówiącego,
* Dziecko nie powinno spożywać posiłków korzystając jednocześnie z mediów elektronicznych,
* https://ostrzegamy.online/urzadzenia-ekranowe-ograniczaja-rozwoj-dziecka/

**POZYTYWNA PROFILAKTYKA i NAWYKI – TO MY**