



General | Criar.cat | Actualitzat el 01/02/2024 a les 07:00

Com fer un bon ús de les pantalles en l'etapa 0-6 anys?

Un decàleg de la Plataforma per a l'Educació Mediàtica destinat a famílies i mestres

[inicentrareport]La **Plataforma per a l'Educació Mediàtica** (PEM), liderada pel Consell de l'Audiovisual de Catalunya (CAC), ha elaborat un conjunt d'**orientacions pedagògiques** sobre l'ús de les **pantalles** en les diferents etapes de la vida, des de la primera infància fins a l'edat adulta.

Us recollim, a continuació, les recomanacions per a l'**etapa 0-6 anys**:

[GotaVerdaPle] Entre els **0-3 anys**, evitem-ne l'ús.

[GotaVerdaPle] Entre els **3-6 anys**, 1 hora màxim al dia amb la supervisió d'un adult.

[GotaVerdaPle] A partir dels **7 anys**, més consens i flexibilitat segons maduresa de l'infant.

[GotaVerdaPle] Evitem que les pantalles serveixin per entretenir quan mengen, per adormir-los o perquè es tranquil·litzin

[GotaVerdaPle] Les estones de consum digital compartides amb els infants poden ser oportunitats per construir junts un codi d'ús que sigui segur, responsable i serveixi per crear vincles.

[GotaVerdaPle] A edats primerenques, els límits i les normes de consum han de ser definides pels adults. A mesura que l'edat avança, cal explicar el sentit de les normes i la necessitat que es respectin.

[GotaVerdaPle] La manera com els adults fem servir les pantalles és un model i un mirall. Fem-ne un ús moderat per ser un bon exemple.

[GotaVerdaPle] Diversifiquem les activitats per crear un vincle més fort, de més confiança i més seguretat. L'ús de les tecnologies no pot ser-ne en cap cas, l'únic, i cal afavorir altres activitats com llegir contes en veu alta, fer puzzles o construccions i activitats a l'aire lliure.

[newsletter-criar][ficentrareport]