

وقت التكنولوجيا للرضع والاطفال الصغار

لأننا نستعمل التكنولوجيا كل يوم بأشكال كثيرة، يعتاد أن يتفاعل الرضع والاطفال الصغار مع الأجهزة الإلكترونية بشكل باكر. نعرض لكم هنا بعض الاساليب لكي يجد الأهالي ومقدمو الرعاية توازناً صحياً مع وجود التكنولوجيا والأجهزة الإلكترونية في حياتهم.

استخدموا التكنولوجيا معا

تكلّموا وتفاعلوا أثناء استخدامكم للتكنولوجيا. المحادثات تساعد طفلكم على فهم ما يرى وكيف تعمل التكنولوجيا. تكلّموا عن المحتويات لمساعدة طفلكم على فهم ما يرى.

كن أسوة حسنة

طفلكم يرى استعمالكم للتكنولوجيا، التي قد تشتبك مع روتينكم اليومي. انزل الجهاز من يدك واعط طفلك اهتمامك بشكل كامل. استخدم الاجهزة الالكترونية بعيداً عن امكنة الطعام والنوم.

حقّق التوازن في وقتك

الرضع والاطفال الصغار يحتاجون للممارسة اليدوية مع أشياء حقيقية. يستفيدون بشكل أمثل من تفاعلاتهم مع الناس عبر اللعب والمحادثات. استعمال التكنولوجيا لإكمال النشاطات الأخرى بدل الاعتماد على التكنولوجيا لترفيه أو تعليم أو اشغال وقت طفلك.

اختر بحكمة

اختر البرامج الملائمة لفئة عمر طفلكم. يمكن للرضع والاطفال الصغار (دون ال ١٨ شهر) المشاركة في مكاملة فيديو تفاعلية مع الأقارب، ولكنهم لا يستفيدون من البرامج والألعاب التي تدّعي أنّها تزيد ذكاء الأطفال. الأطفال الصغار بين ١٨ و ٣٦ شهر قد يستفيدون من برامج بسيطة موجهة للأطفال، مع مساعدة من الأهالي.



تذكر السلامة

الأطفال الصغار ينجذبون للأضواء الوامضة والشاشات. سلامة الطفل ضرورية، خصوصا مع الالكترونيات الثقيلة كالتلفاز ذات الشاشة الكبيرة لأنها قد تقع.

English Title: Tech Time for Infants and Toddlers



13 Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>

