

«Телевидение и дети»

«Телевизор» - обязательный домашний питомец в каждом доме. Телевизор и телевидение заняли прочное первое место во времяпровождении наших детей. Место, которое раньше по праву принадлежало подвижным играм дома и на улице. Дети стали домоседами со многими физическими и психологическими проблемами. Телевидение фактически отгораживает детей от внешнего мира.

Отличительная черта времени, в котором мы живем стремительное проникновение телевидения и информационных технологий во все сферы жизни человека. На тему «Дети и телевизор» написано огромное количество статей, проведены исследования, высказаны мнения, но проблема как была, так и осталась. По мнению многих родителей, как только ребенок переступает порог дома, телевизор становится его полноправным хозяином. Дети смотрят телевизор, а родители смотрят на детей и начинают переживать по этому поводу. А есть ли на то причины? Давайте постараемся вместе разобраться в вопросах:

- Телевидение в жизни ребенка-это хорошо или плохо?
- Сколько и что должны смотреть дети?
- Должны ли взрослые контролировать просмотр телепередач детьми?

Вопрос, о том, стоит ли маленьким детям смотреть телевизионные передачи, является актуальным. Не секрет, что большинство родителей сажают ребенка перед телевизором чуть ли не с года, чтобы он хоть на миг оставил их в покое. В тоже время многочисленные свидетельства врачей, психологов, педагогов подтверждают, что такое времяпрепровождение не приносит ничего, кроме вреда. Длительный просмотр телепередач в этом возрасте приводит к переутомлению зрения, частое мелькание кадров, особенно в клипах, сопровождаемых громкой музыкой, нередко провоцирует нарушение деятельности нервной системы, вплоть до судорог. Быстрая смена изображений не дает ребенку возможность понять смысл

происходящего, а сцены насилия, которые изобилуют сегодняшние фильмы, наносят непоправимый вред детской психике. Очень вредно для детей, если в квартире постоянно работает телевизор: его вроде бы никто не смотрит, но и не выключает. Ребенок постоянно находится в зашумленной среде: играет, разговаривает с родителями, кушает, засыпает под звуки телевизора. Следует помнить, что и взрослым и детям иногда нужно побыть в тишине и покое, наедине с собой и близкими.

2. Факты и комментарии.

- 2/3 наших детей в возрасте от 5 до 12 лет смотрят телевизор ежедневно.

- Время ежедневного просмотра телепередач ребенком составляет в среднем более двух часов.

- 50% детей смотрят телепередачи безо всякого выбора и исключений.

- 25% детей в возрасте от 5 до 10 лет смотрят одни и те же передачи от 5 до 40 раз подряд.

- 38% ребят в возрасте от 5 до 12 лет, отвечая на вопрос о том, как они предпочитают проводить свободное время, на первое место поставили телевизор, исключив при этом занятия спортом, прогулки на свежем воздухе и общение с семьей.

«О проблеме телезависимости»

Телевизор в гостиной, телевизор на кухне, телевизор в спальне... Современные дети превратились в телеманов. При включенном телевизоре дети играют, общаются с друзьями и родителями, едят и спят. Они зависят от мерцания голубого экрана почти в той же мере, что и взрослые от алкоголя или сигарет. Последствия этого пристрастия могут быть довольно серьезными. Дети, которые много смотрят телевизор, обычно имеют избыточный вес, менее подвижны, у них выше уровень холестерина в крови.

Советы родителям:

1. Откажитесь от привычки «спихивать» ребенка на телевизор, как на электронную няньку, даже если вы очень заняты. Вместе этого подыщите ему какое-нибудь дело, пусть учится рисовать или лепить, слушать музыку, развивайте интерес к книге.
2. Выберите достойные передачи. Просмотрите заранее программу на неделю и отметьте те передачи или фильмы, которыми, на ваш взгляд, следовало бы ограничиться.
3. Назначьте один день без телевизора. Объясните, что все, в том числе мама и папа, должны подыскать себе на этот день более полезные занятия.
4. Не ставьте телевизор в детской, если только не хотите окончательно потерять контроль над тем, какие передачи и в какое время смотрит ребенок.
5. Не оставляйте телевизор включенным для создания шумового фона. Если ребенок хочет услышать что-нибудь, пока рисует или занимается, включите радио.

Правила для родителей.

