**Консультация для родителей**

**«Телевидение и дошкольник, или что смотрит ваш ребенок»**



**В современном мире телевидение получило очень широкое распространение. Телевизор есть в каждом доме, и практически все люди смотрят его, дети же не являются исключением. Родители начинают приучать детей к телевизору с самого раннего детства, стремятся всеми возможными способами развивать ребёнка. А телевизор это очень удобно – приносит удовольствие ребёнку, а так же расширяет его кругозор. Но часто родители забывают, что телевизор не всегда несёт в себе только положительные аспекты.**

**В настоящее время практически не вызывает со­мнения тот факт, что сцены насилия, демонстрируемые с экранов телевизоров, способствуют повышению уровня агрессивности зрителя, и в первую очередь, детей.**

**В своей книге «Откажитесь от привычек к телевизору» Дж. А. Вилкинз пишет, что за каждый час телевизионного времени на экране совершается 9 актов насилия 21 акт приходится на каждый час детских мультфильмов. По мнению автора, телевидение совершает своего рода насилие над детьми и учит их агрессивному поведению. Очень часто именно просмотр телепередач обуславливает возникновение детских страхов.**

**Страх – эмоция, возникающая в ситуации угрозы реальной или воображаемой. Большинство учёных считают, что детские страхи это обычное явление для детского развития. Страх, как и любая другая эмоция, выполняет определённую функцию и позволяет ребёнку и взрослому человеку ориентироваться в окружающей его предметной и социальной среде.**

****

**Однако страхи, возникающие под влиянием фильмов и телепередач, не являются полезными эмоциями, эти страхи не предостерегают человека от возможной опасности. Поэтому, дети только чувствуют дискомфорт от этих страхов.**

**Гиперактивность встречается у мальчиков в 8 раз чаще, чем у девочек. Мальчики видят очень яркие образцы мужской жестокости по телевизору. Они получают мощные послания: «Будьте крутыми, не проявляйте эмоции перед лицом жестокости». Так как у них нет приемлемого способа освободиться или выразить тот стресс, который они чувствуют, выброс адреналина вызывает гиперактивное состояние, при котором лишняя энергия заставляет этих ребят постоянно двигаться и нервничать.**

**До четырехлетнего возраста дети не в состоянии различить правду и вымысел, когда смотрят телевизор. Для дошкольника телевидение - это источник полностью достоверной информации о том, как функционирует этот мир. Хотя жестокость в телевизионных программах стимулирует реакцию, направленную на выживание, она может стать обычным, ежедневным явлением. Похоже, что врожденное видовое чувство выживания может притупиться и, в конечном счете, замениться стремлением к подавлению других людей и привлекательностью жестокости. В более позднем возрасте подростки и взрослые под действием сильного стресса склонны возвращаться к наиболее ранним впечатлениям о том, что такое жестокость и какова ее роль в обществе. Большая часть этих ранних впечатлений могла появиться под влиянием телепередач.**

**За последние 20 лет резко увеличилось количество детей, которые умеют воспринимать только зрительную информацию, на слух же воспринимают плохо. И в общении с другими детьми у них возникают сложности. Почему это происходит?**

**Во время сидения у телевизора ребенок не нуждается в том, чтобы задействовать механизмы активной речи – он только слушает.**

****

**На речь отрицательно влияет не только молчание перед телеэкраном. Передачи в основном построены стереотипно и никак не побуждают ребенка развивать собственную фантазию и творческие способности. Поэтому речь детей в игре становится скудной — они ограничиваются восклицаниями наподобие тех, что встречаются в комиксах, бессвязными обрывками фраз и нелепыми имитациями шумов, сопровождая их роботоподобными движениями.**

**У родителей сегодня все меньше времени для детей: в среднем у матери для нормального разговора с ребенком остается примерно двенадцать минут в день, тогда как перед телевизором дети проводят по несколько часов в день.**

**Английский логопед Салли Уорд в результатах своих десятилетний исследований установила, что 20% детей к девяти месяцам отстают в развитии, если родители пользовались телевизором как нянькой. Но, если они ограничивали телевизор и начинали усиленно общаться с ребенком, то малыш мог нагнать своих сверстников всего за 4 месяца.**

**Кроме влияния на речь, телевидение способствует потере интереса ребенка к спонтанным, творческим играм и естественному движению, не давая детям достаточно стимулов для формирования двигательных навыков. Нехватка разнообразия внешних раздражений может привести к тому, что пострадают творческие способности, фантазия и интеллект. Дефицит ощущений усугубляется недостатком стимулирующих условий в больших городах.**

**Вы спросите: Что же, совсем запретить ребенку смотреть телевизор? И как компенсировать уже причиненный вред?**

**Совсем запрещать ребенку смотреть телевизор – наверное не выход, но следует ограничивать время просмотра. Для детей дошкольного возраста рекомендуется смотреть не более 1 часа, для школьников – до 2 часов в день.**

**В качестве компенсации подойдут любые совместные занятия с ребенком, такие как рисование, лепка, чтение, подвижные игры, домашние дела или просто совместная прогулка. Окупится любое, даже самое малое ваше усилие.**

**Нужно постараться создать ребенку как можно более благоприятные условия для творческих игр, получения живого чувственного опыта и энергичной активности. При этом не нужно брать на себя роль массовика-затейника. Главное — разбудить в ребенке естественную тягу к деятельности и направить ее. Потом ребенок и сам отлично сумеет себя занять.**

