

Médias numériques



Un guide pour les parents et leurs enfants

Französisch

L'offre est abondante

Tablettes, télévisions, téléphones portables, consoles de jeux, iPods, internet...

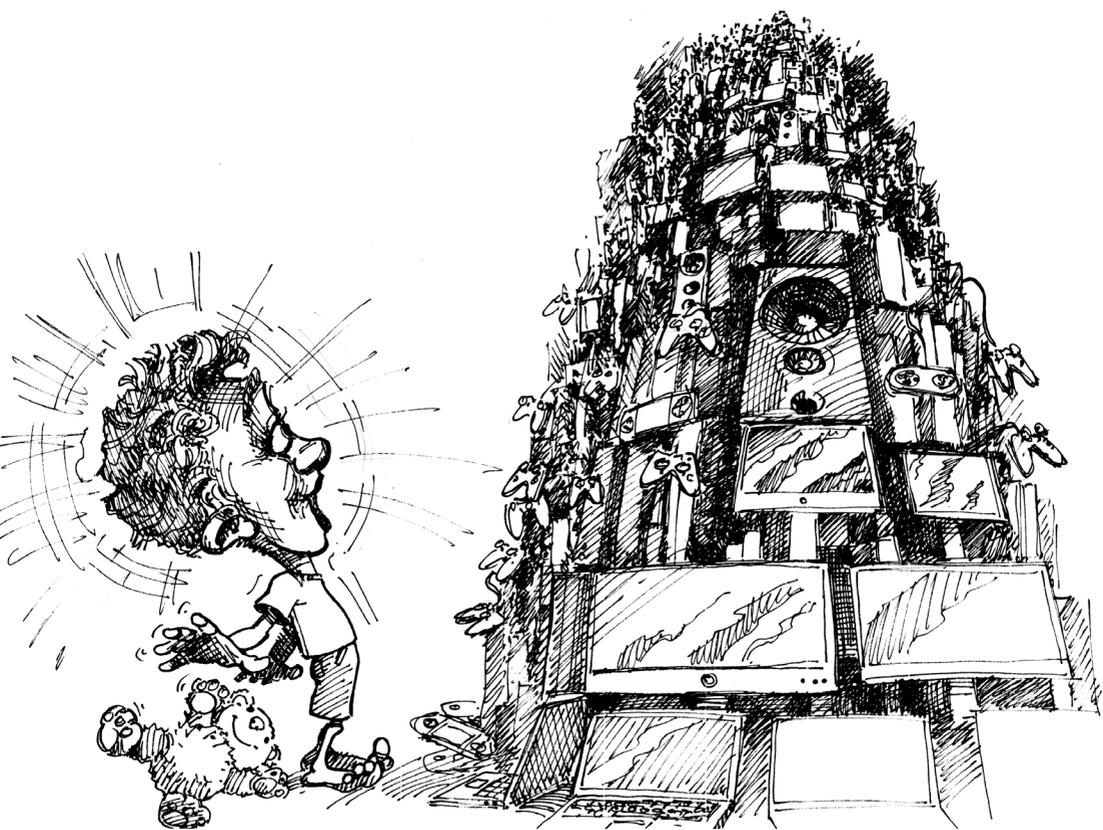
L'acquisition du langage des enfants se fait au travers des interactions directes avec les autres. Aucun enfant n'apprend une langue uniquement en utilisant des médias !

L'offre des médias numériques est très vaste. D'une part les nouveaux médias peuvent être très utiles et amusants. Mais d'autre part, ils peuvent aussi nous distraire rapidement et même nous rendre dépendants.

Il est donc important d'apprendre aux enfants **comment utiliser les nouveaux médias** :

- **raisonnablement**
- **en fonction de l'âge**
- **de manière responsable**

ante !



Des règles et des acco

Discutez des points suivants avec votre enfant

Ce que l'enfant peut regarder et à quoi il peut jouer

Adapté à l'âge

Les programmes de télévision, les DVD, les films, les jeux vidéos et les sites web doivent être adaptés à l'âge de votre enfant.

Dans quelles langues?

Veillez à ce que l'utilisation des médias se fasse dans la langue maternelle de votre enfant ou en allemand.

