

Влияние телевизора на детей

«Убедительно просим увести ваших детей от наших голубых экранов» – говорит диктор телевидения в знаменитом мультфильме про Карлсона. А между тем, жизнь современных детей почти невозможно представить без телевизора.

Признаемся честно, нам, дорогие родители, так просто удобно – дети вроде бы чем-то заняты, они не мешают нам делать домашние дела и вообще просто не мешают отдохнуть после тяжелого рабочего дня.

Порою мы практически не разговариваем со своими детьми. При общении с ними используем односложные слова типа: «Поставь!», «Отойди!», «Молодец», «Быстрее!», «Не трогай!» и т.д. Но при этом от своих детей мы ждем, чтобы они были вежливыми, успешными в учебе, чтобы их было видно, но не слышно!

Чтобы понять, стоит ли «ящик» делать собеседником и воспитателем наших детей, важно посмотреть, как же влияет телевизор на наших любимых чад. Оставляя в стороне вопрос о качестве современной кинопродукции и ее влиянии на ценности и модели поведения детей (это тема отдельного разговора), посмотрим, как регулярный просмотр телевизора, в том числе в режиме видео, влияет на физическое состояние, умственное и психическое развитие детей.



А как же телевизор влияет на детей? Можно ли детям смотреть телевизор? Сколько часов ребенок может смотреть телевизор, не нарушая психику? Чем занять ребенка кроме мультиков?

Можно ли смотреть детям телевизор?

- малыши до 2-х лет. Деткам до двух лет не стоит вообще смотреть и слушать телевизор. Даже, если вы считаете, что ребенок его не смотрит. Ваш ребенок его слышит и впитывает как губка каждое слово, увиденное изображение, услышанный звук...

Многие мамы сажают детей за просмотр мультика, чтобы быстрее покормить или заняться своими делами. Но в итоге от этого больше вреда, чем пользы.

Ребенок должен постоянно активно двигаться, осваивать новые предметы, рисовать, лепить, строить, пересыпать, переливать. Во время просмотра телевизора ребенок пассивен, он не развивается.

- дети от 2-х до 3-х лет. Разрешается смотреть телевизор не более 15 минут в день. Внимательно выбирайте материал, который будет смотреть ваш малыш. Избегайте просмотра мультиков без звуков, так как это может негативно отразиться на развитии речи ребенка. Если вы включаете телевизор, оставайтесь вместе с ребенком и комментируйте увиденное на экране. Ребенок должен правильно воспринимать и усваивать информацию, показанную по телевизору.

В период до 3-х лет активно идет процесс развития речи, памяти, внимания и интеллекта. Телевизор влияет на психическое состояние ребенка. Происходит быстрая смена картинок, неокрепший мозг не успевает перерабатывать такой поток информации. Ребенок находится в перевозбужденном состоянии и, как следствие, появляется плохой сон, страхи и капризы.

- дети от 3-х до 6-ти лет. Разрешается смотреть телевизор не более 40 минут в день, желательно с перерывами. В этом возрасте ребенок познает мир через экран телевизора. Выбирайте, какую информацию усвоит в это время ваш ребенок. Следите за тем, какие мультики он смотрит, лучше всего записать хорошие мультики, развивающие программы и передачи. В этот период активно развивается творческое

мышление. А если ребенок смотрит на готовое изображение, его воображение перестает работать.

- дети с 7-ми лет. Разрешается смотреть телевизор до 90 минут в день с перерывами. Обязательно следует контролировать ребенка, смотреть, сколько времени он проводит у телевизора. Ведь у него может появиться зависимость. Старайтесь не оставлять ребенка одного, найдите для него альтернативные занятия.

Требования к просмотру телевизора

- - смотреть только в сидячем положении;
- - размер экрана должен быть от 21 дюйма. При увеличении экрана должно увеличиваться и расстояние до него;
- - смотреть телевизор с расстояния не менее двух метров;
- - смотреть телевизор только при включенном свете в комнате.

Последствия

просмотра телевизора у детей, рано начавших его смотреть и проводящих много времени перед ним:

- Постоянно работающий телевизор оказывает отрицательное влияние на психическое и физическое здоровье ребенка. Физическое развитие замедляется, так как ребенок сидит и смотрит в одну и ту же точку. Дети по природе очень активны и любознательны и после неподвижного сидения наступает период перевозбуждения, агрессии и капризов.

-У детей ухудшается зрение. Причем ухудшение происходит постепенно.

-Замедляется работа мозга. Ребенок перестает творчески мыслить и придумывать новые идеи. За него это делает телевизор.

- Уменьшается объем памяти и снижается уровень наглядно-образного мышления. Дети перестают интересоваться предметами и событиями, позже начинают читать, их речь очень проста.

- Нарушено развитие воли и желание добиться поставленной задачи, так как ребенок не совершает никаких активных действий.



Советы по уменьшению влияния телевизора на детей:

- Следует ограничить время, проведенное за просмотром телевизора. Например, 2 мультика в день. Однако не запрещать, а договариваться и предлагать альтернативу – чтение, рисование, прогулка, совместные игры, лепка. Дети очень любят помогать взрослым. Воспользуйтесь этим.
- Телевизор должен стоять в таком месте, чтобы он привлекал минимум внимания.
- Создайте определенные правила и соблюдайте их. Во время еды телевизор смотреть нельзя.

Важно, чтобы наши дети выросли умными, любознательными и активными. Конечно, смотреть телевизор можно, но стоит это делать в разумных пределах.