

Плюсы и минусы телевидения для дошкольников

Телевидение – это средство массовой коммуникации, которое передает звук и изображение через электромагнитные волны. Оно позволяет людям смотреть различные программы, включая новости, фильмы, спортивные события и развлекательные шоу, прямо на своих телевизорах.

Телевизор есть в каждом доме, и практически все люди смотрят его, дети же не являются исключением. Телевизор — это очень удобно – приносит удовольствие ребенку, а также расширяет его кругозор. Но часто родители забывают, что телевизор не всегда несет в себе положительные аспекты.

За последние несколько 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.

Английский педагог Салли Уорд в результатах своих десятилетних исследований установила, что 20% детей к девяти месяцам отстают в развитии, если родители пользовались телевизором, как нянькой.

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.

Многие элементы телевизионных программ не предназначены для детей. Даже с помощью устройства для «родительского контроля», а также специальных каналов для детей, вы не можете все фильтровать и отслеживать. Будьте бдительны и не оставляйте детей наедине с телевизором долгое время, всегда контролируйте, что они смотрят и как долго, напоминайте им о необходимости отдыха для глаз.

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. Очень часто именно просмотр телепередач обуславливает возникновение детских страхов, ночных кошмаров. Это и недоразвитие корковых отделов головного мозга, и развитие гиперактивности, нервного возбуждения.

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.

Ребенок быстро привыкает к телевизору, постепенно начинает постоянно требовать включать его любимые программы. Это может перерасти в истерику.

До четырнадцатилетнего 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. В отличие от взрослого организма, детский организм не отдыхает перед телевизором, а наоборот переутомляется.

Ребенок быстро привыкает к телевизору, постепенно начинает постоянно требовать включать его любимые программы. Это может перерасти в истерику.

Вокруг работающего телевизора создаются электромагнитные поля, которые также оказывают негативное влияние на психическое и физиологическое развитие организма.

Родители спрашивают: что же, совсем запретить ребенку смотреть телевизор? И как же компенсировать уже причиненный вред?

Существует несколько правил для просмотра ребенком телевизионных программ:

1. Смотреть телевизор обязательно только сидя в удобном положении. Просмотр телевизора в неправильной позе может привести к *нарушению осанки*. Сидение перед экраном часами отвлекает вашего ребенка от активных игр и упражнений, которые так необходимы для того, чтобы вырасти сильным и здоровым. Просмотр фильмов, даже развлекательных, это пассивный отдых, не вовлекающий детей в активное участие.

Если время просмотра телевизора ребенком приходится на вечер, в комнате необходимо организовать дополнительное освещение. А днем, желательно, прикрывать окна шторами, во избежание появления на экране бликов света, который проникает из не зашторенных окон. Для лучшего понимания сути подобных ограничений, необходимо знать, как устроена система зрения



ребенка и, как глаза детей реагируют на телевизионное и компьютерное изображения.

Во время телевизионных передач зрительные образы воспринимаются глазами ребенка как световой поток, преломляющийся в оптических средах и проецируемый на сетчатку глаза. Чтобы разглядеть

изображение более отчетливо, ребенок неосознанно напрягает определенные структуры органа зрения, ответственные за четкость зрительного восприятия. Когда зрительная система ребенка подобной нагрузке подвергается регулярно без соблюдения необходимого режима, и малыш долгое время проводит у телевизора, происходит сбой его зрительных функций. Следствием этого может стать активное развитие близорукости. Кроме того, довольно часто при недостаточном освещении в помещении и яркой подсветке компьютерного монитора или телевизора, у ребенка устают глаза - наступает зрительное утомление. Оно сопровождается покраснением глаз, резью в них и головной болью.

2. Часто за просмотром телепередач дети перекусывают вредными продуктами, вследствие чего формируются неправильные пищевые привычки ведущие к повышению массы тела, заболеваниям желудочно-кишечного тракта.
3. Не включать телевизор в фоновом режиме.
4. Не включать телевизор пока занимаетесь с ребенком творчеством или он играет.
5. Согласно СанПин, непрерывная длительность просмотра телепередач и диафильмов в младшей и средней группах - не более 20 мин., в старшей и подготовительной - не более 30 мин.

