

العطاء الرقمي
Attaa Digital



الوالدية في العصر الرقمي

إدارة استخدام الأطفال للأجهزة الرقمية

د. هيفاء الروقي

أستاذ مساعد - جامعة الملك عبدالعزيز

دكتورة في أثر الأجهزة الرقمية على تطور اللغة لدى الأطفال

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

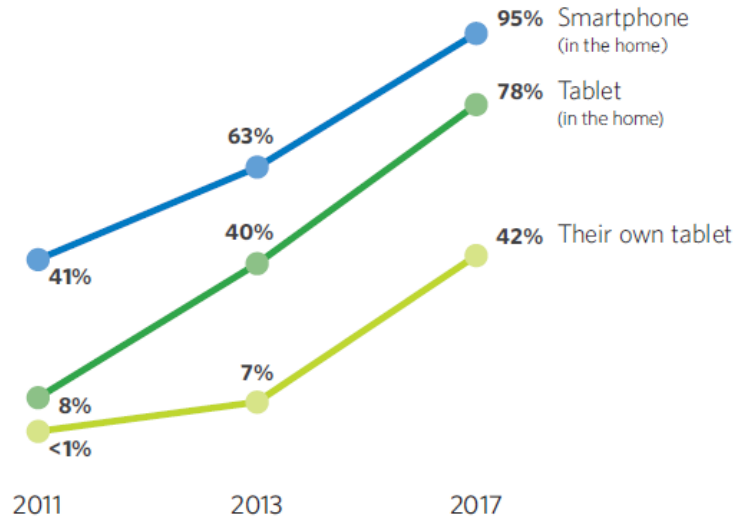
ماذا نعني بالشاشات؟



إحصائيات

FIGURE A. Mobile Devices in the Home, 2011-2017

Among 0- to 8-year-olds, those with:

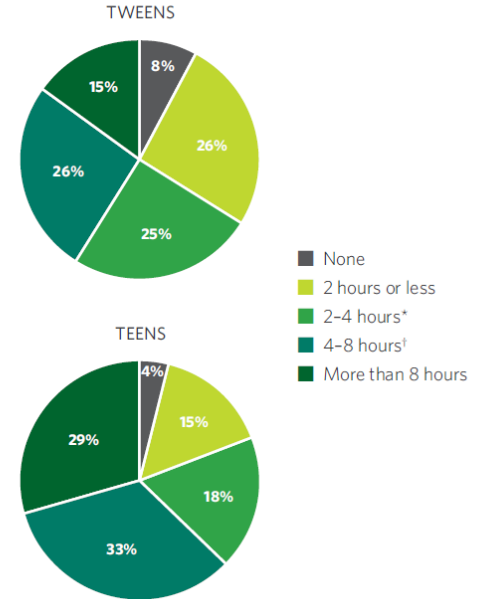


إحصائيات

معدل الاستخدام اليومي للأجهزة لدى الأطفال (0-8 سنوات) في الولايات المتحدة بحسب نوع الجهاز وعمر الطفل (بالساعات والدقائق)

نوع الجهاز	الكل	عمر الطفل			
	0 to 8	Under 2	2 to 4	5 to 8	
التلفزيون	:58	:29 ^a	1:09 ^b	1:04 ^b	
فيديو / DVD	:17	:06 ^a	:23 ^b	:18 ^b	
جهاز ذكي	:48	:07 ^a	:58 ^b	1:02 ^b	
كمبيوتر	:10	* ^a	:05 ^b	:20 ^c	
أجهزة ألعاب الفيديو	:06	* ^a	:04 ^b	:12 ^c	
الإجمالي	2:19	:42^a	2:39^b	2:56^b	

معدلات الاستخدام اليومي للأجهزة لدى المراهقين والشباب (9-18 سنة) في الولايات المتحدة



