
Телефон и телевизор: зачем они нужны



Как телефон и телевизор помогают нам каждый день?

Наши домашние помощники

Телефон и телевизор помогают людям общаться, узнавать новости и отдыхать. Один передаёт голос и сообщения, другой показывает картинку и звук. Оба давно стали привычными в семье и школе.



Что умеет телефон

01

Звонки

Телефон нужен, чтобы звонить и принимать звонки. С его помощью можно быстро услышать родных, друзей или учителя, даже если они находятся далеко.

02

Сообщения

Он отправляет короткие сообщения и фотографии. Это удобно, когда нужно передать важную новость, спросить что-то или показать, как выглядит нужный предмет.

03

Полезные функции

Во многих телефонах есть часы, будильник, карта и камера. Они помогают не опоздать, найти дорогу, сделать снимок и лучше запомнить нужную информацию.

04

Всегда с собой

Телефон помещается в карман или рюкзак и путешествует вместе с человеком. Поэтому он помогает оставаться на связи почти в любом месте, где бы ты ни был.

05

Быстрая помощь

Если случилась непредвиденная ситуация, телефон помогает быстро позвать взрослых и сообщить, что произошло. Это делает его маленьким, но очень полезным помощником.



Как телефон помогает учиться и узнавать новое



Сказки и рассказы

На телефоне можно слушать сказки и небольшие истории. Это удобно в дороге или дома, когда хочется спокойно послушать интересный текст и представить героев.



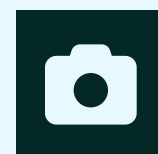
Короткие уроки

Обучающие ролики помогают понять счёт, буквы, правила поведения и другие простые темы. Главное — выбирать спокойные и полезные материалы вместе со взрослыми.



Ответы на вопросы

Телефон помогает быстро узнать, как пишется слово, какое сегодня число или сколько времени. Он как маленький справочник, который всегда рядом, когда нужен ответ.



Память и фото

С помощью камеры можно сфотографировать рисунок, страницу или объявление. Потом легко вспомнить важную информацию и не потерять то, что нужно запомнить.

Телефон помогает говорить с близкими



Голос рядом

Телефон соединяет людей, даже если они живут в разных местах. Бабушка слышит голос внука, а родители могут быстро узнать, как прошёл день.