Просмотр телепередач для детей дошкольного возраста допускается не чаще 2 раз в день (в первую и вторую половину дня).

Экран телевизора должен быть на уровне глаз сидящего ребенка или чуть ниже.

Если ребенок носит очки, то во время передачи их следует обязательно надеть.



При просмотре телевизора нужно садиться на расстоянии более двух метров от экрана, самое главное по центру, а не сбоку. Нужно соблюдать правильную осанку и периодически менять позу, а в идеале и месторасположения относительно экрана. Чтобы узнать подходящее расстояние, умножьте размер экрана на 1,2. Например, если у вас телевизор с диагональю 98 дюймов, вам нужно

сидеть в 118 дюймах, то есть 3 метрах от него.

Гимнастику для глаз нужно проводить после каждого просмотра.

6. Кому противопоказан просмотр телепередач?

- детям до 2 лет
- детям с нарушениями нервной системы в следствие стресса
- детям с нарушениями нервно-психического развития
- впечатлительным детям
- детям, недавно перенесшим операцию на глазах
- детям, имеющим серьезные заболевания глаз.

Важно отметить, что как положительное влияние телевидения, так и отрицательное зависит от качества и содержания программ, а также от контроля и обсуждения родителями и педагогами. Поэтому важно выбирать подходящие программы и обсуждать их с детьми, чтобы максимизировать пользу или минимизировать негативное влияние от просмотра телевидения.

7. Выбор подходящих программ.

Родители должны выбирать программы, которые подходят для возраста и развития их ребенка. Например, программы с интерактивными элементами, музыкой и играми могут быть

+	-
Расширение словарного запаса: просмотр разнообразных программ может помочь детям узнать новые слова и понятия. Они могут услышать различные термины, названия предметов, имена животных и многое другое	Ограниченный словарный запас. Дети могут ограничиться использованием слов и выражений, которые они слышат на телевидении, и не развивать свой собственный словарь
Телевидение предлагает различные программы, в которых персонажи общаются друг с другом. Дети могут наблюдать за этими взаимодействиями и учиться, как правильно общаться, выражать свои мысли и слушать других. Это помогает развить навыки коммуникации и социальные навыки	Просмотр телевизионных программ может привести к недостатку коммуникативных навыков у дошкольников. Они могут предпочитать пассивное потребление информации через телевизор, вместо активного общения и взаимодействия с другими людьми. Это может затруднить развитие их навыков общения и социальной адаптации
Некоторые программы на телевидении могут вдохновить детей на развитие их воображения и креативности. Например, мультфильмы или программы о приключениях могут стимулировать детей придумывать свои собственные истории и игры. Это помогает развить их творческое мышление, воображение и способность к самовыражению	Просмотр телевизионных программ может привести к зависимости от телевидения у дошкольников. Они могут становиться слишком зависимыми от телевизора и тратить большую часть своего времени на просмотр программ вместо того, чтобы заниматься другими активностями
Телевидение предлагает множество познавательных программ, которые могут помочь детям узнать о различных темах, таких как наука, история, природа и т. д. Эти программы могут быть интересными и увлекательными, что способствует активному усвоению новой информации и развитию познавательных навыков	Дошкольники могут неправильно использовать язык, повторяя выражения и фразы, которые они слышат на телевидении. Они могут использовать неправильную грамматику или неподходящие слова в своей речи, не понимая их значения или контекста

полезны для развития речи дошкольников. Просмотр программ должен проходить в определенное время – это приучает детей к дополнительному самоконтролю.

Родители могут смотреть программы вместе с ребенком и обсуждать их содержание. Они могут задавать вопросы, выражать свое мнение и помогать ребенку понять, что происходит на экране. Это поможет развить критическое мышление и способность анализировать информацию.

Ничто в этой статье не должно быть истолковано как медицинский совет или заменять рекомендации медицинского работника. По конкретным вопросам обращайтесь к своему офтальмологу.

По материалам интернета
составила Е.В. Яковлева,
социальный педагог
МАДОУ «Детский сад № 6»