إحصائيات

الوقت الذي يقضيه الأطفال (5-15 سنة) في
بريطانيا في مشاهدة واستخدام الشاشات



إحصائيات

الأطفال السعوديون تحت 3 سنوات



أكثر

يشاهدون التلفاز
ويستخدمون الأجهزة الإلكترونية



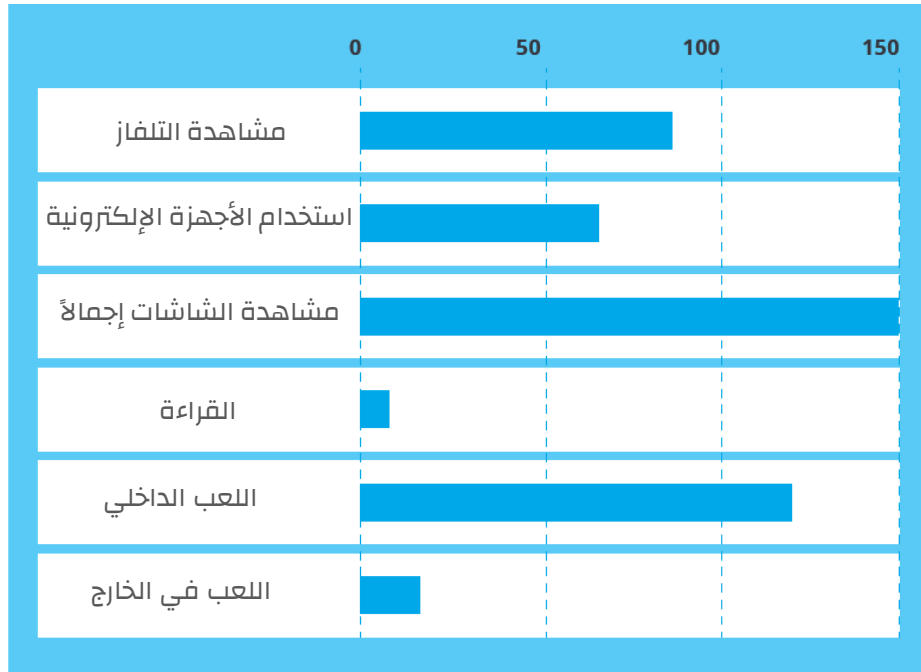
+

في سن أبكر

يبدأون في استخدام
الأجهزة الإلكترونية



إحصائيات



متوسط الوقت (بالدقائق) الذي يقضيه الأطفال
1-3 سنوات يومياً في الأنشطة المختلفة

إحصائيات

الأطفال السعوديون تحت 3 سنوات

يتجاوزون الحد الأعلى لعدد ساعات
المشاهدة الموصى به

American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™

سنة - سنتين

95%

2-3 سنوات

91%

إحصائيات

الأطفال السعوديون تحت 3 سنوات

26% يتناولون وجباتهم وهم يشاهدون الشاشة

25% لديهم أجهزة ذكية خاصة بهم



التأثيرات الإيجابية والسلبية



التطور اللغوي



التحصيل الدراسي



النوم



التطور الإدراكي



السلوك



الوزن



التطور الاجتماعي

Visible Light Spectrum

Blue Light

380~500nm

A high-intensity, short-wavelength range of light
on the visible light spectrum

Blue Light Sources



Sunlight



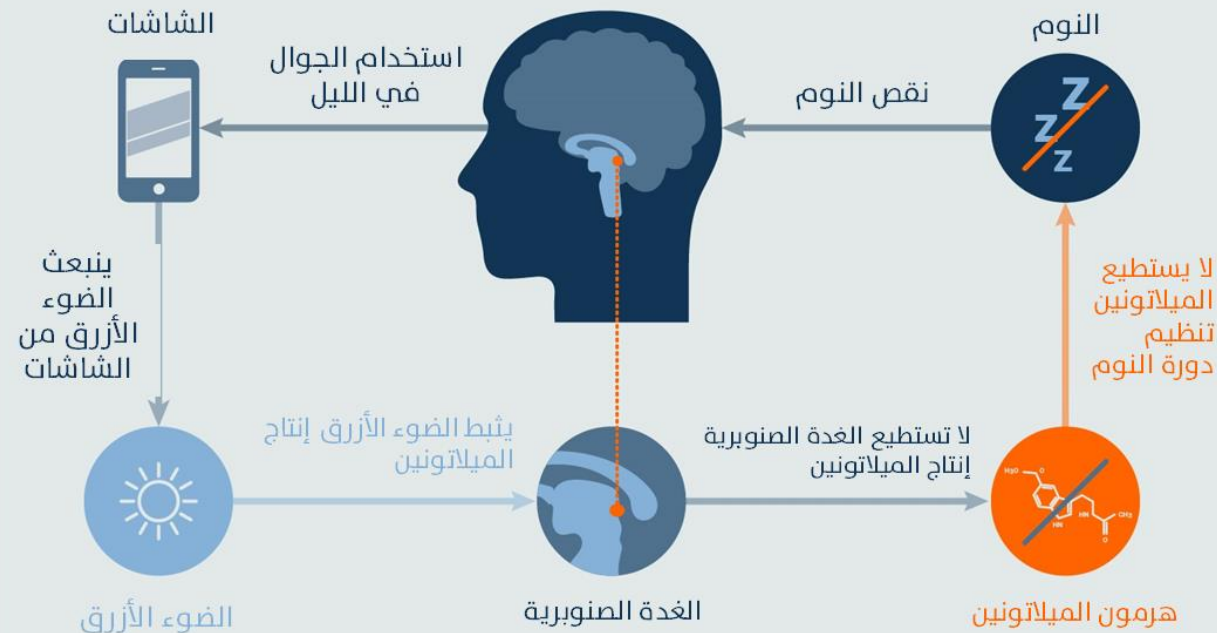
Electronic devices



Fluorescent bulbs and
some LED lights

النوم

النوم





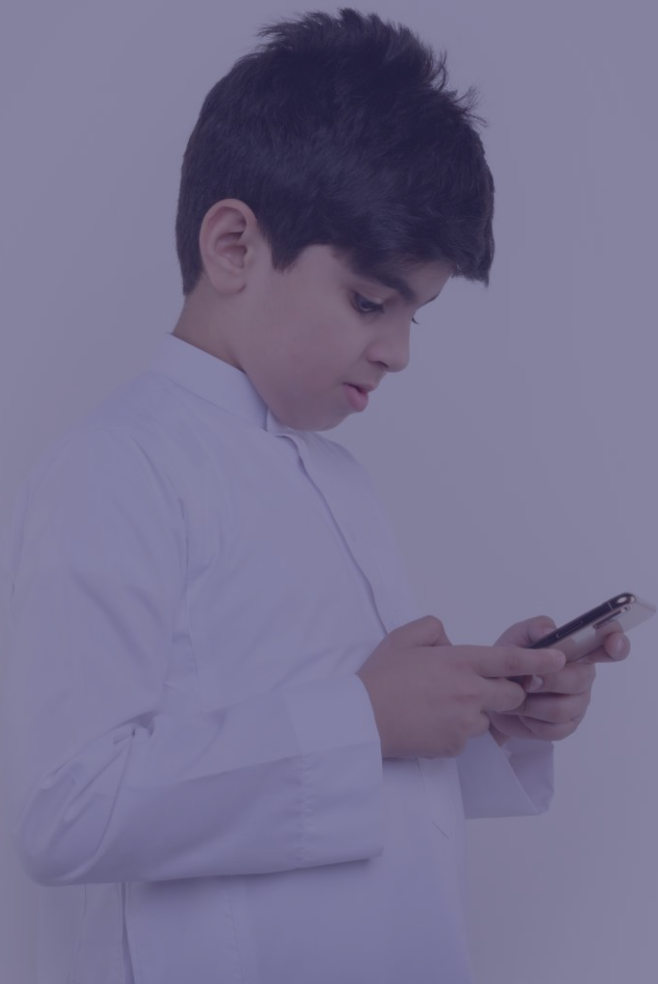
التحصيل الدراسي



الوزن



التطور اللغوي والاجتماعي



السلوك

التوصيات العالمية

الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال

American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™

Families

- Avoid digital media use (except video-chatting) in children younger than 18 to 24 months.
- For children 2 to 5 years of age, limit screen use to 1 hour per day of high-quality programming, covie with your children, help children understand what they are seeing, and help them apply what they learn to the world around them.