1. До 2-2,5 лет ребенку нельзя(!) смотреть телевизор, от 2 до 3 лет (а лучше позже) – не более 15 минут в день, и только вместе с мамой. Она должна проговаривать вслух все, что происходит на экране, и объяснять это ребенку. Такой пересказ необходим, потому что 2-3 летний малыш не успевает понять смысл происходящего на экране, так как скорость его зрительного восприятия несравнима со скоростью восприятия старших детей и тем более взрослых.
2. Смотреть можно только передачи, предназначенные для маленьких детей, лучше всего отечественные мультфильмы с четкой, ясной картинкой, мелодичной музыкой, добрыми, нестрашными героями и понятным, доступным малышу содержанием.

3. Желательно периодически просматривать одни и те же мультфильмы, как перечитывают знакомые книги. Это способствует лучшему пониманию, более осознанному восприятию, элементарному предвосхищению уже известных событий.
4. Передача «Спокойной ночи, малыши!» может быть рекомендована детям начиная с 3 лет, до этого возраста им трудно ориентироваться в сюжете передачи и переходить от беседы Хрюши и Степашки с ведущим к мультфильму, для начала можно посмотреть только первую часть передачи, мультфильм записывать, а просматривать его в другой день.
5. Если Вы заметили, что вечером ребенок перевозбуждается от просмотра телепередач, делайте это только по утрам, а вечером почитайте знакомую книжку, расскажите сказку, поговорите с малышом о том, как прошел день, что Вы с ним видели, что делали, как играли, что нового он узнал.
6. Никогда не оставляйте ребенка одного перед телевизором и не разрешайте смотреть «взрослые» передачи. Не поощряйте игры с пультом переключения каналов без Вашего ведома. Мало ли что он увидит!

«Влияние телевидения на детей».

Какие опасности таит в себе просмотр телевизионных передач?

1. ПЕРЕУТОМЛЕНИЕ. Телевизионная программа – калейдоскоп звуков и образов. Пытаясь уследить и разобраться в них, ребенок тратит много сил. Для сравнения просмотр полуторачасового фильма равнозначен полуторачасовому приему гостей: огромному количеству рассказов о делах, политике, выяснению отношений. При этом телевизионные передачи вызывают не просто усталость, а перевозбуждение.
2. ЗАВИСИМОСТЬ. Если вы частенько включаете телевизор для того, чтобы занять ребенка, отвлечь его, пока занимаетесь своими делами, он рискует привязаться к нему как к другу. Ведь телевизор может и утешить и отвлечь

от неприятных мыслей. При этом он ни о чем не просит и не обижается – чем не настоящий друг?

Старайтесь не превращать телевизор в участника семейных ритуалов: обедов и ужинов, разговоров перед сном. Задумайтесь о роли телевидения в своей жизни. Если оно давно вытеснило друзей, интересные поездки и стало вашим хобби, наивно предполагать, что ребенок избежит той же участи. В этом случае, затеяв борьбу с экраном, прежде всего, начните с самих себя.

3. ПАССИВНОСТЬ. Во взаимодействии человека и телевизора активную роль играет именно телевизор. В любом другом виде развлечений вам неизбежно приходится делать что-то самим. В шахматах - думать, при прочтении книги мозг совершает огромную работу по превращению букв в слова, слов в образы, а воображение трудится, оживляя людей, события, пейзажи. Для общения с гостями вам нужно уметь поддерживать беседу. К тому же, чем бы вы ни занимались, вас обязательно будет интересовать результат действий: кто выиграет, чем закончится книга, как сложится вечер. А в ситуации «общения» с телевизором вы всегда остаетесь ни при чем, так как ни на что не можете повлиять. Ваша задача заключается лишь в выборе программы.

Долгое сидение у телевизора наносит огромный вред нравственному и психическому здоровью детей. Самое, пожалуй, страшное - воспитанная телевизором привычка воспринимать информацию бездумно, как готовую жвачку. Мелькающие на экране картинки, бесконечный поток сведений не оставляет времени для осмысления. Телевизор давно стал частью нашей жизни, и даже при самом дозированном просмотре многие детишки становятся его заложниками. Современные дети все чаще идентифицируют себя с выдуманными персонажами и все реже - с реальными людьми. Их воображение в большей степени захвачено миром телевизионных историй. Встает вопрос о том, насколько успешно они смогут приспособливаться к жизненным ситуациям, воспринимать роли матери и отца, их взаимоотношения с друзьями и межличностные связи вообще.

