

МАЛЮЙ, ДИВИСЯ, СПІЛКУЙСЯ

Поради для
діток віком
0-2 р.



На розвиток дітей віком від 0 до 2 років медіаконтент не має великого впливу. Вони пізнають світ переважно через дотик, запах та рух. Але оскільки медіа завжди навкруги нас, ваша дитина так чи інакше матиме справу з медіаконтентом. Як же бути батькам/опікунам?

1. Оберіть щось замість мультиків

Почитайте казку. Увімкніть спокійну музику чи послухайте разом аудіокнигу. Спільні танці під веселу музику також є чудовою альтернативою сидіння перед екраном.

2. Встановіть у родині чіткі правила

Коли та які медіа використовувати? Як довго? Встановіть правила, що стосуються як дітей, так і дорослих. Чим більш стабільним є розклад дня та чим раніше ви починаєте його дотримуватися, тим краще.

3. Як батьки, ви подаєте приклад

Діти в основному повторюють те, що робите ви. Тому пам'ятайте про свій приклад. Наприклад, відкладіть свій телефон, коли ви чимось займаєтеся з дитиною. Або коли вона вимагає вашої уваги.

4. Долучайтеся до того, що ви читаєте або чуєте

Беріть активну участь у використанні медіа вашим малюком. Рухайтеся разом з історіями, наприклад, коли читаєте книжки чи слухаєте аудіоказки. Зображуйте разом із дитиною те, що відбувається, за допомогою обличчя, рук і ніг. Або ж зіграйте у стоп-гру під музику.

5. Поєднайте користування медіа з фізичною активністю

Поєднайте музику або гру в «ку-ку» з тим, що ви прочитали в книжці. Або відтворіть аудіоказку, коли вона закінчиться. Таким чином, ви чергуєте види діяльності та поєднуєте фантазію з медіа.



Шукаєте порад для дітей віком 2-6 років?

Завітайте на сайт mediaukkie.nl/tips