وزارة الصحة الأسترالية



Australian Government
Department of Health

BABIES (INFANTS) UNDER 1 YEAR OF AGE

Screen time is not recommended. When sedentary, engaging in pursuits such as reading, singing, puzzles and storytelling with a caregiver is encouraged; and

TODDLERS (1–2 YEARS)

high chair) or sitting for extended periods. For those younger than 2 years, sedentary screen time is not recommended. For those aged 2 years, sedentary screen time should be no more than 1 hour; less is better. When sedentary, engaging in pursuits such as reading, singing, puzzles and storytelling with a caregiver is encouraged; and

PRE-SCHOOLERS (3–5 YEARS)

Sedentary screen time should be no more than 1 hour; less is better. When sedentary, engaging in pursuits such as reading, singing, puzzles and storytelling with a caregiver is encouraged; and

وزارة الصحة السعودية



أهم التوصيات للوالدين

- ١ من الضروري مشاركة الأبناء في اختيار البرامج.
- ٢ مشاركة الطفل المشاهدة ومناقشته ونقد المحتوى.
- ٣ تعليمهم مهارات المشاهدة النقدية.
- ٤ قلل و ركز المشاهدة لأقل من (٢-١) ساعة يومياً.
- ٥ ينصح بعدم مشاهدة التلفاز لمن هم أقل من سنتين حيث قد يؤثر ذلك على نمو الدماغ.
- ٦ الامتناع عن عادة تناول الطعام أمام الشاشة، فقد أثبتت الدراسات أن ذلك قد يؤثر على زيادة استهلاك الأطعمة والمشروبات.
- ٧ على الوالدين أن يكونا قدوة فعالة حول استخدام الوسائط الإعلامية.
- ٨ شجع الأنشطة البدنية، كممارسة الهوايات الأخرى أو ممارسة النشاط البدني أو أي من الأنشطة المحيية للطفل.
- ٩ أزل الأجهزة من غرف نوم الأطفال، واجعلها في مكان عام كغرفة الجلوس أو المكتب.
- ١٠ لا تجعل التلفزيون جليس الطفل وكأداة لإبعاد الأطفال!!

