

SCUOLA DELL'INFANZIA PATTO DIGITALE TRA FAMIGLIE

SI AL DIGITALE, MA NEI TEMPI E NEI MODI GIUSTI!

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 emerge l'idea di questo **Patto Digitale** tra famiglie nato grazie al **confronto tra genitori, professionisti, scuola e associazioni.**

LE 6 REGOLE - SCUOLA DELL'INFANZIA

1. **DIGITAL FREE:** I dispositivi digitali personali (smartphone, tablet, ecc.) non sono necessari in questa fase della crescita: privilegiamo esperienze concrete e relazioni dirette
2. **IN RETE ACCOMPAGNATI:** La **visione di video** o contenuti online è un momento da vivere insieme, in **compagnia di un adulto** che possa commentare, spiegare e scegliere insieme ciò che è adatto.
3. **GLI SCHERMI NON SONO BABY SITTER NE' CALMANTI:** Cerchiamo di riservare **momenti senza schermi** — come i pasti, il sonno o le situazioni di forte emozione — a gesti, parole e presenza reale, che aiutano il bambino a ritrovare calma e sicurezza.
4. **GIOCO LIBERO E NOIA CREATIVA:** Valorizziamo il **gioco libero**, il movimento, la **noia creativa** e l'incontro con gli altri come spazi fondamentali per la crescita.
5. **DIAMO IL BUON ESEMPIO:** I bambini imparano soprattutto osservandoci: proviamo a **dare l'esempio** anche nel nostro rapporto con il digitale.
6. **EDUCAZIONE DIGITALE:** Scuola, famiglie e comunità collaborano per **promuovere insieme un'educazione digitale positiva**, con attività, incontri e laboratori che coinvolgano grandi e piccoli.



Per sottoscrivere il Patto inquadra il QR o clicca qui xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

QUALI RISCHI?

Le ricerche scientifiche ci dicono che l'uso 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.

COMPROMISSIONE DELLA REPUTAZIONE ON LINE (SHARENTING) → Le "tracce digitali" che sedimentiamo nel web condividendo le immagini e i video dei bambini diventano parte della loro identità digitale. Questo potrebbe avere conseguenze anche gravi a lungo termine.

DOMANDE E APPROFONDIMENTI

LASCIAMO SPAZIO ALLE ESPERIENZE UTILI

Nella prima infanzia i bambini apprendono attraverso i **5 sensi**, il **movimento** del corpo nello spazio e attraverso la **relazione** con l'altro. Ecco perché è bene favorire le attività che prevedono il **gioco** all'aria aperta, di ruolo con altri bambini e le attività che stimolano la motricità sottile.

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. (console comprese).

REGOLE, LIMITI E GIORNATE "SENZA SCHERMI"

I consigli principali degli esperti: **niente schermi durante i pasti, prima del sonno** (almeno mezz'ora prima) e prima di andare a scuola. Non superare **un'ora totale al giorno** con pause frequenti e giornate di pausa dagli 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?

NOIA? PERCHÉ NO!

Gli **spazi vuoti** da attività prestabilite o da intrattenimenti digitali sono necessari per i bambini per dar loro la possibilità di **auto-organizzarsi** e trovare autonomamente strategie per superare piccole sfide (capacità di attendere, di gestirsi il tempo, di imparare a stare con sé stessi e di ascoltare i propri bisogni).

Saranno **capacità ed esperienze preziose** per il loro futuro!

