

영유아 디지털 미디어 바른 사용 가이드라인: 유아용



자녀의 사진을
붙이세요.

영상으로 접하는 간접경험이 아닌,
직접 경험을 시켜주세요!



만3세

만4세

만5세

발달 단계



시냅스 가지치기를 통해 기억력, 문제해결능력 등 인지발달이 급격히 발달하는 시기입니다.



신체활동을 통해 대근육, 소근육이 발달하며, 시력은 만 7~8세에 완성됩니다.



폭발적 언어발달과 함께 사회적 관계가 확장되는 시기입니다.



세계보건기구(WHO) 권고 미디어 이용시간은 1시간 미만입니다.

바른 사용

1. 건강한 기기 사용법

- 스마트 미디어 **짧게 사용**하기(스크린타임 설정): 궁금증이 해결 되었으면 스마트 미디어를 내려놓아요.
- 보호자와 함께 보기(키즈전용 콘텐츠 설정): **유튜브, 안심하지 마세요!** 유해한 콘텐츠가 노출될 수 있어요.
- 눈 보호를 위해 **블루라이트 설정**을 해주세요!
- 바른 자세와 성장을 위해 **스트레칭**이 필요해요.

2. 건강한 정보 활용법

- 다양한 쓰임 알려주기(스마트렌즈, 사전 등 앱 활용): 날씨, 미세먼지, **궁금한 정보** 등을 찾을 수 있음을 알려주세요.
- 자녀 관심 콘텐츠로 자녀와 **이야기 나누기**: 일방적인 보고, 듣기만은 도움되지 않아요.
- 부모의 스마트폰 과의존 줄이기: 자녀들이 보고있어요. **엄마 아빠가 먼저 건강하게 이용**하는 모습을 보여주세요.

3. 놀이를 통해 성장하기

- 자녀가 평소 좋아하는 놀잇감(색종이, 색연필, 퍼즐, 그림책 등)으로 부모와 자녀가 함께 **외출용 kit**를 만들어보세요.
- 부모는 놀이 파트너! **아이가 주도하는 놀이를 함께해 주세요.** 놀이는 아동의 권리입니다.

* 가이드라인은 아이의 발달 단계와 환경에 따라 적절하게 사용하세요.