الجمعية الكندية لطب الأطفال



Minimize screen time:

- Screen time for children under 2 years old is not recommended.
- For children 2 to 5 years, limit routine or regular screen time to under 1 hour per day.



MANATŪ HAUORA

Sit Less

1. Provide regular activity breaks to limit the amount of time a child spends sitting.
2. Discourage screen time for under-two-year-olds and limit screen time to less than one hour every day for children aged two years or older – less is best!
3. Limit time in equipment that restricts free movement.

NICE

National Institute for
Health and Care Excellence

- Reducing TV viewing and other screen time. Advise people that any strategy that reduces TV viewing and other leisure screen time may be helpful (such as TV-free days or setting a limit to watch TV for no more than 2 hours a day).

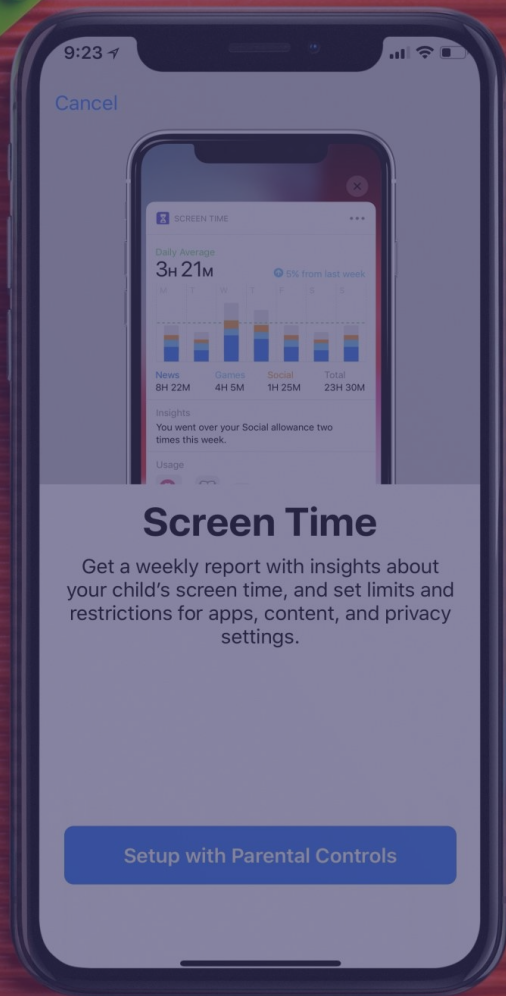


Federal Ministry
of Health

وزارة الصحة الألمانية

For children below the age of two, the recommendation is to avoid screen time completely [16] and not to expose children to incidental media use (no TV on in the background, no TV in the child's bedroom). For the groups of 2 to 5-year olds, it is recommended [8, 57, 129] to avoid screen time in as far as possible and or to limit it to a maximum of one hour per day. The German consensus statement thus recommends a maximum of 30 minutes/day of unnecessary media use for children of pre-school age and no more than 60 minutes/day for children of primary school age [48]. For older children, the recommendation is generally a maximum of two hours of screen time during leisure time [131], and this has also been adopted for adolescents in the German consensus statement [48].

المعهد الوطني البريطاني للتعزيز الصحي والرعاية



مدة الاستخدام



المحتوى

A close-up photograph of a person's hands holding a black and red game controller. The person is wearing a blue and white plaid shirt. The background is dark and out of focus.

