Спиридонова Тамара Ивановна  
педагог высшей квалификационной категории  
ДТО "ТЕЛЕ-КИНО" в ГАОУ ДПО "ТемоЦентр"  
г.Москва

Ребенок и голубой экран

?

      Телевизор для многих молодых родителей становится нередко настоящим спасением.

Ведь так хочется немного отдохнуть от трудового дня, уютно устроившись перед экраном и хотя бы ненадолго погружаясь в чужую, такую отличную от повседневности жизнь.

Кроме того, это гарантирует несколько часов полного отдыха от своего неугомонного чада.  Ребенок с удовольствием усаживается вместе с вами, он наконец ничего не требует и не пристает. Такая ситуация знакома многим.

В результате дети уже с самого раннего возраста смотрят телевизор примерно десять часов в неделю, что во много раз превышает рекомендованную норму. Нужно ли говорить о том, чтос первых лет жизни наши дети становятся телезависимыми.

При этом, чем меньше ребенок, тем больше времени молодые мамы проводят с ним у телевизора. День за днем малыш привыкает есть перед голубым экраном, засыпать под негромкое урчание маминой любимой передачи, а через несколько месяцев он и сам начинает с любопытством поглядывать на движущиеся картинки.

Психологи пока затрудняются сказать, как они действуют на сознание младенца, однако очевидно, что в этом возрасте чувственное восприятие ребенка полностью зависит от родителей.

Поэтому постарайтесь ограничить по максимуму совместное с малышом время пребывания перед телевизором. Ваше внимание должно быть сосредоточено только на любимой крохе, а не на холодном мерцании экрана.

Безусловно, полностью избежать контакта с телевизором вряд ли получится. Да, пожалуй, и не стоит этого делать.

Ведь уже начиная с шести месяцев ребенок начинает сознательно воспринимать увиденное, а просмотр телевизора, безусловно, в разумных пределах, становится для него определенным жизненным опытом.

      Психологи отмечают, что в возрасте 6-18 месяцев малыш может научиться правильно обращаться с игрушкой, которую он увидел недавно по телевизору. Однако лучше всего, если на этом этапе просмотр телевизора будет сводиться к короткому просмотру программ, которые специально предназначены для самых маленьких зрителей.

Старайтесь при этом не оставлять малыша наедине с включенным телевизором. У него может развиться необоснованное чувство страха. Кроме того, интеллектуальных и эмоциональных средств, чтобы объяснить то, что происходит на экране, у ребенка еще недостаточно.

      В возрасте 1,5-2 года у детей много эмоций вызывают мультфильмы, однако у него не хватает слов, чтобы их выразить. В этом ему на помощь должны прийти родители, которые озвучат за ребенка то, что он интуитивно чувствует. Ребенок подражает, повторяет слова и таким образом запоминает их. Также непосредственно во время просмотра родителям следует пояснять малышу происходящее на экране.

      К 3–4 годам дети начинают идентифицировать себя в окружающем мире, они осознают разницу между воображаемым и реальным. Ребенок уже понимает, что мультфильм - это выдуманная реальность, однако все дети с удовольствием погружаются в мир сказочных принцев, фей и говорящих животных, которые становятся персонажами их детских игр и фантазий.

Сегодня малыши все чаще отождествляют себя с выдуманными персонажами и все реже - с реальными людьми.

В этом возрасте важно научить ребенка не принимать на веру все то, что он видит при просмотре телевизора и не путать вымышленное представление о действительности с самой действительностью.

И конечно родителям надо взять за основу памятку «Ребенок и телевизор».

Общие советы по организации просмотра ребенком телевизора:

1. Постарайтесь как можно дольше откладывать первое знакомство ребенка с телевизором сопротивляться зависимости от телеэкрана будет крайне сложно.

2. Ограничивайте время нахождения ребенка у экрана 10-15 минутами в день в младшем дошкольном возрасте, 30 минутами в среднем дошкольном возрасте, 45 минутами в старшем дошкольном возрасте, а при появлении признаков изменения психосоматического состояния - неподвижный взгляд, учащенное дыхание, расширенные зрачки, отсутствие реакции на обращение взрослого, двигательное беспокойство, нервозность - немедленно прекращайте просмотр, даже если «нормативное» время еще не исчерпано.

3. Выбирайте для просмотра передачи, фильмы и мультфильмы, подходящие ребенку по возрасту предпочтительны отечественные мультфильмы и фильмы, хотя далеко не все и не в любом возрасте, передачи развивающе - познавательного характера для детей старшего дошкольного и школьного возраста.

4. Тщательно следите за содержанием телеэфира желательно находиться рядом с ребенком во время просмотра, чтобы иметь возможность пресечь ненужную, вредную информацию, объяснить непонятное.

5. Ни в коем случае не используйте телевизор как фон для других занятий, особенно для еды.

6. Правильно организуйте место просмотра: расстояние от глаз ребенка до телевизора должно быть не менее 3-4 метров, центр экрана должен быть на высоте кончика носа ребенка.

7. Следите за положением тела ребенка при просмотре, оно должно быть прямым, сидячим. В настоящей статье представлен исследовательский материал о телезависимости детей. Данный материал будет полезен и для родителей.  
  
Используемый источник:

### Гальченко Анна. ученица 10 класса  МОУ «Воеводская СОШ»/[Публицистика. "Осторожно, голубой экран!"](http://portfolio.uga.akipkro.ru/blog/troyan/8/2011/01/23/publicistika)//Веб- портфолио Троян Н.В., учителя русского языка и литературы МОУ "Воеводская СОШ" Целинного района Алтайского края  [http:// portfolio.uga. akipkro.ru/ blog/troyan/8/2011/01/23/publicistika](http://portfolio.uga.akipkro.ru/blog/troyan/8/2011/01/23/publicistika)