

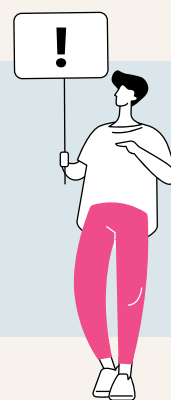
Kõneareng ja nutitarkus: soovitused lapsevanematele

0–2-aastased lapsed

Palju õnne uue pereliikme puhul! Lapse esimesed elukuud on täis avastamist ja õppimist nii lapsele endale kui ka vanemale. Lisaks söömis- ja magamisharjumuste kujundamisele on oluline toetada teadlikult lapse suhtlemisoskust ja kujundada kogu pere tervislikke ekraaniharjumusi. 80% aju arengust toimub esimese kolme eluaasta jooksul. Lapse põhivajaduste rahuldamiseks ja suhtlemisoskuste arenguks on vajalik sinu lähedus ja kohalolu.

HEA TEADA!

- Leia iga päev üks ühele aega oma lapse jaoks.
- Lapsega suhtlemise ajal pane ekraan kõrvale.
- Lapse kõne areneb igapäevaste vestluste käigus.



Logopeedide soovitused kuni 2-aastase lapse kõne arengu toetamiseks

SUHTLEMINE SAAB ALGUSE SÜNNIHETKEST

Beebi suhtleb sinuga nutu, naeratuste ja häälsuste kaudu. Vastates annad talle märku, et oled teda mõistnud.

LAPSEGA SUHELDES LOO SILMSIDE JA OLE TEMAGA SAMAL TASANDIL

Näost näkku suhtlemise käigus omandab laps oskusi ja teadmisi erinevate näoilmete, hääletooni ja suhtlusreeglite kohta. Neid oskusi ei arenda ükski ekraan.

SUHTLE LAPSEGA IGA PÄEV

Pea meeles, et laps õpib suhtlema ja rääkima sind jäljendades! Räägi sellest, mis lapsele huvi pakub. Näita lapsele, et suhtlemine on vajalik, ning paku talle rõõmu ja lähedust.

EELISTA VAIKSEID MÄNGUASJU

Mitteelektroonilised, nn vanakooli mänguasjad arendavad kujutlusvõimet ja loovust. Pea meeles, et ükski mänguasi ei õpeta last suhtlema ega rääkima.

VÄHENDA TAUSTAMÜRA

Lase lapsel keskenduda mängule ilma televiisori, raadio või nutiseadme helide ja pildita.

HOIA EKRAANID EEMAL SÖÖGILAUAST JA VANKRIST

Söögiaeg ja jalutuskäik on ideaalne aeg suhtlemiseks ja kõne arendamiseks.

OLE KOHAL IGAS HETKES

Pane telefon käest ja suhtle lapsega riietamisel, mähkmevahetusel, pesemisel – need on väärtuslikud suhtlushetked.

RAHUSTA LAST PÄRISLT, MITTE EKRAANIGA

Kui laps nutab, võta ta sülle, kallista, kiiguta, laula või kuulake koos rahulikku muusikat.

Ole nutitark lapsevanem – loo keskkond, kus su laps saab areneda!

Eesti Logopeedide Ühing ja Tervise Arengu Instituut ei soovita ekraaniaega lastele vanuses 0–2, välja arvatud videokõned lähedastega.

- Ole eeskujuks! Kui sina paned telefoni käest, õpib laps, et pärisuhtlus on olulisem kui telefon.
- Jälgi oma ekraanikasutusaega! Nutiekraanid on osa tänapäeva ühiskonnast. Kasuta neid teadlikult.
- Aruta perega, kuidas vähendada lapsega koos olles enda ekraaniaega.
- Määrake koos nutivabad ajad, näiteks söömis-, mängu- ja une-eelne aeg.
- Looge ekraanivabad alad, näiteks magamistuba ja söögilaud.
- Kasutage ekraani vaid videokõnedeks vanavanemate või sõpradega.

Rohkem infot:

www.elu.ee ja www.tai.ee/et/nuti