كيفية الاستخدام

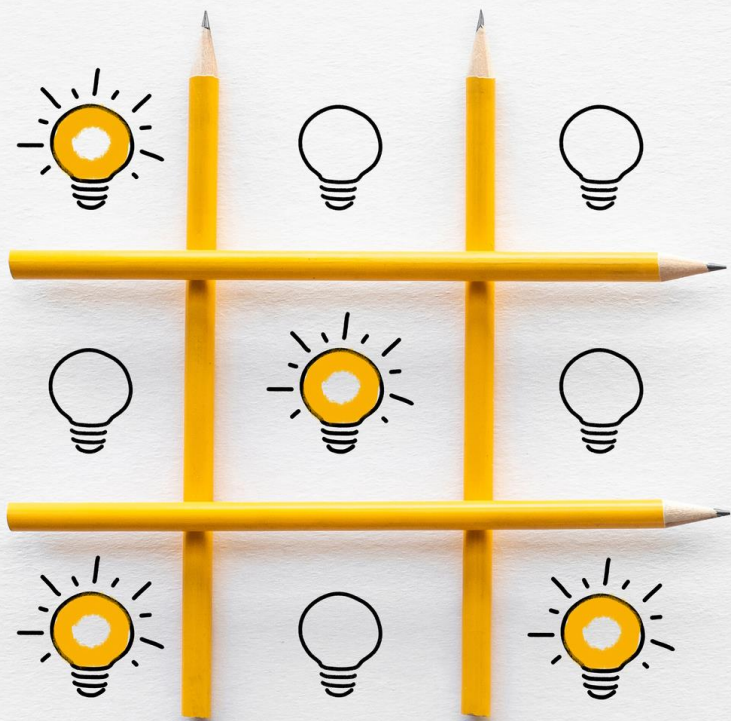


ما دورنا؟





أنواع ممارسات
الوالدين فيما
يختص بالأجهزة



الوعي



الحوار والمشاركة



انتقاء المحتويات



Language: English ▼

Content location: United Arab Emirates ▼

Restricted Mode: Off ▼



History



Help

[About](#) [Press](#) [Copyright](#) [Creators](#) [Advertise](#) [Developers](#) [+YouTube](#)

[Terms](#) [Privacy](#) [Policy & Safety](#) [Send feedback](#) [Try something new!](#)

كيف يعمل



أدوات تساعد على انتقاء المحتويات



التقييمات والمراجعات



2,1 من 5



٢٠١٨/٠٦/١٧، saudi91

تنبيه
اضغط على الوحش حتى تبدأ اللعب



العيسى، ٢٠١٨/٠٦/٠٩

بالتوفيق
اللعبة سيئة جدا

Grand Theft Auto V

Game review by [Chad Sapieha](#), Common Sense Media



Common Sense says



Crime, violence, sex, drugs, and alcohol = not for kids.

PlayStation 3, Windows, Xbox 360 | \$59.99 | 2013

Save | Rate game

Parents say

age 12+



Based on [729 reviews](#)

Kids say

age 13+



Based on [817 reviews](#)

Get it now

Common Sense is a nonprofit organization. Your purchase helps us remain independent and ad-free.

A+ ● ● ● ● ●
Educational Value

🗨️ not present
Positive Messages

👤 not present
Positive Role Models & Representations

🎮 ● ● ● ● ●
Ease of Play

💣 ● ● ● ● ●
Violence

💋 ● ● ● ● ●
Sex

#! ● ● ● ● ●
Language

💰 not present
Consumerism

🍷 ● ● ● ● ●
Drinking, Drugs & Smoking



Fortnite

Game review by [David Chapman](#), Common Sense Media



Common Sense says



age 13+



Battle it out or use strategy in fantastic action game.

Mac, Nintendo Switch, PlayStation 4, Windows, Xbox One | \$59.99 | 2017



Save



Rate game

Parents say

age 12+



Based on [741 reviews](#)

Kids say

age 10+



Based on [1284 reviews](#)

Get it now



Common Sense is a nonprofit organization. Your purchase helps us remain independent and ad-free.

A+



Educational Value



Positive Messages



Positive Role Models & Representations



Ease of Play



Violence



not present

Sex



#1



Language



Consumerism



not present

Drinking, Drugs & Smoking



common
sense
media

Fall Guys: Ultimate Knockout

Game review by [David Chapman](#), Common Sense Media



Common Sense says



Battle royale gets party game treatment for all-ages fun.

PlayStation 4, Windows | \$19.99 | 2020

Save | Rate game

Parents say

age 5+



Based on [6 reviews](#)

Kids say

age 6+



Based on [25 reviews](#)

Get it now

Common Sense is a nonprofit organization. Your purchase helps us remain independent and ad-free.

not present
Positive Messages



not present
Positive Role Models & Representations



● ● ● ● ●
Ease of Play



● ● ● ● ●
Violence & Scariness



not present
Language



● ● ● ● ●
Consumerism



Fall Guys: Ultimate Knockout

Game review by [David Chapman](#), Common Sense Media



Common Sense says



Battle royale gets party game treatment for all-ages fun.

