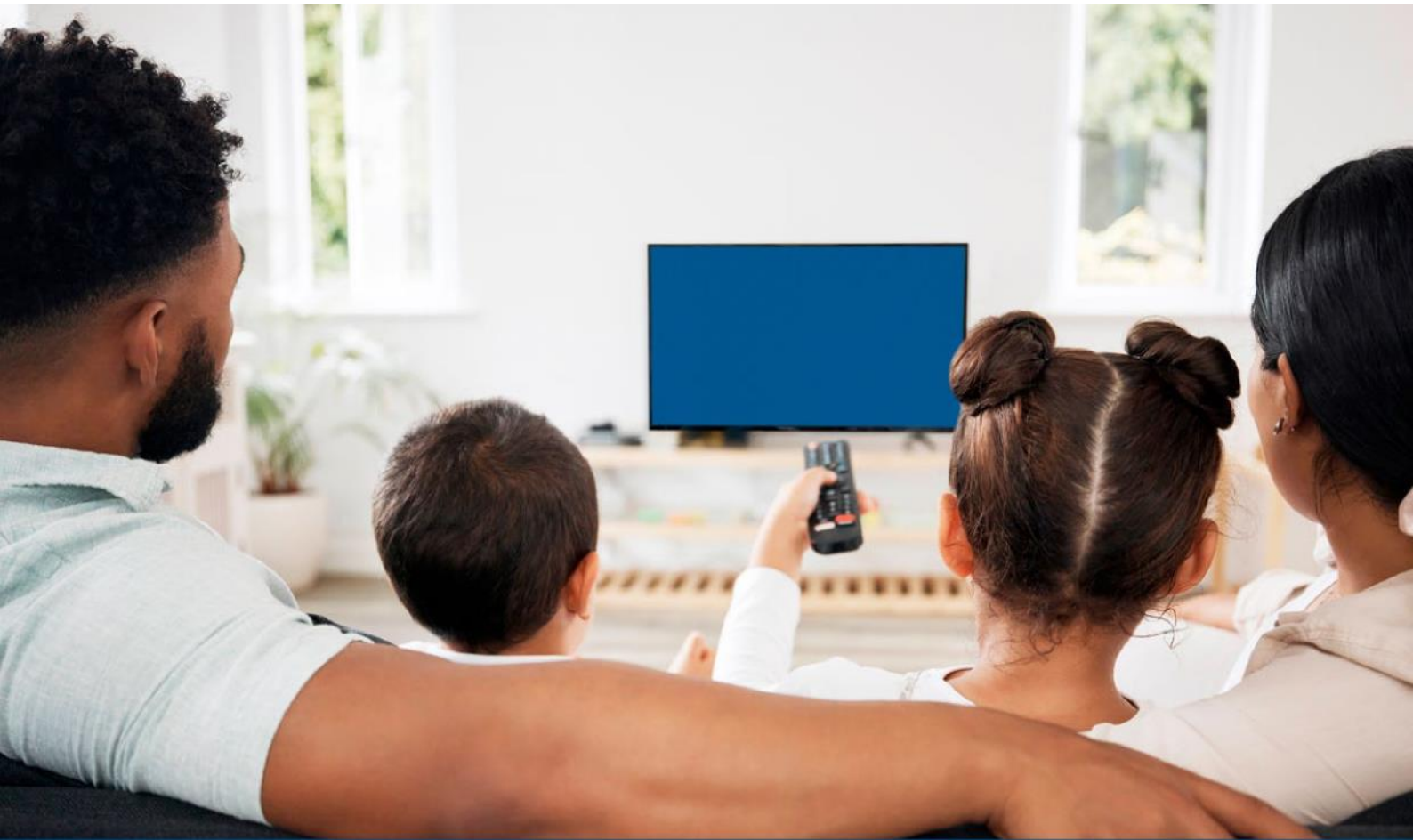




LASTE EKRAANIAEG JA KEELELINE ARENG

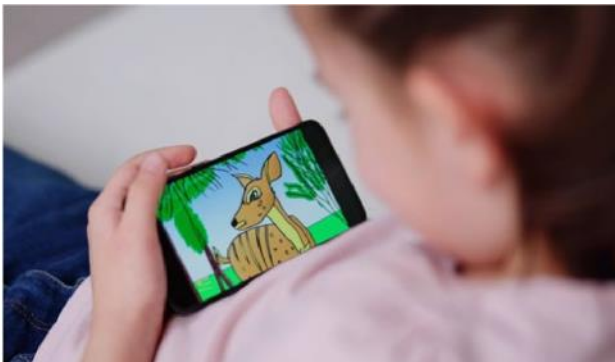


Selle juhendi eesmärk on anda teavet ekraaniaja mõjust lapse keelelisele arengule ja pakkuda juhiseid ekraaniaja haldamiseks.

Kuidas keel areneb?

Laps omandab keele teiste inimestega suheldes. Keelelist arengut soodustab muu hulgas see, et laps ja vanem jagavad ühte tähelepanu objekti (nt raamatu vaatamine, mänguasjast rääkimine). Keelelist arengut toetab ka see, kui vanem reageerib lapse suhtlusalgatustele ning kui vanema kõne on suunatud lapsele ja vastab lapse oskustele.

