

Телевизор и компьютер – друзья детей?

Телевидение прочно вошло в жизнь наших детей. Экран все чаще заменяет бабушкины сказки, мамыны колыбельные и разговоры с отцом. Но ТВ не подходит на роль главного воспитателя: чрезмерное увлечение им не идет на пользу развитию психики ребенка.

Как понять, что пора ограничить время просмотра?

Ребенок отстает в развитии речи.

Дети позже начинают говорить, говорят мало и неохотно, их словарный запас беден и примитивен.

При чем здесь ТВ? Ребенок, сидящий перед экраном, постоянно слышит разговор. Но овладение речью в раннем возрасте происходит только в живом, непосредственном общении с другими людьми. Ребенку мало только слышать, ему необходимо участвовать в диалоге. Слова, не обращенные к нему лично и не предполагающие его ответа, не затрагивают волю малыша и не способствуют развитию его речевых навыков.

У ребенка нарушены внимание, способность к концентрации.

Чаще всего это проявляется на занятиях в детском саду, на уроках в школе. Он не в состоянии сосредоточиться на одном деле больше 3-5 минут, ему трудно усидеть на месте, постоянно нужно двигаться. Его голова может быть набита огромным количеством информации, но анализировать и устанавливать связи между фактами ему трудно. Он постоянно нуждается в новых впечатлениях и внешней стимуляции.

При чем здесь ТВ? «Волшебный ящик» предлагает бесконечный калейдоскоп картинок, сопровождаемых музыкой и отрывочными фразами. Осмысливать увиденное не нужно, да и времени нет: за одним кадром следует другой, они и «ведут» зрителя, не оставляя ему возможности осознать увиденное.

Ребенку не хватает фантазии и творческой активности.

Он теряет способность и желание чем-либо занять себя. Ребенку скучно рисовать, конструировать, придумывать сюжеты игр. Его ничего не интересует, не увлекает.

При чем здесь ТВ? Малыш, проводящий слишком много времени перед телевизором, привыкает лишь пассивно воспринимать информацию. Он и в жизни как бы оказывается по ту сторону экрана и ждет, когда кто-то «сделает» ему весело и интересно.

Ему неинтересно общаться с друзьями.

Его общение со сверстниками становится формальным: детям не о чем разговаривать или спорить, нечего обсуждать.

При чем здесь ТВ? Ребенку легче нажать кнопку и ждать новых развлечений. В крайнем случае, он предпочтет просто возиться или толкаться с приятелями.

Он становится агрессивным. Если раньше потасовка на дворе заканчивалась, как только противник оказался лежащим на земле, - этого было достаточно, чтобы чувствовать себя победителем. То теперь победитель с удовольствием бьет побежденного.

При чем здесь ТВ? Маленький ребенок не готов адекватно воспринимать информацию с экрана. Ученые выяснили, что только 50% родителей пытаются

объяснить детям негативные стороны насильственных действий, демонстрируемых телевидением, а 40% не придают никакого значения содержанию программ, которые смотрят их дети.

Что и когда смотреть?

Поскольку телевизор давно стал частью нашей жизни, и даже при самом дозированном просмотре многие детишки становятся его заложниками. Теле- и видеопродукция является частью их мира, и компетентность в вопросах мультимедиа и фильмов для них так же важна, как для взрослых - в вопросах литературы или искусства. Если совсем запретить ребенку смотреть мультики, ему не о чем будет разговаривать с другими детьми. Остается лишь узнать, как воспринимают картинку дети на разных этапах развития и в соответствии с этим извлечь из неизбежных просмотров максимальную пользу.

0-6 месяцев: там что-то движется

В первые недели жизни приглушенный звук телевизора лишь убаюкивает малыша, но уже в 2-3 месяца он поворачивает голову к светящемуся экрану, а еще два месяца спустя реагирует на знакомую заставку. На вопрос о том, как воздействуют движущиеся картинки на младенца, однозначно ответить нельзя. Очевидно, что на этом этапе развития чувственное восприятие целиком зависит от матери, отца или человека, ухаживающего за маленьким.

6-18 месяцев: слепое подражание

В этом возрасте ребенку трудно долго удерживать внимание на чем-то одном. Тем не менее, что-то увидев, малыш этому подражает. В этом смысле просмотр телевизора - это определенный опыт. Однако до того как ребенок начнет говорить, смотреть телевизор для него означает слышать и видеть что-то, недоступное пониманию. Неадаптированный сюжет совершенно лишен для него смысла. При этом, наблюдая за непонятным сюжетом, ребенок все-таки переживает его эмоционально. Было бы ошибкой считать, что он не оказывает на малыша никакого влияния.