Protection des enfants et des jeunes

Activez le contrôle parental et les filtres sur tous vos appareils.



ords sont nécessaires

Le temps est important

Quand

Convenez avec votre enfant de l'heure à laquelle il peut utiliser la télévision, l'ordinateur, la console de jeux ou la tablette.

Eteindre

Ensuite l'appareil numérique doit être éteint et rangé.

Combien de temps?

Par jour, les experts recommandent au maximum:

jusqu'à 3 ans.....	0 minutes
3-5 ans	30 minutes
6-9 ans	45 minutes
10-13 ans	60 minutes
à partir de 14 ans.....	90 minutes



Des règles et des acco

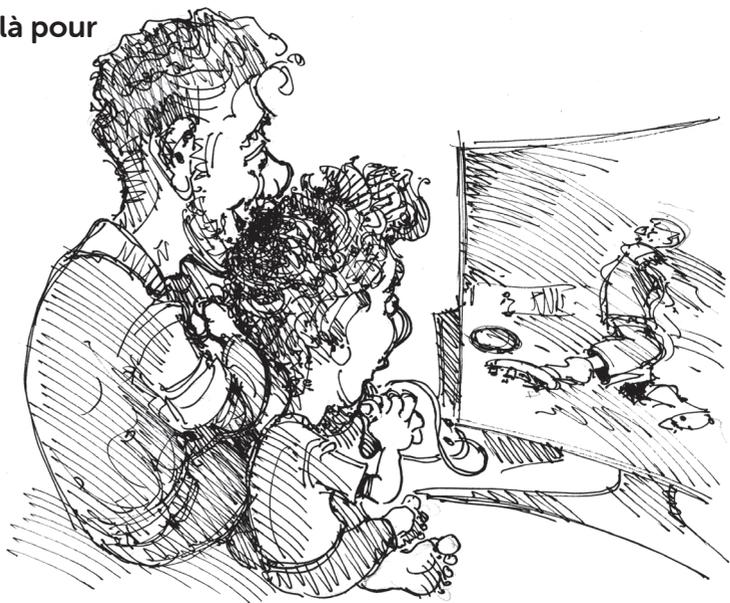
Accompagner son enfant

Ensemble

Le partage des expériences numériques offre à votre enfant des moments agréables et la possibilité d'échanger. Les enfants ont besoin de discuter pour élaborer ce qu'ils ont vécu et pour clarifier leurs questionnements. Ainsi, ils apprennent de nouveaux mots et s'entraînent à raconter des histoires. **Soyez là pour votre enfant!**

Vérification

Vérifiez les applications et les programmes qui sont installés. Vous pouvez ainsi savoir ce qui intéresse votre enfant, ce qu'il utilise et pendant combien de temps.



ords sont nécessaires

Pourquoi est-ce important?

Des règles et des limites

Des règles et des limites claires aident l'enfant à se les approprier et à les respecter. Cela lui assure une certaine sécurité et une ligne directrice.

Établir les bases

De cette façon, vous définissez les bases d'une utilisation responsable des médias numériques sans les diaboliser.

Être cohérent

Un comportement cohérent aidera votre enfant à accepter et à suivre les règles.



Il existe de nombre

Que peut-on faire lorsque le temps convenu pour l'utilisation des médias numériques est terminé ? Les possibilités sont multiples !

Montrer l'exemple

Comment, en tant que parents, utilisez-vous votre temps sans les médias?

En tant que parent vous êtes **un modèle** important. Les enfants apprennent beaucoup en imitant les autres.

Donnez l'exemple en laissant la télévision éteinte le plus souvent possible, la tablette dans le tiroir ou le téléphone portable dans votre poche.

uses alternatives!

