



0-6 jaar

Wijs met media

Samen met je kleintje lezen, kijken, luisteren, spelen, doen én ontspannen doe je zo. In deze brochure vind je handige tips die jou helpen samen om te leren gaan met media, zodat je er allebei plezier van hebt!

Mediaopvoeding, hoe pak je dat aan?

Ga samen met je kind op ontdekkingsreis. Maak tijd om samen in verhalen te duiken. Kijk goed welk verhaal je kind leuk vindt. Wissel het lezen, kijken, luisteren, spelen en doen af. Mèt en zonder scherm, binnen en buiten.

Lezen

Voorlezen is belangrijk én leuk om te doen. Bekijk samen de platen in het boek. Ontdek wat er allemaal te zien is en lees het verhaal voor.

TIP Praat over het verhaal dat je hebt (voor-)gelezen (wat doet hij nou?). Vraag ook naar eigen ervaringen. Is dat bij jou ook eens gebeurd? Vertel eens! Hoe heb je dat opgelost?

Wist je dat kinderen **gratis lid** zijn van de Forumbibliotheek?



Kijken

Een televisiescherm of een iPad trekt de aandacht van elk kind. Kies bewust met je peuter of kleuter. Kijk bijvoorbeeld samen naar een (voorlees-) filmpje of digitaal prentenboek. Laat ook zien hoe je zonder scherm kunt kijken! Wissel het af.

TIP Kijk - als het kan - samen naar een filmpje. Dat is leuk én goed! Zo weet je wat je kind leuk of juist spannend vindt. Bij jou voelt je kind zich veilig. En je kunt praten met je kind over wat jullie hebben gezien.

Luisteren

Laat kinderen niet alleen naar een scherm kijken. Zorg ook voor momenten waarbij kinderen alleen hun oren gebruiken. Er valt zoveel te luisteren. Muziek, vogels buiten, verhalen die je vertelt.

TIP Liedjes kun je beluisteren met of zonder beeld. Het is een heel andere beleving!

Luister samen naar **De Boekenparade**, de podcast voor ouders en kinderen die van (voor)lezen houden.

Spelen

Kinderen spelen uit zichzelf. Daar heeft een kind weinig voor nodig. Door te spelen verwerkt een kind nieuwe informatie en ervaringen. Door te spelen ontwikkelt een kind zich. Spelen is dus belangrijk!

TIP Bied kinderen vooral de tijd en ruimte om te spelen. Misschien spelen ze het verhaal na. Of verzinnen ze nieuwe verhalen. Dat is goed! Kijk en speel mee. Neem het spel niet over.



Doen

Laat je inspireren door alle verhalen. Zorg voor eigen ervaringen. Ga samen bewegen, ontdekken en dingen maken. De verbinding met echte ervaringen maakt de verhalen uit verschillende media extra waardevol.

TIP Laat je kind zelf iets onderzoeken, ontdekken of maken. Zorg voor spullen die nodig zijn. Doe mee en help gerust. Let op: het gaat vooral om het proces en de ervaring.

Ga voor allerlei leuke kidsactiviteiten naar forum.nl/kids



Kijk voor meer informatie op forum.nl/mediawijsheid

Ontspannen mét media, zo doe je dat!

1. Zet media bewust aan en weer uit

Kijk bewust een filmpje of luister muziek. Ga je wat anders doen? Zet dan de tv, tablet of radio uit. Een scherm op de achtergrond kan storend zijn.

6. Beweeg met media

Denk aan meebewegen tijdens verhalen, dans- of yogafilmpjes of muziek. In beweging komen is ook goed om weer even 'los' te raken van het scherm.

2. Maak duidelijke afspraken voor het hele gezin

Wanneer gebruik je media? En hoe lang? Maak hier afspraken over die voor kinderen én opvoeders gelden. Hoe vaster de routine, hoe beter.

7. Je kind kijkt een filmpje, jij kijkt naar je kind

Kijk hoe je kind reageert op media. Komt je ukkie echt tot rust? Zoek een alternatief als je kind bijvoorbeeld hangerig, moe of prikkelbaar wordt.

3. Een boekje, liedje of muziekje voor het slapengaan

Kies het juiste moment voor een schermje. Lees voor het slapengaan een verhaaltje. Geniet van muziek of een luisterboek, of zing een liedje.

8. Beperk het media-aanbod

Geef je ukkie niet te veel te kiezen. Dit kan zorgen voor keuzestress en ontspanning in de weg zitten. Kinderen houden van herhaling en weten wat ze kunnen verwachten.

4. Wees je bewust van je voorbeeldrol als ouder

Kinderen doen vooral wat jij doet. Wees je dus bewust van je voorbeeldrol. Laat zelf het mediagedrag zien dat je ook bij jouw kind wil zien.

9. Experimenteer met media-momenten, -lengte en -soort

Door te kiezen voor een langer, of korter mediamoment, en te variëren tussen filmpjes, muziek en boekjes, ontdek je wat je ukkie echte ontspanning oplevert.

5. Denk na waarom en wanneer je een scherm inzet

Tijdens het koken kan een schermje rust in huis brengen. Maar het betekent niet automatisch dat je kind ontspant.

10. Kies voor iets anders dan een filmpje

Lees voor. Zet rustige muziek op of luister samen naar een luisterverhaal. Speel een dans-game of doe samen mee aan een yogavideo.