Совет: Наиболее соответствуют восприятию не говорящего ребенка короткие программы, специально предназначенные для самых маленьких. Что касается диснеевских мультфильмов, их сюжет и словарь еще слишком сложен для детей такого возраста.

18 месяцев - 3 года: требуются объяснения

Старайтесь не оставлять малыша один на один с включенным телевизором. Существует опасность, что у него разовьется необоснованное чувство страха или сложатся ошибочные представления о мире, поскольку в этом возрасте дети еще не обладают интеллектуальными и эмоциональными средствами, чтобы объяснить то, что происходит на экране. Малыша, который смотрит мультфильм, переполняют эмоции и чувства, но ему катастрофически не хватает слов, чтобы их выразить. Единственный выход для родителей - озвучить то, что он интуитивно чувствует. "Узнаешь? Это птичка летит за львенком. Она хорошая, она ему поможет". Ребенок подражает, показывает пальчиком, потом повторяет слова и запоминает их. Только при условии повторений и комментариев родителей приобретенный опыт и его контекст запоминаются и обретают смысл.

Ошибочно думать, что 2-3-летний кроха все понимает, только потому что узнает того или иного персонажа. Называя его имя, он не всегда знает, что тот делает и почему.

3 - 6 лет: малыш примеряет роль экранного героя

Только к 3-4 годам ребенок приходит к пониманию разницы между воображаемым и реальным. Он уже знает, что мультфильм - это неправда, и с удовольствием исследует мир прекрасных принцев, фей и говорящих животных, который будет подпитывать его мечты, фантазии и активно участвовать в играх. Конечно, дети еще не полностью воссоздают цепь событий: то, что они видят, иногда путается с их собственными желаниями и личным опытом. Имитация становится их любимым занятием. Ребенок изображает доктора, который делает укол, строгого папу, которого надо слушаться. Дети любят идентифицировать себя с кем-нибудь из героев.

К сожалению, современные дети все чаще идентифицируют себя с вымышленными персонажами и все реже - с реальными людьми. Встает вопрос о том, насколько успешно они смогут приспосабливаться к жизненным ситуациям, воспринимать их взаимоотношения с друзьями и межличностные связи вообще.

Совет: Ограничьте покупку игрушек и вещей с символикой того или иного мультфильма. Чтобы ребенок заинтересовался реальностью, надо привлечь к ней интерес: вместе ходить на прогулки и выставки, покупать игрушки, развивающие воображение. Будьте осторожны с агрессивными, жестокими изображениями, которые могут оказать негативное влияние на психику.

Не остается бесследным для ребенка и «общение» с **компьютером**. Компьютеры, игровые приставки и прочие цифровые гаджеты – мы без колебаний покупаем их для наших детей, даже для самых маленьких. Сегодня компьютер стал привычным атрибутом жизни и занятия с использованием ЭВМ проводятся уже и в некоторых дошкольных учреждениях, а ребята с удовольствием играют в компьютерные игры, длительное время проводя у экрана монитора. Но ведь маленький ребенок – это очень чувствительный организм, все физиологические системы которого, в том числе и необходимые для успешного взаимодействия с компьютером, развиваются в дошкольном и младшем школьном возрасте. А поэтому нерегламентированные занятия, игры на компьютере на фоне постоянно увеличивающейся информационной нагрузки (дома, в детском саду, в школе) могут ускорить неблагоприятные изменения в самочувствии ребенка, повлиять на его психику.

Прежде всего, при работе на компьютере возникает *огромная нагрузка на глаза*. Ведь изображение на экране дисплея складывается из отдельных светящихся и мелькающих точек. Вносит свой вклад и неудачное расположение монитора, неправильная организация рабочего места.

Длительное нахождение в сидячем положении, неизбежное при работе на компьютере, приводит к постоянной *нагрузке на позвоночник и определенные группы мышц*. Следствием этого становятся искривления позвоночника (сколиоз) и разрушение межпозвонковых дисков.

Помимо этого у вас дома может появиться компьютерный фанат, погруженный в искусственный виртуальный мир, уводящий его от реальной жизни. А о необходимости живого общения уже упоминалось выше. Ребенок, не умеющий общаться, не сможет комфортно жить в социуме, дружить, у него будут проблемы в школе.

Большинство популярных в нашей стране компьютерных игр учат детей убивать. Монстров и людей, земных животных и инопланетян, рожденных фантазией разработчиков. При этом ручьем льется кровь, слышатся душераздирающие стоны, иногда даже души убитых на наших глазах отлетают к небесам.

