



„Моя дитина завжди сидить в телефоні...“

Рекомендації щодо використання ЗМІ в позаурочний час

Смартфон, планшет і комп'ютер є цінними інструментами і супутниками в повсякденному житті, але в той же час можуть завдати шкоди при неправильному використанні. Рекомендації в цій інформаційній пам'ятці інформують батьків, як керувати інтересами своїх дітей до технологій та контролювати використання ними засобів масової інформації. Рекомендації обмежуються найважливішими аспектами, щоб зробити використання максимально простим.

Загалом, батьки повинні активно підходити до теми використання медіа, самі розбиратися з застосунками та додатками і активно обговорювати їх разом зі своїми дітьми.

Перед початком школи

Діти дошкільного віку не повинні володіти власними пристроями. Дітям цього віку можна дозволити використовувати їх за певної мети і протягом обмеженого періоду часу, щоб делікатно навчитися користуватися цифровими носіями і програмами:

- Використання засобів масової інформації тільки в присутності батьків
- Розваги з іграми або споживання відео максимум 30 хвилин на день із змістом, відповідним до віку
- Спілкування через Skype, Facetime і WhatsApp тільки разом з батьками

Під час відвідування школи

До 7 класу слід пам'ятати: смартфон знаходиться поза зоною досяжності дітей під час виконання домашніх завдань. Батьки повинні знати і дозволяти, які програми, ігри та розважальні засоби масової інформації використовуються. Час, зазначений по класах у наведених нижче рекомендаціях, є максимальним часом для кожного дня; менше використання в один день не може призвести до більш тривалого користування в інший день. Залежно від таких факторів, як успішність у школі та фізична активність дитини, рекомендації можуть відхилятися. Якщо дитина має хороші оцінки та активно займається фізичними видами спорту (не кіберспортом!), дозволене використання засобів масової інформації може бути збільшене. Якщо дитина має погані оцінки або не дуже активна, слід додатково обмежити використання медіа.

Рекомендації по класах 

Рекомендації по класах

1-й + 2-й клас

У перші два роки навчання в школі діти ще не повинні володіти власними пристроями. Виняток становить простий мобільний телефон, якщо він потрібен. Використання засобів масової інформації має відбуватися насамперед у присутності батьків.

Розваги за допомогою ігор або відео*
Макимум 30 хв

Звичайні програми зв'язку**
Skype, Facetime, WhatsApp

Загальне споживання медіа***
максимум 60 хв

3-й + 4-й клас

З 3-го класу може бути важко уникнути того, що у дітей є власний смартфон. Час використання медіа, тим не менш, залишається незмінним, контент адаптується. Використання може все частіше відбуватися без присутності батьків, але зміст все одно потрібно контролювати.

Розваги за допомогою ігор або відео*
Макимум 45 хв

Звичайні програми зв'язку**
WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok

Загальне споживання медіа***
максимум 60 хв

5-й клас

Після переведення в середню школу як Mittelschule, Realschule або Gymnasium діти повинні заново адаптуватися. Використання засобів масової інформації може бути розширено.

Розваги за допомогою ігор або відео*
максимум 60 хв

Звичайні програми зв'язку**
WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok

Загальне споживання медіа***
максимум 90 хв

6-й + 7-й клас

Використання мультимедіа може бути розширено індивідуально.

Розваги за допомогою ігор або відео*
Макимум 75 хв

Звичайні програми зв'язку**
WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok

Загальне споживання медіа***
Макимум 120 хв

8-й - 10-й класи

Починаючи з 8 класу, дитина повинна самостійно встановити ліміт використання медіа на тиждень.

ВАЖЛИВО: Якщо дитина показує погані оцінки, малу фізичну активність або майже не підтримує соціальні контакти з однолітками, рекомендації 6-го + 7-го класу слід продовжити на один, а можливо, і на два роки.

Розваги за допомогою ігор або відео*
максимум 14 годин на тиждень

Звичайні програми зв'язку**
WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok

Загальне споживання медіа***
макс. 21 година на тиждень

* Зміст має відповідати віку.

** Наведені вище застосунки відображають сьогоденну реальність життя багатьох батьків та учнів. Зверніть увагу на будь-які відхилення щодо використання додатків, згідно віку та чинного законодавства. (Деякі із згаданих додатків офіційно дозволені лише з вищого віку).

*** Плюс використання засобів масової інформації в рамках шкільної програми та вибрані батьками освітні програми/додатки для отримання знань.

Додаткова інформація

Наступні сайти пропонують дуже хорошу, вичерпну інформацію на тему використання цифрових медіа:

www.medien-kindersicher.de

Налаштування безпеки для дітей та підлітків для всіх популярних пристроїв і додатків. Персоналізований сервіс оновлення для нових розробок.

www.klicksafe.de

Вичерпна інформація про належне використання засобів масової інформації. Корисна сторінка для огляду.

www.handysektor.de

Стислі описи популярних медіа та ігор. Добре для розуміння та спілкування.