Важные сообщения

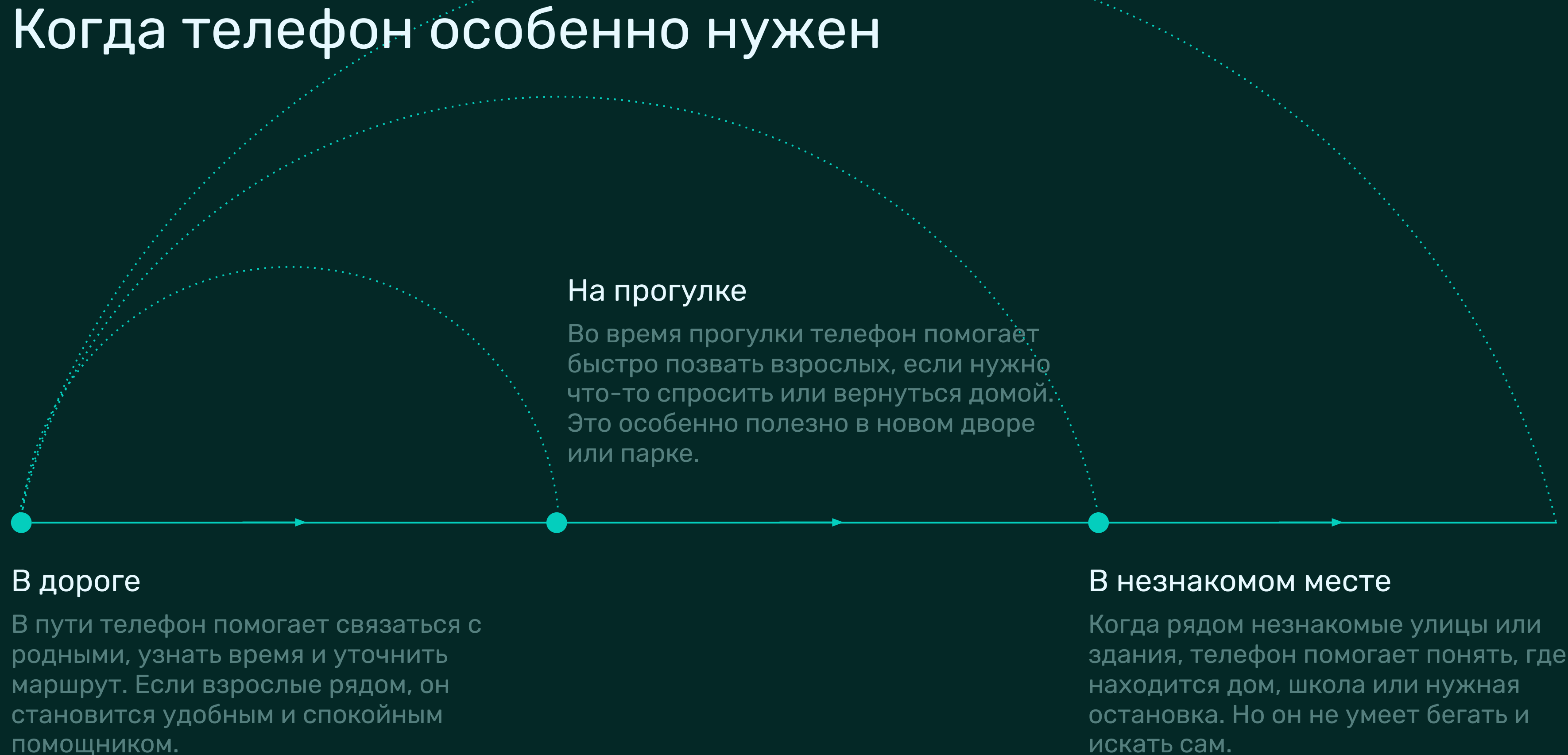
С его помощью удобно отправить короткое сообщение: рассказать о встрече, напомнить о деле или сообщить, что всё в порядке. Это помогает не волноваться.



Тёплый разговор

Когда ребёнок говорит по телефону с родными, он чувствует заботу и поддержку. Даже простой звонок может поднять настроение лучше любого сладкого печенья.

Когда телефон особенно нужен



На прогулке

Во время прогулки телефон помогает быстро позвать взрослых, если нужно что-то спросить или вернуться домой. Это особенно полезно в новом дворе или парке.

В дороге

В пути телефон помогает связаться с родными, узнать время и уточнить маршрут. Если взрослые рядом, он становится удобным и спокойным помощником.

В незнакомом месте

Когда рядом незнакомые улицы или здания, телефон помогает понять, где находится дом, школа или нужная остановка. Но он не умеет бегать и искать сам.

Что умеет телевизор

01 Разные передачи

Телевизор показывает мультфильмы, фильмы, новости и познавательные программы. Поэтому каждый член семьи может найти что-то интересное: и весёлое, и полезное.

02 Большой экран

Изображение на телевизоре хорошо видно сразу нескольким людям. Большой экран удобен для семейного просмотра, когда все сидят рядом и смотрят одну передачу.

03 Звук и картинка

Телевизор передаёт не только изображение, но и звук. Благодаря этому герои говорят, поют и рассказывают истории, а смотреть становится понятнее и интереснее.

Телевизор как окно в большой мир



Другие города и страны

Телевизор показывает места, где мы не бываем каждый день: дальние города, моря и страны. Так мир становится шире и немного ближе.



