



Ministero dell'istruzione e del merito

Istituto Comprensivo Statale "Don Milani"

Via Don Milani snc – 20085 LOCATE DI TRIULZI (MI) – Tel. 02 90780494

CM MIIC88500B - e-mail: MIIC88500B@istruzione.it - PEC: MIIC88500B@pec.istruzione.it C.F. 97029000151

- IPA: istsc_miic88500B - CODICE UNIVOCO: UFG4BB

sito: <https://scuolalocate.edu.it>

VADEMECUM PER LE FAMIGLIE

per un uso consapevole del digitale a casa

(Scuola dell'infanzia – bambini 3-6 anni)

Premessa

La scuola dell'infanzia riconosce che alcuni strumenti digitali, se utilizzati in modo occasionale, guidato e intenzionale, possono rappresentare un supporto alle attività educative e alla comunicazione. Allo stesso tempo, la comunità educativa e scientifica concorda sul fatto che, nei primi anni di vita, un'esposizione eccessiva, precoce o non mediata ai dispositivi digitali possa avere effetti negativi sullo sviluppo globale del bambino.

Nei bambini dai 3 ai 6 anni l'apprendimento avviene principalmente attraverso:

- il gioco attivo,
- l'esperienza diretta,
- la relazione con adulti e pari,
- il movimento, il linguaggio e l'esplorazione sensoriale.

Il presente vademecum nasce con l'obiettivo di rafforzare l'alleanza educativa tra scuola e famiglia, offrendo indicazioni condivise per accompagnare i bambini a un primo e sano rapporto con il digitale, nel rispetto dei loro bisogni evolutivi.

1. Come viene utilizzato il digitale a scuola

Nella scuola dell'infanzia l'uso del digitale è **limitato, mediato e sempre subordinato al progetto educativo**, secondo i seguenti principi:

Uso educativo e intenzionale. Gli strumenti digitali (LIM, tablet iPad condivisi) possono essere utilizzati per brevi attività strutturate (ad esempio visione di immagini, ascolto di storie, supporto a progetti didattici), **solo** quando offrono un reale valore educativo e non sostituibile con altre modalità. Le insegnanti hanno cura di spiegare ai bambini perché in quel dato momento si ricorre al dispositivo.

Uso non continuo e non pervasivo. Il digitale **non sostituisce** il gioco, l'esperienza corporea, la manipolazione, la relazione e l'attività creativa, che restano centrali nel percorso educativo della scuola dell'infanzia.

Mediazione e supervisione degli insegnanti. Ogni utilizzo di strumenti digitali avviene **alla presenza e sotto la guida costante delle insegnanti**, che ne regolano tempi, contenuti e modalità, in funzione dell'età e dei bisogni dei bambini.

Educazione graduale alle prime regole

Nella scuola dell'infanzia l'educazione digitale si traduce soprattutto nell'accompagnare i bambini a:

- rispettare semplici regole condivise;
- attendere il proprio turno;
- riconoscere il tempo dell'attività e il tempo della conclusione;
- sviluppare attenzione, autocontrollo e ascolto.

2. Rischi di un uso eccessivo del digitale

Numerosi studi evidenziano come un'esposizione eccessiva ai dispositivi digitali nella fascia 3–6 anni possa essere associata a:

- riduzione dell'attenzione e della capacità di concentrazione;
- difficoltà nella regolazione emotiva;
- aumento dell'irritabilità;
- disturbi del sonno;
- minor interesse per il gioco simbolico e relazionale;
- riduzione del dialogo e della comunicazione.

La scuola vigila sul corretto utilizzo degli strumenti digitali durante le attività educative. Al di fuori dell'orario scolastico, la gestione dell'uso dei dispositivi digitali è responsabilità delle famiglie.

Si raccomanda:

- Non lasciare MAI che il bambino adoperi un dispositivo digitale da solo;
- Fissare – anche quando l'uso del dispositivo avviene in presenza dell'adulto – un tempo massimo di uso (si suggerisce di non superare i 30 minuti);
- Non usare MAI i dispositivi digitali come “*calmante*”;

È importante prestare attenzione se il bambino:

- fatica a interrompere l'uso del dispositivo;
- manifesta rabbia o agitazione quando lo schermo viene spento;
- preferisce il dispositivo al gioco;
- ha difficoltà a dormire;
- riduce l'interazione con adulti e coetanei.

In presenza di questi segnali è urgente rivedere le abitudini familiari legate all'uso del digitale.

3. Media balance: buone pratiche familiari

La scuola suggerisce alcune buone pratiche educative che possono favorire un rapporto equilibrato con il digitale in ambito domestico:

Tempi brevi e ben definiti. Limitare l'uso dei dispositivi a momenti brevi (non oltre 30 minuti alla volta) e programmati (per esempio, prima di cena), evitando un'esposizione prolungata o quotidiana.

Presenza dell'adulto. Non lasciare MAI che i bambini utilizzino i dispositivi digitali da soli. L'adulto accompagna, osserva, spiega e dialoga.

Nessun dispositivo prima di dormire. Evitare l'uso di schermi almeno un'ora prima del sonno, per favorire un riposo regolare e di qualità.

Momenti di disconnessione familiare. Privilegiare tempi senza schermi (per tutti i membri della famiglia), per esempio, al momento del pasto, quando si va al parco, quando si è in compagnia di altri bambini, al momento di andare a letto, quando il tragitto in auto è breve ecc.

Dare il buon esempio. I bambini apprendono soprattutto osservando: un uso equilibrato del digitale da parte degli adulti è il primo e più efficace messaggio educativo.

Favorire il gioco e le esperienze dirette. Il gioco libero, il movimento, la creatività, la musica, il disegno e la relazione sono fondamentali per lo sviluppo armonico del bambino.

4. Un'alleanza educativa

L'educazione al digitale, nella prima infanzia, è una responsabilità condivisa tra scuola e famiglia. Solo attraverso una collaborazione coerente è possibile accompagnare i bambini a costruire:

- sicurezza emotiva;
- prime regole di comportamento;
- capacità di attendere e rispettare i tempi;
- benessere e fiducia.

Il percorso di sviluppo è graduale e richiede tempo, cura e coerenza educativa.

Conclusione

Questo vademecum non intende imporre regole rigide, ma offrire una cornice educativa comune, nel rispetto dei bisogni evolutivi dei bambini. La scuola resta disponibile al dialogo e al confronto con le famiglie, nella convinzione che solo insieme sia possibile garantire una crescita sana, equilibrata e serena