Неудивительно, что, наигравшись в такие игры, дети начинают во сне вскрикивать и скрежетать зубами. Подобные ужасы не только пугают детей, но и притягивают. *В азарте игры ребенок становится кровожадным, ему нравится быть сильным, убивать и мучить.* Поэтому следите, чтоб у ваших детей не было таких игр.

Тем не менее, компьютер это не только зло. Сейчас существует множество программ и игр, способствующих развитию детей: энциклопедии с картинками, которые в занимательной форме преподносят ребенку самые различные знания, филологические игры, напоминающие «Эрудит» или «Поле чудес», развивающие игры, которые учат малышей раскрашивать, рассказывают о свойствах красок и оттенков, или обучают счету, азам арифметики, или знакомят с понятием формы, названиями геометрических фигур, или развивают память, логическое мышление: компьютерные варианты методик «исключи лишнее» и «добавь недостающее» и т. д. и т. п.

В играх детям необходимо научиться нажимать пальцами на определенные клавиши. Это развивает мелкую мускулатуру рук — тонкую моторику. Кроме того, действия рук необходимо сочетать с видимым действием на экране. Так, совершенно естественно, без дополнительных специальных занятий развивается необходимая зрительно-моторная координация.

Итак, компьютер может развивать множество интеллектуальных навыков. Но есть одно «но». Нельзя забывать о золотой середине. Родителям нужно понять, что компьютер — это не волшебная палочка, которая за один час игры сделает ребенка умным и развитым. Как и любые занятия, компьютерные игры требуют времени, правильного применения, терпения и внимания к ребенку со стороны взрослых.

***ВНИМАНИЕ!** Если вы просто даете ребенку диск с обучающими играми и ожидаете неослабевающего интереса и серьезных успехов, скорее всего вы будете разочарованы.*

Для самых маленьких компьютерные развивающие игры должны быть не средством получения информации, а способом самостоятельно проиграть и повторить то, что ребенок узнал от взрослого — из беседы, совместного занятия, чтения. Только в этом случае малыш действительно узнает что-то новое, а не просто посмотрит красивые картинки. Кроме того, вы сохраните с ним доверительные отношения: ребенок будет знать, что именно родители всегда смогут помочь ему найти ответ на любой вопрос, неважно, что они при этом будут использовать в качестве наглядного пособия. Общение с вами должно быть для ребенка приятнее, чем общение с компьютером. К тому же ни одна компьютерная «улыбка», появившаяся на экране при правильном выполнении задания, не может заменить родительской похвалы, нежного поцелуя в макушечку.

Советы родителям.

- Объясните детям, что почти все игры на компьютере основаны на скорости и точности реакции, а не на длительности сидения перед экраном;
- Оборудуйте правильно рабочее место:

Необходимо правильно организовать освещение компьютерного стола.

Следите за исправностью монитора и чистотой экрана, так как грязь дает дополнительное искажение.

Индивидуально подобранные стол и стул позволят ребенку соблюдать оптимальное расстояние от экрана до глаз (50—60 см).

Не ставьте компьютерный стол так, чтобы ребенок сидел спиной к окну. Блики на экране способствуют утомлению глаз.

Наиболее вредными считаются игры типа Doom и работа в Интернете. Ограничьте в этом своего ребенка.

Чаще проветривайте комнату;

- Разумеется, бессмысленно, да и незачем исключать из жизни и воспитания СМИ, но вы должны регулировать отношения ребенка с телевизором и компьютером, контролировать то, что он смотрит, тщательно отбирайте для детей компьютерные программы: они должны соответствовать возрасту ребенка, как по содержанию, так и по качеству оформления;
- Договоритесь о расписании. До 7 лет видеоигры необходимо дозировать: не чаще четырех раз в день по 15 минут. Но будьте внимательны: некоторые из них могут длиться гораздо дольше. Поэтому иногда можно разрешить сыну или дочери играть два-три раза в неделю, но дольше, чем обычно, – по полчаса в день;
- Помните: без ущерба для здоровья дошкольники и младшие школьники могут смотреть телевизор не более 1 часа в день;
- И самое важное – ничего не заменит вашему ребенку живого общения!
- При этом следует помнить, что взаимоотношения вашего ребенка с компьютером и телевизором напрямую зависят от вас. От того, какой пример вы подаете, сколько времени вы сами проводите перед экраном, насколько вас затягивают компьютерные игры или Интернет. Если мама на несколько часов «зависает» в Интернете, «качая» из мировой сети кулинарные рецепты или общаясь в чате, странно было бы ожидать, что ее ребенок научится управлять своим «компьютерным» временем.