

PATTO DIGITALE FAMIGLIE IN RETE TORINO

SCUOLA PRIMARIA

1. PRIMARIA SMARTPHONE-FREE



Evitare la **consegna di uno smartphone personale connesso alla rete** nel corso della scuola primaria.

Ci sono altre soluzioni per avvicinarsi al digitale con maggior sicurezza e gradualità.

2. PARTECIPAZIONE ATTIVA E CONSAPEVOLE DEI GENITORI AL PROGETTO



Gli adulti (genitori, educatori e insegnanti) si impegnano a favorire un utilizzo attivo, creativo ed equilibrato delle tecnologie anche attraverso **momenti condivisi dedicati all'educazione e alla consapevolezza digitale**.

Attraverso momenti di formazione specifica per i genitori, suggerimenti di letture, incontri con esperti, cineforum, attività pratiche insieme.

3. REGOLE PER L'UTILIZZO DEI DISPOSITIVI **parola d'ordine: gradualità**

● IN RETE SOLO SE ACCOMPAGNATI:

Consentire la navigazione e la ricerca di contenuti online **solo con la supervisione dell'adulto**, bloccando i contatti con sconosciuti anche nei videogame online.

● APP E SOCIAL IN REGOLA CON L'ETÀ:

No all'utilizzo autonomo dei **Social prima dei 13 anni**, in accordo con la legge.

Verifica dei contenuti e dell'età adatta di App, videogiochi, contenuti video, canali YouTube, serie tv e film guardati dai nostri figli.

● LUOGHI E ORARI DEFINITI PER L'UTILIZZO:

Stabilire regole su orari e luoghi di utilizzo che favoriscano una supervisione degli adulti. Evitare schermi in camera da letto, durante i pasti e in momenti di socialità e gioco. Controllare le ore complessive di utilizzo e prevedere regolarmente giornate senza schermi.

QUALI RISCHI?

● 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.

● REATI E PERICOLI ONLINE

Violazione privacy, insulti e offese online, cyberbullismo, contatti con malintenzionati, emulazione di sfide pericolose online.

APPROFONDIMENTI

● C'È UN'ETÀ GIUSTA PER LO SMARTPHONE?

Secondo il parere di numerosi esperti lo smartphone personale non è adatto durante la scuola primaria. In molti consigliano anzi di aspettare almeno fino alla seconda media. Ci sono molte alternative per usare internet in sicurezza: ad esempio un tablet o un PC, più facili da controllare e da lasciare a casa quando non servono!

● 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

● REGOLE, LIMITI E GIORNATE "SENZA SCHERMI"

I consigli principali degli esperti: evitare gli schermi durante i pasti, prima del sonno (almeno mezz'ora prima) e prima di andare a scuola. Non superare le due ore totali al giorno, fare pause frequenti e giornate senza 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?

● USO CONSAPEVOLE, POSITIVO E DIDATTICO

Le competenze digitali saranno fondamentali nel futuro dei nostri ragazzi. Per questo motivo è importante non limitarsi alle regole, ma parlare e ragionare con i propri figli su ciò che fanno e che li interessa online. Sostenere l'utilizzo creativo e l'uso della rete per informarsi e per imparare cose nuove alleandosi con gli altri genitori e con gli insegnanti per arricchire la consapevolezza e la competenza digitale di adulti e ragazzi.

Sottoscrivendo il presente documento ci impegniamo e ci sfidiamo a rispettare nella quotidianità le seguenti regole decise insieme per promuovere, sia nella nostra casa sia nella comunità, un uso sano, responsabile e creativo dei media digitali

Sottoscrivi il patto delle Famiglie in Rete di Torino su: www.pattidigitali.it/famiglie-torino/