

## ***Десять правил детского кинозала***

1. Телевизор не должен быть фоном вашей семейной жизни. Иными словами, включать телевизор можно только для того, чтобы посмотреть конкретную передачу, а после её окончания сразу выключить.
2. Мама и папа всегда должны знать, что именно смотрит их ребёнок. Просматривайте предварительно все мультфильмы, кассеты и знакомьтесь с содержанием телепередач. Вы должны понимать, что эта видеопродукция не нанесёт вред вашему ребёнку.
3. Никогда не подменяйте телевизором общение с малышом. Ребёнок очень быстро привыкает к такой ситуации и может отказываться общаться, выбирая более лёгкий путь.
4. Гораздо лучше показывать ребёнку мультфильмы в записи, чем оставлять его перед телевизором. Дети не готовы к адекватному восприятию потока рекламы, которая рассчитана на взрослый взгляд.
5. Обсуждайте с ребёнком то, что он смотрит по телевизору, высказывайте своё отношение к фильмам и мультфильмам, интересуйтесь точкой зрения малыша.
6. Подбирайте ребёнку фильмы и мультики, которые учат добру, отзывчивости, честности и храбрости.
7. Не ставьте телевизор в детской комнате, чтобы у малыша было меньше соблазнов его включить в любое время.
8. Кухня тоже не место для телевизора. Иначе постепенно телевизор заменит общение в вашей семье. Кроме того, психологами доказан факт, что дети, которые привыкли кушать и смотреть телевизор, чаще имеют избыточный вес.
9. Жизнь малыша должна быть насыщенной событиями, чтобы на просмотр телевизора не оставалось слишком много времени.
10. Если вы заметили, что у ребёнка уже возникла зависимость от телевизора: он требует включить заветный «ящик», отказывается слушать сказки, гулять или играть, требуя мультики, - срочно принимайте меры. Старайтесь приучать ребёнка к чтению, которое является активным процессом, в отличие от телепросмотра. Займитесь спортом, чаще гуляйте, привлекайте ребёнка себе в помощники, занимаясь домашней работой, и тогда у ребёнка не будет желания «уйти» из реальности в придуманный телевизионный мир.

Если бы взрослые больше интересовались содержанием и качеством телепрограмм, которые они предлагают (или не запрещают) смотреть своим детям, то знали бы, что:

- в современных мультфильмах все действия происходят слишком быстро, с такой скоростью, на которую ещё не способно детское восприятие;
- цвета, используемые мультипликаторами в современных мультфильмах, слишком яркие, а сочетания цветов чересчур контрастны. Это вызывает перевозбуждение ребёнка;
- с точки зрения морали далеко не все современные мультфильмы содержат положительные примеры и имеют поучительный смысл, как это положено в сказках;

- маленький ребёнок не всегда может отделить добро от зла в современных мультфильмах, поэтому зачастую положительный герой вдруг оказывается злодеем, а отрицательный герой вызывает у юных зрителей чувство жалости. Такое смещение системы ценностей может вызывать у детей невроты и оказывать неправильное влияние на формирование системы ценностей;
- агрессия, которой наполнены современные мультики и фильмы, вольно или невольно впитывается малышом, смотрящим вроде бы «детскую» передачу. Потом ребёнок обязательно станет воспроизводить ту модель поведения, которую он увидел на экране;
- просмотр телепередач может вызвать у малыша психологическое переутомление. Поток звуков и зрительных образов, которые попадают в детскую голову с экрана телевизора, практически никак не контролируется взрослыми, как и время просмотра. Ребёнок сидит неподвижно слишком много времени, отчего в его теле накапливается напряжение;
- во время просмотра у ребёнка возникает немало вопросов, но ответы на них он получить не может, потому что взрослые редко оказываются рядом;
- очень быстро у малыша возникает стойкая «телезависимость», из-за чего он начинает капризничать, требуя включить источник впечатлений. Даже взрослые люди, которые вроде бы умеют себя контролировать, могут проводить немало времени у голубых экранов, игнорируя важные и неотложные дела. А уж о детях и говорить не приходится.

Японские педиатры провели исследование и доказали, что длительный просмотр телепередач значительно снижает у детей коммуникативные навыки. Чем больше времени малыш проводит перед телевизором, тем выше у него уровень агрессии. Ребёнок отождествляет себя с мультипликационным персонажем.

Литература: Елизарова Н. В. Раннее развитие: Просто, как 1, 2, 3. – М.: Эксмо, 2011.