**Эффективность следующих форм руководства просмотром телепередач в семье:**

* **обсуждение увиденного на экране с выделением в нем содержания, наиболее существенного и одновременно значимого для ребёнка, соответствующего его интересам и потребностям;**
* **побуждение детей к высказываниям оценок и суждений об увиденном;**
* **стимулирование у детей желания осуществлять перенос полученных знаний в различные виды детской деятельности (игра, конструирование, рисование, аппликация и т.п.)**

**Детство – это самая счастливая и беззаботная пора для любого ребёнка. В этом возрасте ребёнку вовсе не нужно задумываться о несправедливости и жестокости мира, о терроризме и катастрофах. Ребёнок должен учиться познавать мир, и никакие страхи не должны мешать ему в этом. Конечно, телевизор это источник информации, и совсем пренебрегать им не следует, однако нельзя забывать и о том, что телевиденье - не средство для полноценного развития ребёнка.**

***Сколько по времени можно смотреть телевизор? Существуют простые способы увести детей от экрана.***

**Какой родитель не прибегал к помощи телевизора, чтобы занять своего ребенка? Действительно, ведь на плечах родителей столько забот. Однако вы, вероятно, знаете, что важно ограничивать время просмотра телевизора для дошкольников. В 2010 году проводились исследования на 1 314 детей, которые  показали, что, чем больше ребенок в возрасте от двух с половиной до четырех с половиной  лет смотрит телевизор, тем меньше он будет стремиться к физическим занятиям в возрасте 10 лет. Доказано, что просмотр телевизора влияет на успеваемость в школе и на то, что дети начинают есть больше вредных продуктов и пить больше газированных напитков.**

***Альтернативы телевизору для дошкольников***

**Несомненно, большую часть времени дошкольник должен проводить в играх, обучении, взаимодействии с вами и другими людьми. Но, когда вы чем-то заняты, постарайтесь занять ребенка, но не телевизором, а другими вещами:**

* **По возможности вовлеките ребенка в то, чем заняты вы. Дайте ему маленькую швабру, и пусть он тоже подметет с вами пол. Ребенок вполне может вытереть пыль или пропылесосить ковер детским пылесосом. Если ему нравится смотреть, как вы готовите, в процессе готовки научите его цветам и названиям продуктов или дайте ему не сложное задание, например, добавлять и перемешивать ингредиенты.**
* **Купите специальную корзину и положите туда предметы, которые заинтересуют ребенка. Корзину можно наполнить книгами, мозаикой и игрушками. Пусть эта корзина хранится в недоступном для ребенка месте, и доставайте ее только когда она действительно необходима.**
* **Диски. Купите диски с интересными историями для дошкольников. Когда вы будете заняты, ребенок сможет слушать интересные рассказы. Также вы сами сможете записать то, как вы читаете ребенку его любимый рассказ. Такой способ поможет развить слуховые способности ребенка.**

***6 советов как ограничить время просмотра телевизора для дошкольников***

**Согласно рекомендациям Американской Академии Педиатрии, ребенок в возрасте 2 лет и старше должен смотреть хорошие детские программы не более 1-2 часов в день. Наши советы помогут вам развить в ребенке полезные привычки, связанные с просмотром телевизора.**

1. **Подходите к вопросу просмотра телевизора с умом.  Если вам приходиться использовать телевизор в качестве временной няни для ребенка, обязательно обращайте внимания, сколько ваш ребёнок находится перед экраном телевизора. Выбирайте успокаивающие, обучающие передачи, как, например, «Даша-следопыт».Также для просмотра хорошо подходят передачи, где много поют и танцуют.**
2. **Избегайте рекламы. Дети смотрят по телевизору  40 000 рекламных роликов в год. Согласно Американской Академии Педиатрии, дети младше 6 лет не понимают разницу между рекламой и телевизионной программой. Выбирайте некоммерческое телевидение, чтобы избежать рекламы или просматривайте только образовательные программы. Согласно исследованиям, из более 120 000 рекламных роликов о еде, 67% рекламировали нездоровую пищу. И большинство роликов передавались во время детских передач.**
3. **Смотрите телевизор вместе со своим ребёнком. Во-первых, найдите программу или DVD, подходящую по возрасту и садитесь вместе с ребенком для просмотра. Таким образом, просмотр телевизора станет особым событием, считает доктор Шифрин. Не переключайте программы, когда передача закончится. Вместо этого, выключите телевизор и займитесь чем-нибудь другим.**
4. **Объясните своему ребенку, почему вы выключаете телевизор. Шифрин предлагает сформулировать свой ответ так: «Я сейчас выключаю телевизор, потому что не хочу, чтобы он отвлекал меня все время». Или вы можете сказать ребенку, что посмотрели уже достаточно передач. Обязательно объясняйте ребенку свои действия. Важно заранее сказать ребенку, сколько передач вы собираетесь посмотреть, еще до того, как включили телевизор. Детям необходимо знать, чего им стоит ждать.**
5. **Используйте телевизор, чтобы вызвать у ребенка желание заняться чем-то еще. Если вас беспокоит, что ребенок не достаточно движется, включите такие передачи, где во время** [**игры**](http://www.yod.ru/articles/id_1526/) **нужно вставать и выполнять какие-либо физические упражнения. Делайте упражнения вместе со своим ребенком. В дошкольном возрасте единственный способ заинтересовать ребенка в физической активность – заниматься вместе с ним.**
6. **Показывайте пример. Если вы не хотите, чтобы ваш ребенок много смотрел телевизор, не смотрите его сами. Уберите телевизор из своей спальной комнаты и из комнаты ребенка. Не включайте телевизор, как только вы вошли в квартиру, не оставляйте телевизор включенным, если дети его не смотрят. Телевизор становится шумовым фоном, заполняющим пустоту. И это может быстро войти в привычку.**

****