

Als je als gezin meer samen thuis bent, kan het erin sluipen dat je toch vooral veel achter of voor het scherm zit dan je misschien zou willen.

Op zoek naar balans qua mediagebruik?

Gebruik de kaart: *Actief de week door met (en zonder) media!*

De kaart kun je gebruiken als basis. Maak hem samen met je kind(-eren) op maat. Wat zouden zij graag (samen) willen lezen? Of kijken? Daag ze uit en geef ze ruimte om te lezen, kijken, luisteren, spelen én doen! Alleen en samen. Met en zonder scherm.

Wij hebben vast wat (algemene!) mogelijkheden op een rij gezet. Het is aan jullie om (samen met je kind) te kijken wat ze precies lezen, kijken of doen en wanneer. Een basiskaart dus om media goed af te wisselen. Zo kom je de week wel door! En na die week? Opnieuw even samen keuzes maken.

Aan de slag

Vul de kaart samen in en maak afspraken om e.e.a. goed af te wisselen. Zowel qua beweging als qua (passief) schermgebruik. Is er geen sprake van een echt einde maar wil je wel dat ze niet te lang op het scherm zitten? Maak dan een afspraak over hoe lang er gespeeld of gekeken mag worden.

Tip 1

Kijk bij een spel samen hoe het is opgebouwd en hoe lang een level ongeveer duurt of laat ene kind vertellen wat hij of zij gaat doen. Spreek samen een einddoel af ("als het huis gebouwd is, dan kan de tablet uit").

Tip 2

Door media te kiezen die aansluiten bij de (ontwikkelings-)leeftijd van je kind, zit het waarschijnlijk qua schermtijd ook wel snor. Films en series voor jonge kinderen zijn al korter dan films voor wat oudere kinderen. Benieuwd welke media geschikt is? Kijk op www.mediasmarties.nl of volg @mediasmarties op Instagram en Facebook.

Tip 3

Grijp je kans en doe zelf ook mee. Ga ook lezen, kijken, luisteren, spelen en doen. Geef je zelf meteen ook een goed voorbeeld. Bekijk online de hashtag #lezenkijkenluisterenspelendoen voor inspiratie.

PS Vergeet niet te luieren. Even niks doen is onwijs goed voor de creativiteit! Dat geldt ook voor vervelen trouwens.

Succes en veel plezier allemaal!

Heb je vragen? Stuur ons een dm via Instagram of mail ons: mediasmartiesonline@gmail.com