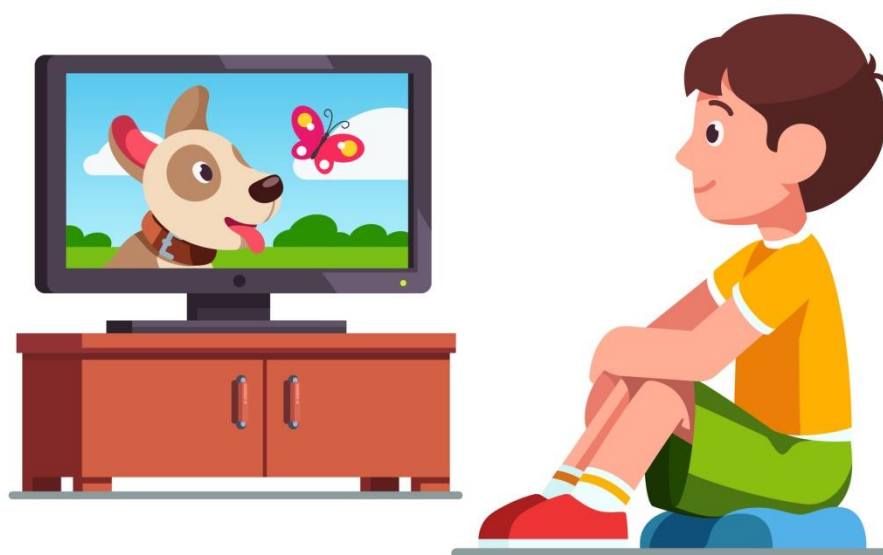



Консультация для родителей «Дети и телевизор»



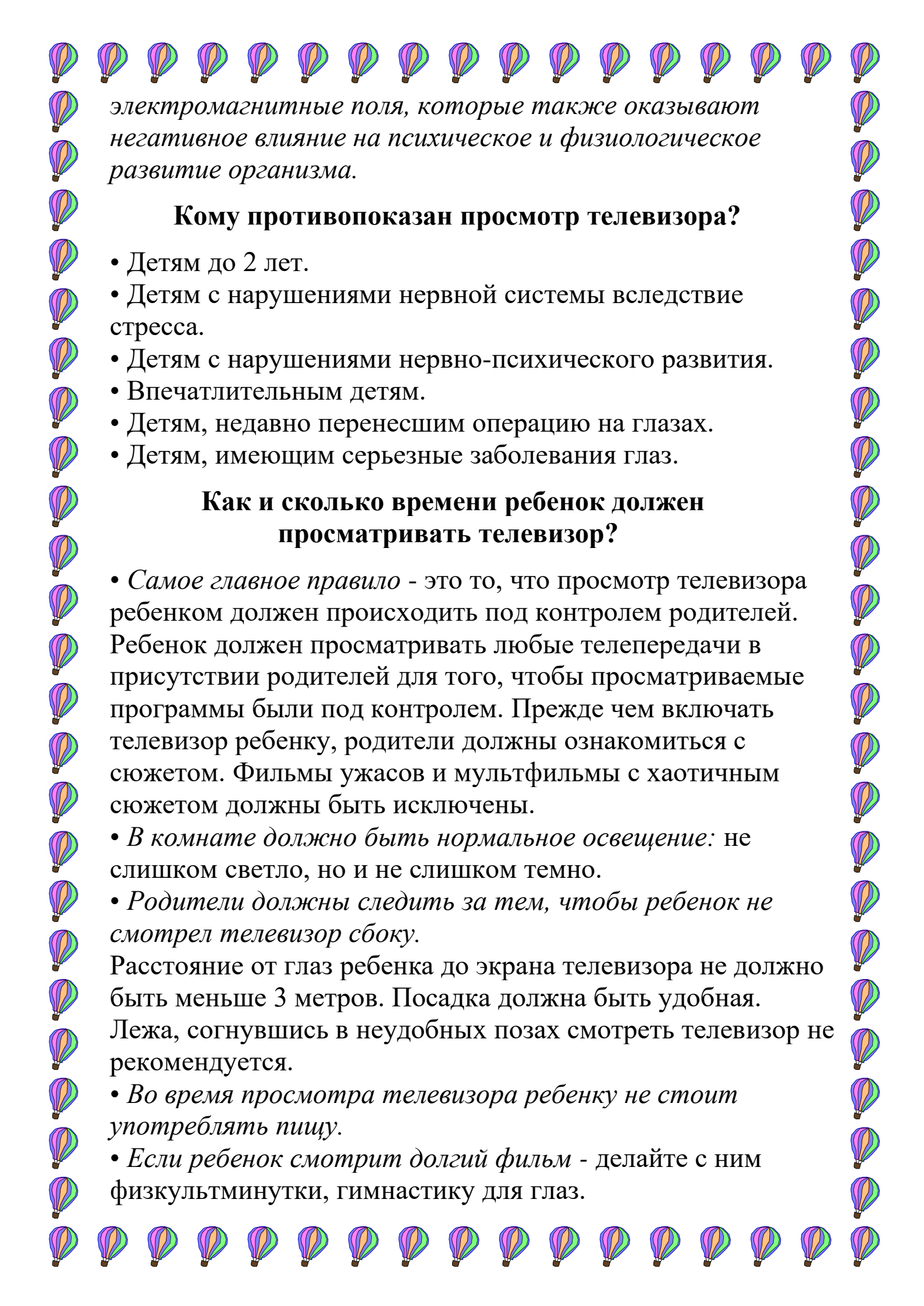
Подготовил воспитатель МАДОУ ЦРР - д/с № 33 Иванова А.В.



