

勿使兒童身心受害

張世昌 台北市南海路53

兒童像一張純潔的白紙，所謂「近朱者赤，近墨者黑。」因此指導兒童看電視，須注意下列幾點：

(一)家長替小孩選擇適當節目。如兒童節目、舞蹈、音樂、大自然科學常識等，對兒童身心健康都有益處。至於暴力鏡頭，容易引起兒童恐懼不安；太長的連續劇，會使兒童上癮，天天都想看，結果分了心而影響功課，所以電視節目要長短適當。家長要和小孩一起看電視，隨時向小孩解釋其函義，如果任由小孩亂看電視是不對的。

(二)兒童看電視，不能影響正常生活。如果小孩因看電視而取代了正常的遊戲和運動，會妨礙小孩身心發展。譬如看電視就誤了吃飯的時間，或者捧着飯看電視，影響小孩腸胃和脾氣。兒童迷上了電視，會與家人疏遠，影響父母兄弟間感情。

(三)「眼睛是靈魂之窗」電視看久了，最容易損壞眼睛，所以要嚴格限制兒童看電視時間。尤其是吃飯或睡眠時間，如果經不住小孩再三請求，大人答應小孩說：「好吧！再看十分鐘。」這樣有了十分鐘，便有二十分鐘、三十分鐘的要求，只要習慣養成就無法限制時間了。

(四)特別節目，不要讓他看。譬如青少年棒現場播出到午夜，以致於影響兒童上課時間，所以最好讓兒童第二天才看比賽重播。



豐年徵文

指導兒童看電視可從兩方面來說，一方面要幫助兒童選擇適合他們觀賞的節目，另一方面則幫助兒童去了解或吸收節目的內容。

慎選節目——由於兒童缺乏判斷和選擇能力，加上電視精彩節目的誘人，以致大部份兒童，養成了有時間、有機會就看的習慣，所有的節目幾乎都想看。

為了顧及兒童的視力健康及功課，應該幫助他們選擇適合他們觀賞的節目，這些節目可以包括娛樂性、教育性和增廣見識的。

此外，在節目開放時間上也須注意，最好的收視時間，以不影響兒童進餐、做功課及睡眠為原則。

雖然有適合兒童觀賞的節目，但因播出時間正是兒童該睡眠的時間，那就不宜列入選擇範圍。而娛樂性的節目，也不宜太多，否則將有不良影響。

幫助了解內容——每一個電視節目都有它的主題，兒童對節目的主題和內容，不一定能了解，純粹只是觀賞，因此雖然是很好的教育節目，也產生不了教育的作用。

所以對節目內容，應該誘導或鼓勵他們思考，對於他們疑惑之處，則須立刻加以解說。這樣不但能訓練他們的思考能力，也能使他們真正了解並吸收節目的內容，不致使收看電視節目，只是為了打發時間而已。

幫助選擇節目

后里鄉甲后路219巷26 段淑惠

花卉和果樹的好消息!!

效果卓著——但缺貨好久的

花寶三號

HYPONeX 10-30-20

恢復供應!!

花卉：能使開花艷麗持久——

果樹：能使著果良好、糖度增加、提高品質、加倍收益——

■樣品、說明書、訂購辦法備索。

製造元 美國 HYPONeX 公司
台灣總代理 台和園藝企業股份有限公司
(玫瑰花推廣中心 關係企業)
台北市士林區中正路104巷1弄2號
電話：831-3302·831-3086
郵政劃撥：101360號

痤瘡

(青春痘)



外用

娜樂膚

有效!

液

郵政劃撥 13871 號

每瓶60元(另附寄費14元)兩瓶免收寄費

Lopond 雅邦製藥廠有限公司

台北市漢口街1段144號 電話：3314646
(第一百貨公司9樓906B室)

衛署藥製字第00009號 省衛藥廣字670581號