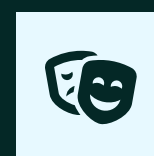
Животные и природа

По телевизору можно увидеть зверей, птиц, леса, горы и океаны. Иногда кажется, что перед тобой настоящая экскурсия без рюкзака и сапог.



Космос и открытия

Передачи о космосе и науке знакомят детей с планетами, звёздами и новыми открытиями. Это помогает мечтать и задавать умные вопросы.



Праздники и профессии

Телевизор рассказывает о праздниках, работе людей и интересных местах. Дети узнают, чем занимаются разные специалисты и как живут люди в других уголках мира.

Почему телевизор часто смотрят всей семьёй



Вечер на одном диване

После ужина семья собирается перед экраном и выбирает передачу, которая нравится и детям, и взрослым. Кто-то смеётся над смешной сценой, кто-то узнаёт знакомый голос, а потом все обсуждают увиденное. Так обычный вечер становится общим делом.



Мультфильм для всех

Иногда телевизор показывает мультфильм, который интересен и младшему, и старшему. Ребёнок следит за героями, а взрослые улыбаются знакомым шуткам. Потом можно вместе вспомнить самый забавный момент и ещё немного посмеяться.



Разговор после передачи

Хорошая передача не заканчивается вместе с титрами. После просмотра дети задают вопросы, взрослые объясняют непонятное, и получается спокойный семейный разговор. Телевизор в этот момент помогает не только смотреть, но и общаться.

Чем телефон и телевизор похожи

Звук и изображение

Оба устройства показывают картинку и передают звук. Поэтому с их помощью можно смотреть, слушать и узнавать новое почти так же удобно, как на занятии.

Польза для отдыха

Телефон и телевизор помогают немного отдохнуть после дел. С ними можно послушать историю, посмотреть передачу или переключиться на спокойное занятие.

Работают не сами

Оба устройства нуждаются в электричестве или заряде батареи. Если обращаться с ними аккуратно, они служат дольше и не обижаются, как капризные игрушки.

Нужны правила

И телефоном, и телевизором важно пользоваться осторожно. Нельзя ронять их, слишком громко включать звук или сидеть перед экраном слишком долго.

Чем телефон и телевизор отличаются

01

Размер и место

Телефон легко положить в карман или рюкзак и взять с собой. Телевизор обычно стоит дома на одном месте, поэтому его смотрят там, где удобно всей семье.

02

Главная задача

Телефон прежде всего нужен, чтобы звонить и писать сообщения. Телевизор в основном помогает смотреть передачи, новости и мультфильмы на большом экране.

03

Личное и общее

Телефон чаще принадлежит одному человеку и хранит его номера, фотографии и нужные приложения. Телевизор обычно общий, поэтому его выбирают и включают всей семьёй.

04

Способ использования

Телефон подходит для коротких дел и быстрого общения. Телевизор удобен для спокойного просмотра, когда все хотят посмотреть одну и ту же программу.

05

Где полезнее

Телефон выручает в дороге, на прогулке и в новом месте. Телевизор особенно полезен дома, когда хочется вместе отдохнуть и посмотреть что-то интересное.

60 минут

подвижных игр в день помогает
уравновесить экранное время и
поддержать здоровье ребёнка.

После экрана детям важно
двигаться, а не сидеть без
перерыва. Такая норма
напоминает: полезнее
чередовать просмотр с
играми, прогулкой и
отдыхом.

Всемирная организация здравоохранения (WHO),
рекомендации по физической активности для детей 5–
17 лет

Правила безопасности с телефоном



Личные данные

Никогда не сообщай незнакомым людям своё имя, адрес, пароль или номер карты. Такие сведения должны знать только родители или другие взрослые, которым доверяет семья.

Неизвестные ссылки

Не нажимай на подозрительные кнопки и ссылки, даже если они обещают подарок или смешную игру. Сначала покажи сообщение взрослому, чтобы не попасть в неприятности.