PlayStation 4, Windows | \$19.99 | 2020

[Save](#) | [Rate game](#)

Parents say

age 5+



Based on [6 reviews](#)

Kids say

age 6+



Based on [25 reviews](#)

Get it now

Common Sense is a nonprofit organization. Your purchase helps us remain independent and ad-free.

not present
Positive Messages



not present
Positive Role Models & Representations



● ● ● ● ●
Ease of Play



● ● ● ● ●
Violence & Scariness



not present
Language



● ● ● ● ●
Consumerism



قائمة الألعاب في منصة قِيم يتم تحديثها بشكل دوري، كما يمكنك طلب تقييم لعبة معينة عن طريق (التواصل معنا)



لعبنا دورنا وقيمناها لكم

العب دورك واختر المناسب لهم

مشاهدة



Mortal Kombat 11

قتال
21/06/2019



King dom Hearts3

أكشن
07/07/2019



PUBG) Player Unknown's
(Battlegrounds

قتال
14/07/2019



Fortnite

أكشن
14/06/2019



APlagueTale Innocence

زعمير مصفورة
16/06/2019



Trials Rising

سباق
16/06/2019



“Grand Theft Auto V GTAV”

أكشن, اطلاق النار | 07/10/2020



الملاحظات



مالية



أخلاقية



عقلية



نفسية



دينية

عالية

ملاحظات نفسية

قتل مسالمين - سطو مسلح - دماء - تعذيب - تهديد

كيف تتحكم في ألعاب أبنائك ؟

تساعدك عناصر التحكم الأبوي في إدارة استخدام ألعاب الفيديو الخاصة بأطفالك ، حتى عندما لا تكون موجودًا.

حدد منصة الألعاب لمعرفة كيفية استخدام عناصر التحكم:



PlayStation 4



Nintendo Switch



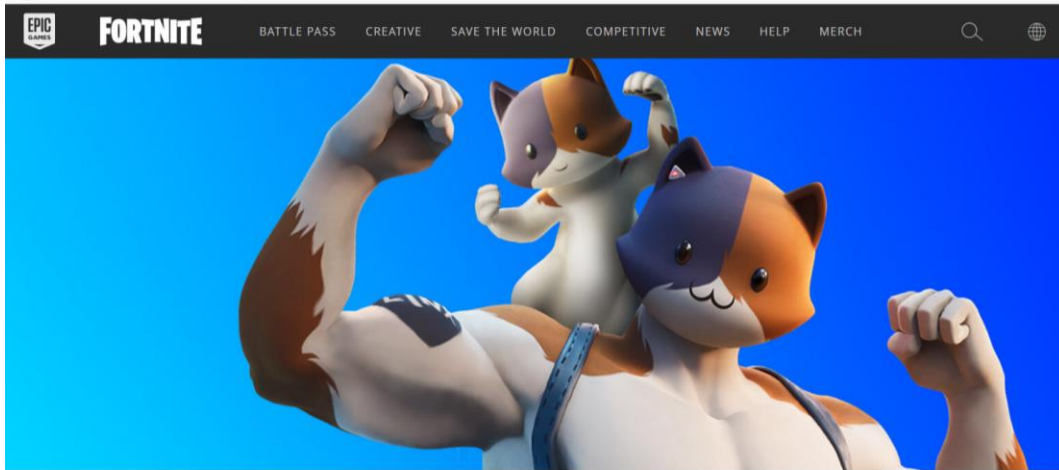
XBOX ONE



Windows PC



المراقبة والتحكم الوالدي



FORTNITE PARENTAL CONTROLS

ON/ OFF

- Can See Mature Language
- Can Accept Friend Requests
- Non-Squad Members Can See Your Name
- Can See Non-Squad Member Names
- Voice Chat
- Weekly Playtime Reports
- Text Chat

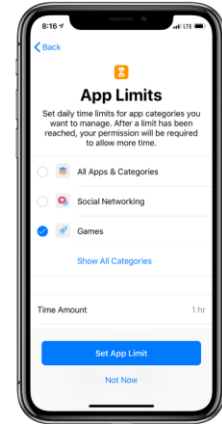
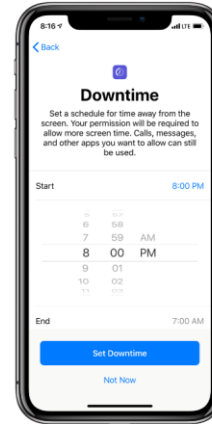
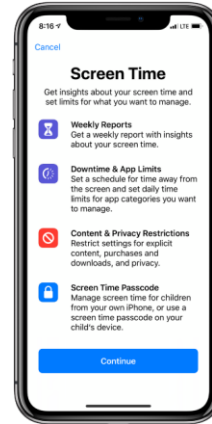


We are sorry to announce that we will be closing down the DinnerTime Plus service effective March 31, 2021.

