

Здоровье дошкольника и телевидение

Некоторые рекомендации для родителей

- Не поддавайтесь искушению облегчить себе жизнь, усадив малыша перед телевизором и занявшись в это время своими делами. Помните, что психика ребёнка формируется только в совместной деятельности со взрослым.

- Чётко регламентируйте просмотр ребёнком телепрограмм. Максимальное количество времени у экрана не должно превышать возрастные нормы (при просмотре художественной сказки в старшем дошкольном возрасте от 15-20 минут до 1 часа в день).

- Оградите ребёнка от просмотра рекламы, информационных программ, а также художественных фильмов, ориентированных на взрослую аудиторию.

- Старайтесь отслеживать содержательность и художественность детских программ, чтобы исключить низкопробную видео- и телепродукцию.

- Обсуждайте с ребёнком сюжеты просмотренных фильмов. Важно понять, что он думает, чувствует, как бы поступил в той или иной ситуации. Научите ребёнка анализировать и оценивать поступки и понимать чувства других людей. По мнению А.В. Запорожца, просматривая и обсуждая мультфильм или художественный фильм-сказку, дети **учатся, чему надо радоваться и и из-за чего надо огорчаться**. Совместное обсуждение позволит им понять, что такое успех, победа, взаимопомощь, боль, предательство, сформировать свой способ поведения в конкретной ситуации.

После обсуждения можно предложить ребёнку нарисовать героев фильма или вылепить их из пластилина. При этом важно обратить внимание на изображение эмоций этих героев.

Для детей старшего дошкольного возраста можно организовать игру в режиссёр-мультипликаторов: придумать и нарисовать серию рисунков для нового фильма (с участием любимых героев) или продолжить понравившийся, но завершить его по-другому.

Всё это поможет ребёнку пережить положительные и отрицательные эмоции, свойственные герою, с которым он себя идентифицирует, понять, что ему ближе, и сформировать свой личный осознанный эмоциональный опыт.

Таким образом, признавая огромную роль телевидения в жизни каждого человека, мы должны помнить о той ответственности, которая лежит на взрослых: сделать всё возможное, чтобы исключить негативное влияние информационного потока на психику ребёнка.