Проверка с взрослым

Если нужно что-то скачать, включить или отправить, лучше сделать это вместе с родителями. Тогда телефон останется полезным помощником, а не хитрым проказником.

Правила безопасности с телевизором

Во время просмотра

Смотри спокойно и не делай звук слишком громким. Тихая и ровная громкость бережёт уши, а глаза меньше устают, когда не нужно напрягаться.

Перед просмотром

Сядь на удобном расстоянии от экрана и проверь, чтобы вокруг было достаточно места. Не стоит устраиваться слишком близко, как будто хочешь нырнуть в телевизор.

После просмотра

Сделай перерыв: встань, пройдишь по комнате и посмотри вдаль. Немного движения помогает глазам и спине отдохнуть, а тебе — снова чувствовать себя бодро.

Как не забыть про игры, сон и прогулки

Подвижные игры

После экрана особенно полезно побегать, попрыгать, поиграть в мяч или просто подвигаться. Тело любит движение, а не только диван и кресло.

Прогулка на воздухе

Свежий воздух помогает отдохнуть от экрана и набраться сил. Прогулка во дворе или в парке делает день живее и веселее, чем долгое сидение дома.

Спокойные занятия

Рисование, чтение и помощь дома тоже важны. Они дают глазам и голове смену занятий, а ещё помогают научиться новому без телефона и телевизора.

Сон и разговоры

Сон, разговор с близкими и обычное общение не заменит ни один экран. Если день похож на гонку из роликов, обязательно остановись и отдохни.

Телефон и телевизор в семье

01 | Связь с близкими

Телефон помогает быстро договориться о встрече, передать важную новость или поздравить родных. Иногда одно короткое сообщение делает день теплее и спокойнее.

02 | Общий просмотр

Телевизор собирает семью вместе: можно выбрать передачу, посмотреть её без спешки и потом обсудить героев. Так экран становится поводом для разговора.