Сейчас в каждом доме есть телевизор. Взрослые смотрят различные телепередачи на кухне, в спальне. Вместе со взрослыми дети проводят время перед телевизором смотря самые различные по содержанию передачи: новости, сериалы, шоу, а также имеют право на просмотр мультфильмов.

Чем вреден просмотр телевизора для детей?

- *Отрицательное влияние на органы зрения.*
Просмотр телевизора способствует снижению зрения, цветоощущения.
- *Отрицательное воздействие на нервную систему.*
Это и недоразвитие корковых отделов головного мозга, и развитие гиперактивности, нервного возбуждения.
В отличие от взрослого организма, детский организм не отдыхает перед телевизором, а наоборот переутомляется.
- *У детей младшего возраста отмечается задержка становления речи.*
Дети испытывают трудности с произношением звука.
- *Нарушение общения, агрессивное поведение.*
- *Телевидение может провоцировать развитие страхов, ночных кошмаров.*
- *Ребенок может испытывать проблемы с моторикой.*
- *Просмотр телевизора в неправильной позе может привести к нарушению осанки.*
Также у детей, часто просматривающих телевизор, отмечается недоразвитие мышечной массы.
- *Ребенок быстро привыкает к телевизору, постепенно начинает постоянно требовать включать его любимые программы, это может перерасти в истерику.*
- *Часто за просмотром телепередач дети перекусывают вредными продуктами, вследствие чего формируются неправильные пищевые привычки, ведущие к повышению массы тела, заболеваниям желудочно-кишечного тракта.*
- *Вокруг работающего телевизора создаются*



электромагнитные поля, которые также оказывают негативное влияние на психическое и физиологическое развитие организма.

Кому противопоказан просмотр телевизора?

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

Как и сколько времени ребенок должен просматривать телевизор?

- *Самое главное правило* - это то, что просмотр телевизора ребенком должен происходить под контролем родителей. Ребенок должен просматривать любые телепередачи в присутствии родителей для того, чтобы просматриваемые программы были под контролем. Прежде чем включать телевизор ребенку, родители должны ознакомиться с сюжетом. Фильмы ужасов и мультфильмы с хаотичным сюжетом должны быть исключены.
 - *В комнате должно быть нормальное освещение:* не слишком светло, но и не слишком темно.
 - *Родители должны следить за тем, чтобы ребенок не смотрел телевизор сбоку.*
- Расстояние от глаз ребенка до экрана телевизора не должно быть меньше 3 метров. Посадка должна быть удобная. Лежа, согнувшись в неудобных позах смотреть телевизор не рекомендуется.
- *Во время просмотра телевизора ребенку не стоит употреблять пищу.*
 - *Если ребенок смотрит долгий фильм* - делайте с ним физкультминутки, гимнастику для глаз.