We understand that many of you have come to rely on DinnerTime Plus as a parental control service for your family. We deeply appreciate all of your support over the years since we released DinnerTime Plus in 2014.

However, both Apple and Google have updated their versions to include many of the same parental control features which essentially made DinnerTime Plus a redundant service. Many of our users have moved away from DinnerTime Plus in favor of using the embedded features that now come with their phone.

We can no longer justify the expense of running the servers given the big reduction in users.





مساعدة عائلتك في إنشاء عادات رقمية سليمة

سواء بلغ أطفالك سن المراهقة أو كانوا أصغر من ذلك، يسمح لك تطبيق Family Link بوضع القواعد الرقمية الأساسية للمساعدة في إرشادهم أثناء التعلّم واللعب والاستكشاف على الإنترنت.*

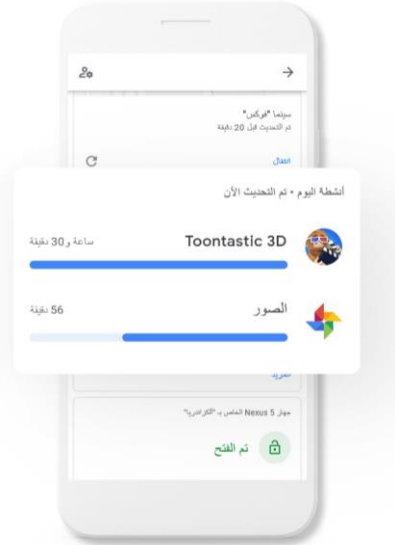
إرشاده للمحتوى الجيد

عرض نشاطه

يختلف وقت النظر إلى الشاشة من حالة لأخرى. ساعد طفلك في اتخاذ القرارات المناسبة بشأن ما يقوم به على جهازه، وذلك من خلال تقارير الأنشطة التي تعرض المدة التي يقضيها في استخدام التطبيقات المفضلة لديه.[†]

إدارة تطبيقاته

إشباع حب الاستطلاع



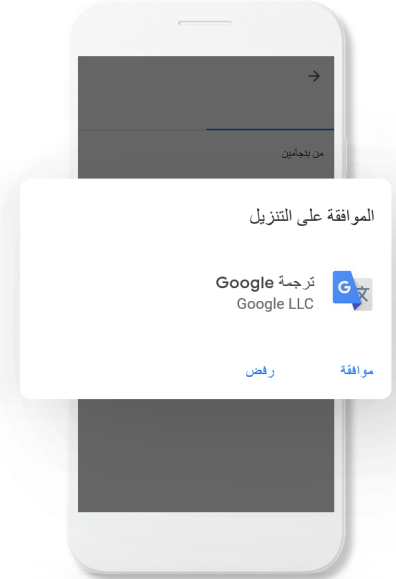
إرشاده للمحتوى الجيد

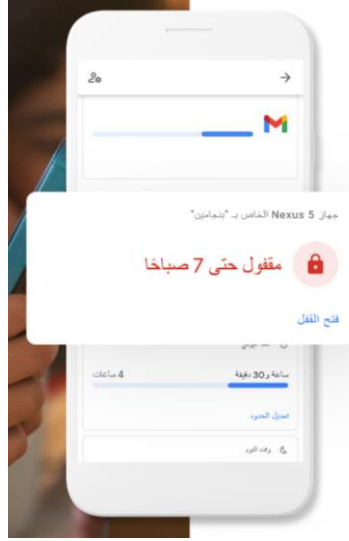
عرض نشاطه

إدارة تطبيقاته

تسمح لك الإشعارات المفيدة بالموافقة على التطبيقات التي يريد طفلك تنزيلها من "متجر Google Play" أو حظرها. ويمكنك أيضًا إدارة عمليات الشراء داخل التطبيق وإخفاء بعض التطبيقات على جهازه.

إشباع حب الاستطلاع



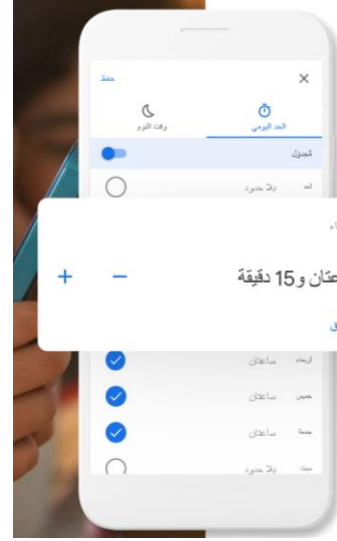


مراقبة وقت الشاشة

ضبط الحدود المسموح بها

قفل جهازه

سواء كان الوقت للعب خارج المنزل أو تناول العشاء أو التجمع العائلي، يمكنك قفل الجهاز عن بُعد عند حلول وقت الاستراحة.