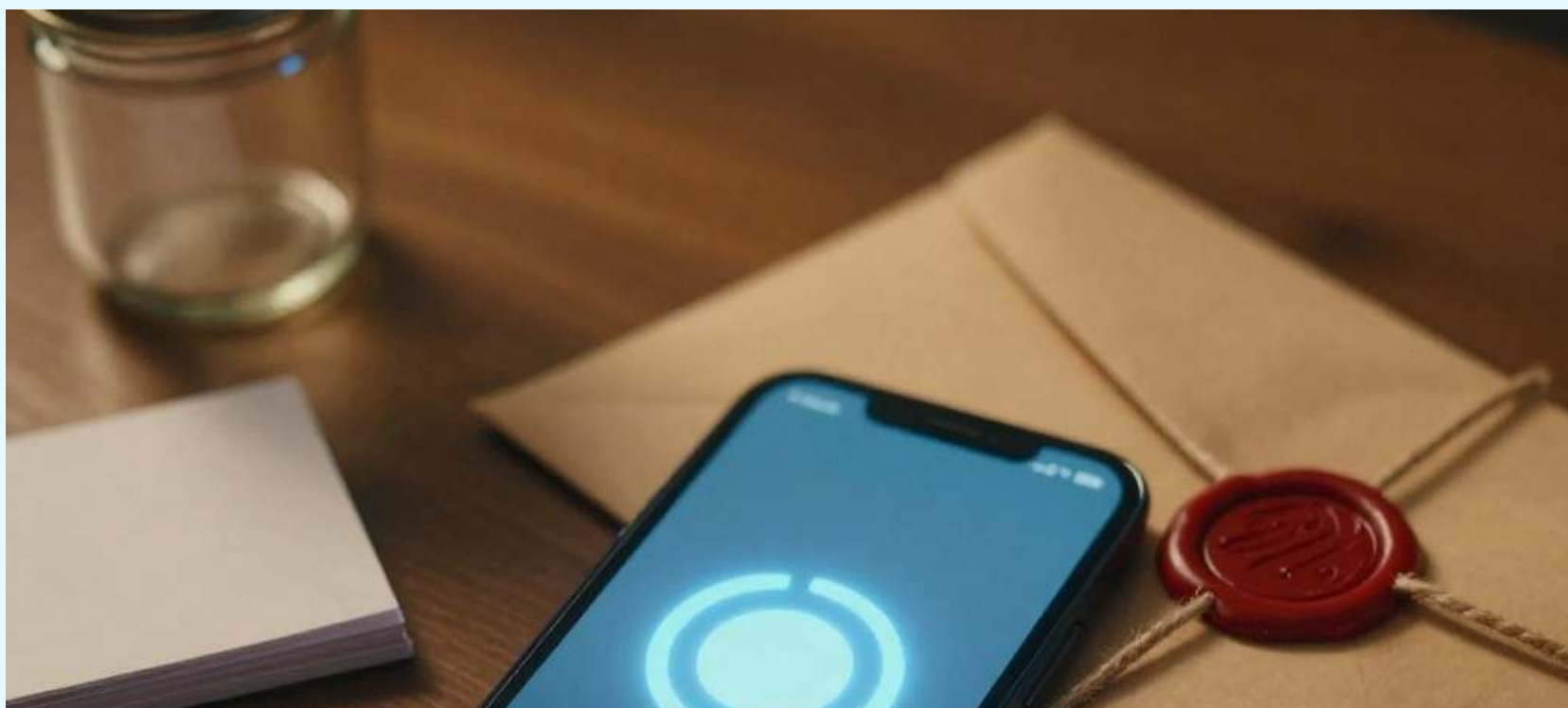
03 | Время для каждого

У телефона и телевизора есть своё место, но общение без экрана не менее важно. Разговор за столом, игра и совместные дела делают семью дружнее.

04 | Правильный баланс

Если пользоваться техникой по очереди и не слишком долго, она помогает, а не мешает. Тогда у каждого останется время и на экран, и на живое общение.

Два мира: письмо и экран



Когда нужно сообщить срочно

Раньше люди писали письма и ждали ответа. Это было важно, но не быстро. Сегодня телефон помогает позвонить или отправить сообщение за несколько секунд, поэтому новости и просьбы доходят почти сразу.



Что происходит дома вечером

Если телевизора нет, дома становится тише, и не хватает передач, которые любят смотреть вместе. Но письма, разговоры и почтовый ящик напоминают о прошлом, а телефон и телевизор показывают, как удобно стало жить сейчас.

Как меняются устройства, но не меняются потребности людей

Появляется телефон

Потом появился телефон, и разговоры на расстоянии стали быстрее. Теперь можно услышать голос близкого человека, даже если он далеко.

Новые устройства

Сегодня появляются новые экраны и кнопки, но людям по-прежнему нужны общение, знания и отдых. Меняется техника, а главная польза остаётся прежней.

Сначала — простое общение

Люди всегда хотели передавать новости и звать друг друга. Сначала для этого использовали письма, гонцов и другие простые способы связи.

Появляется телевизор

Позже телевизор принёс в дом изображения, новости и передачи. Он помог людям узнавать о мире, не выходя из комнаты.

Главная мысль о пользе техники



Когда техника помогает

Телефон и телевизор полезны, если с их помощью учатся, общаются, узнают новости и смотрят добрые передачи. Тогда они работают как настоящие помощники.



Когда нужен перерыв

Если сидеть у экрана слишком долго, устают глаза, спина и голова. Поэтому важно делать паузы, вставать, двигаться и менять занятия.



Баланс каждый день

Самое разумное правило простое: техника нужна по времени, а не на весь день. Тогда остаётся место для сна, игр, прогулок и живого разговора.

Зачем нам телефон и телевизор

Телефон помогает быстро связаться с близкими и не потеряться в дороге, а телевизор собирает семью для просмотра интересных передач. Оба устройства полезны, если пользоваться ими аккуратно, спокойно и с умом.