Lapsed vajavad ka täiskasvanute keeleliselt rikast eeskujut, näiteks uute sõnade õppimiseks. Kui vanem loeb lapsele raamatut ette ja kui koos lapsega vaadatakse raamatust pilte, kuuleb laps mitmekesist sõnavara ning erinevaid lauseid ja keelestruktuure.



Ekraaniaeg võib neid olulisi silmast silma suhtlussituatsioone halvimal juhul segada või vähendada, mistõttu laps ei saa talle vajalikku sotsiaalsete olukordadega seotud praktikat ja keelelist eeskujut.

Ekraaniaja mõju keelelisele arengule

Lapse ekraaniaeg

Lapse liigne ekraaniaeg võib takistada keelelist arengut. Mida nooremas eas hakatakse erinevaid digiseadmeid kasutama, seda suurem on ekraaniaja mõju lapse keeleliste oskustele.

MIKS?

- Lapsel on vähem võimalusi täiskasvanuga silmast silma suhelda.
- Liigne ekraaniaeg võib takistada lapsel igapäevaelu kogemist ja ümbritseva keskkonna jälgimist.
- Ekraanilt õppimine pole nii efektiivne kui silmast silma õppimine. Alla 2-aastastel lastel on eriti raske uusi asju ekraani kaudu õppida.
- Ekraaniaeg võib mõjutada ka laste keskendumisvõimet, eneseregulatsiooni ja sotsiaalseid oskusi. Need on seotud keelelise arenguga.



Vanema ekraaniaeg

Mida rohkem vanemad digitaalseid seadmeid kasutavad, seda tõenäolisemalt on lapsel liiga palju ekraaniaega.

Vanema enda ekraaniaeg, näiteks telefoni kasutamine, võib katkestada ja vähendada lapse ja vanema vahelisi suhtlussituatsioone ning seeläbi mõjutada lapse keelelist arengut.

MIKS?

- Vanemate eeskuju ekraaniaja kasutamisel kujundab koduseid ekraaniaja harjumusi.
 - Kui vanem on keskendunud ekraani vaatamisele, siis ei pööra ta tavapärasel viisil tähelepanu lapsele ega lapse suhtlusalgatustele.

Ühine ekraaniaeg

Ekraaniaeg koos vanemaga vähendab ekraaniaja kahjulikke mõjusid.

Vanemate laste puhul võib koos ekraanide ees veedetud aeg uute sõnade õppimist isegi soodustada.

MIKS?

- Kasu seisneb selles, et vanem vaatab saadet koos lapsega ning kommenteerib aktiivselt ekraanil toimuvaid sündmusi ja seostab neid reaalse maailmaga kas samal ajal või pärast saate lõppu.
- Eakohased ja harivad saated võivad last motiveerida uusi asju õppima.

Ekraaniaja soovitused

- **0–2-aastased lapsed:** ekraaniaega pole üldse vaja.
- **Eelkooliealised lapsed:** alustada nii hilja kui võimalik. Maksimaalselt üks tund päevas eakohaseid saateid ja mängu. Nii tihti kui

võimalik koos vanemaga.

- **Algkooliealised lapsed:** maksimaalselt kaks tundi päevas eakohaseid saateid ja mängu, aga isegi see võib olla liiga palju. Vanem võiks jälgida lapse käitumist pärast ekraaniaja lõppu. Näiteks kui ekraaniaeg põhjustab rahutust või ärrituvust, tuleks ekraaniaega vähendada.



Juhised ekraaniaja kasutamiseks ja haldamiseks

1. Veetke aega ekraanivabalt. Näiteks hommikused ja õhtused tegevused, söögiajad ja igapäevased sõidud võiks hoida ekraanivabad.
2. Laps võiks veeta igal võimalusel ekraaniaega koos vanemaga. Räägi lapsega sisust ja aita tal mõista ekraanil nähtut.
3. Vaata koos lapsega saateid kas oma kodukeeles või lapse lasteaia- või koolikeeles. Eelkooliealisel lapsel pole põhjust kuulda ekraanilt näiteks inglise keelt, kui see pole peres kasutatav keel.
4. Täiskasvanu valib ekraaniaja sisu vastavalt lapse ealisele tasemele. Teler on parem valik kui mobiilseadmed, sest telesisu on paremini hallatav.
5. Välti koos lapsega lühivideote (nt YouTube'i või sotsiaalmeediakanalite videoklippide) vaatamist. Need on kasvava lapse jaoks sisu poolest üldjuhul halvim võimalik valik.
6. Lapsevanemana analüüsi enda ekraaniaja kasutamist ja harjumusi.
7. Välti digitaalsete seadmete kasutamist emotsioonide ja keerulise käitumise (nt ärritumine, igavlemine, ootamine, kelleltki mänguasja äravõtmine) leevendamiseks ja tähelepanu kõrvalejuhtimiseks. Sellisel juhul ei harjuta laps emotsioonide reguleerimist ega mänguasjade teistega jagamist.
8. Ekraaniaja asendamine: tavalised igapäevategevused (toiduvalmistamine, koristamine, poeskäik), õues käimine, liikumine, joonistamine, mängimine, sõidu ajal ümbruse vaatlemine ja nähtust rääkimine.