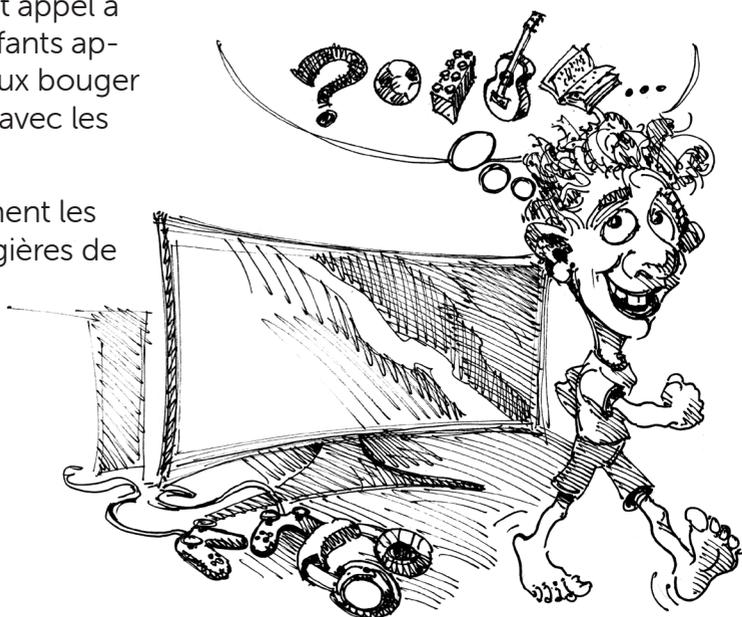
En avant pour l'aventure

Jouer avec des jouets ou au grand air aide votre enfant à découvrir le monde réel par lui-même.

Le sport et le jeu font appel à tous les sens. Les enfants apprennent ainsi à mieux bouger et à interagir les uns avec les autres.

Cela favorise également les compétences langagières de votre enfant.

Les jeux et les médias numériques devraient toujours constituer la plus petite partie du temps de loisir.



Il existe de nombreuses alternatives!

Actif à travers le jeu

Le jeu n'est pas seulement une activité de loisir, mais une préparation idéale à la vie. Votre enfant développe des intérêts différents et découvre ce qu'il aime et ce qu'il n'aime pas.

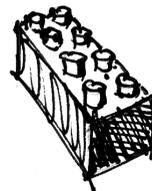


Peinture et dessin

Peindre et dessiner permet de découvrir les couleurs, les formes, l'espace, les proportions, les contrastes. Cela développe également la motricité fine et la vision.

Bricolage et Travaux manuels

Beaucoup d'enfants aiment bricoler. Ce faisant, ils développent leur imagination, apprennent à planifier, à faire des liens et à manipuler différents matériaux.



Sport

L'exercice augmente les performances physiques, favorise une musculature forte et des os solides. La posture devient plus stable, le cœur et les poumons fonctionnent mieux.

Cela signifie : plus d'oxygène dans le cerveau pour une réflexion plus performante.

Musique

Apprendre à jouer d'un instrument de musique favorise la compréhension du rythme, de l'harmonie et des mathématiques.

Faire de la musique favorise la créativité et est un moyen d'expression des sentiments.



Cuisine et pâtisserie

La cuisine et la pâtisserie offrent une expérience sensorielle. De

plus, votre enfant apprend à manger sainement et à manipuler les aliments.



Livres d'images et livres de lecture

Les livres sont très importants pour le développement du langage et pour la découverte du monde! Ils favorisent également la mémoire et stimulent l'imagination.



Jouer avec d'autres enfants



En jouant ensemble, les enfants apprennent à se mettre d'accord, à résoudre les conflits entre eux et tirent profit des compétences des

uns et des autres.



Les enfants ont besoin de temps

Il n'est pas toujours nécessaire de tout organiser et planifier.

L'ennui est important ! C'est ainsi que de nouvelles idées de jeux émergent.

Vous trouverez ici de plus amples informations sur le sujet:

- www.bsgl.ch/digitalemedien
- **Medienbriefe - SCHAU HIN!**
www.schau-hin.info
Vous trouverez ici des articles des médias avec des conseils concis pour les groupes d'âges de 3 à 13 ans.
- **Commander la brochure sur**
www.bsgl.ch/digitalemedien

Publié par:

Berufsverband St.Galler Logopädinnen und Logopäden BSGL



Avec l'amiable soutien de:

Kantonaler Lehrerinnen- und Lehrerverband St. Gallen (KLV)
Deutschschweizer Logopädinnen- und Logopädenverband (DLV)
Schweizer Hochschule für Logopädie Rorschach (SHLR)

Références

Kinderschutzzentrum St.Gallen
jugendundmedien.ch
kindergesundheit-info.de
schau-hin.info/service/medienbriefe
medienanstalt-nrw.de

Conception, création et composition

Prozessor Werbung SGD, St.Gallen

Illustrations

Christo Dagorov, Rorschach