مراقبة وقت الشاشة

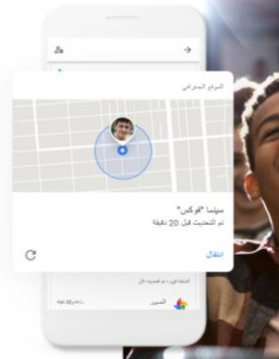
ضبط الحدود المسموح بها

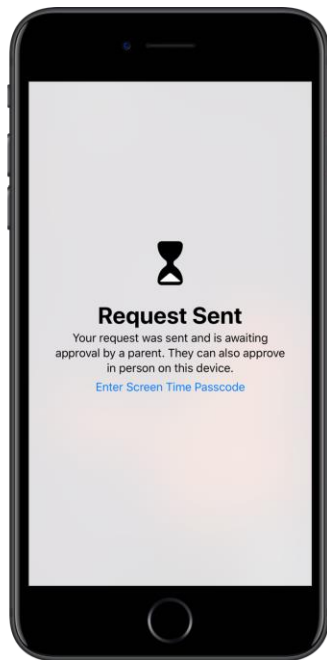
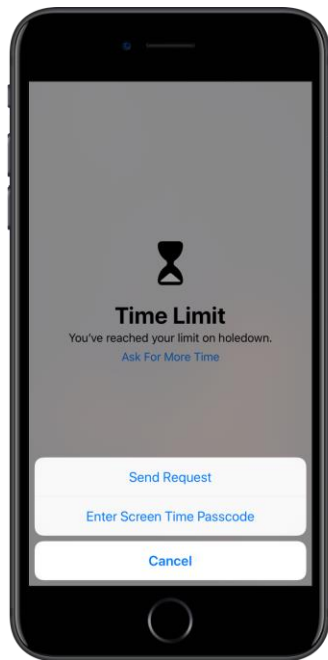
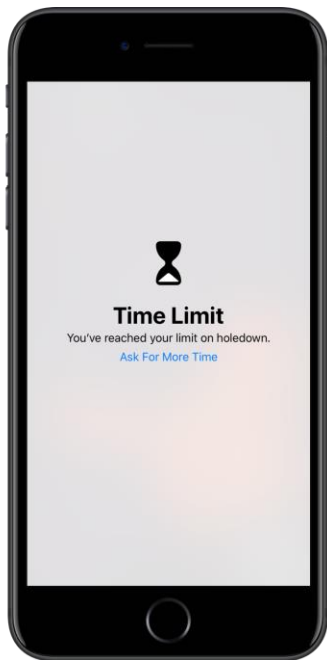
يرجع الأمر لك في تحديد وقت استخدام طفلك للشاشة. يسمح لك تطبيق Family Link بضبط الحدود المسموح بها للوقت ووقت النوم على جهاز الطفل، وبذلك يمكنك مساعدته على تحقيق توازن جيد.

قفل جهازه

الاطلاع على موقعه الجغرافي

من البعيد أن تتمكن من العثور على مكانك أثناء تنقله. يمكنك استخدام تطبيق Family Link لمساعدته في تحديد موقعه الجغرافي طالما أنه يحمل جهازه معه.







Downtime

Think of this as a nap for your screen time. When you schedule downtime in Settings, only phone calls and apps that you choose to allow are available. Downtime applies to all of your Screen Time-enabled devices, and you get a reminder five minutes before it starts.



Communication Limits

Control who your children can communicate with — throughout the day and during downtime. These limits apply to Phone, FaceTime, Messages, and iCloud contacts. This is also where you can decide and manage which contacts are available on an [Apple Watch paired through Family Setup](#). Communication to known emergency numbers identified by your iPhone or Apple Watch cellular carrier is always allowed. You need to have your iCloud contacts enabled to use this feature.



App Limits

You can set daily limits for app categories with App Limits. For example, you might want to see productivity apps while you're at work, but not social networking or games. App Limits refresh every day at midnight, and you can delete them any time.



Always Allowed

You might want to access certain apps, even if it's downtime or if you set the All Apps & Categories app limit. Phone, Messages, FaceTime, and Maps are always allowed by default, but you can remove them if you want.



Content & Privacy Restrictions

You decide the type of content that appears on your device. Block inappropriate content, purchases, and downloads, and set your privacy settings with [Content & Privacy Restrictions](#).





الأجهزة الرقمية والجائحة



شكراً لكم

د. هيفاء الروقي



halroqi@kau.edu.sa



@HaifaAlroqi