

Дети «экрана»

Средства массовой информации давно и достаточно прочно вошли в нашу жизнь. Дети вместе с нами ежедневно погружаются в поток информации, содержание которого не всегда благоприятно влияет на взрослого, не говоря уже о хрупкой детской душе. Как проводит время дома ваш ребенок? Как часто мы поем детям колыбельные перед сном, что мы читаем нашим детям и читаем ли? Сколько времени проводят наши дети за компьютером и во что они играют? По данным ЮНЕСКО, около 95% современных детей дошкольного возраста смотрят на экран **28 часов в неделю** (в среднем - 4 часа в день; по будням – меньше, в выходные – больше), что имеет отрицательные последствия для здоровья. Педиатры не рекомендуют детям до 2-х лет находиться у экранов. В период с 3 до 5 лет максимальное количество экранного времени - 1 час. Для детей от 6 лет и старше медики советуют разбивать время у экрана на несколько периодов в день.

Во-первых, ухудшается зрение, нарушается осанка, организм испытывает дефицит движений. Во-вторых, происходят изменения в психическом здоровье:

- Отставание в развитии речи. С телевизором невозможно вести диалог. Чтобы ребенок заговорил, речь должна быть включена в его конкретные практические действия, в общение со взрослыми. А с **экраном** не нужно живого общения: вопросов, ответов.
- Ухудшение мышления, так называемой внутренней речи. А ведь именно во внутренней речи совершается не только мышление, но и воображение, и переживание, и любое представление, - словом все, что составляет внутренний мир человека, его душевную жизнь.
- Неспособность к самоуглублению, концентрации на коллективном занятии, отсутствие заинтересованности делом. В последнее время психотерапевты говорят о новом заболевании – «дефиците концентрации», которое характеризуется следующими основными симптомами: спонтанностью, гиперактивностью, ситуативностью поведения, повышенной рассеянностью.
- Трудное восприятие информации на слух. Дети не могут удерживать предыдущую фразу и связывать отдельные представления. Слышима речь не вызывает у них каких-либо образов и устойчивых впечатлений, поэтому им трудно, неинтересно и скучно читать.

- Резкое снижение фантазии и творческой активности. Дети теряют способность и желание чем-либо занять себя. Они не прилагают усилий для изобретения новых игр, сочинения сказок, создания собственного воображаемого мира, поэтому им скучно рисовать, **конструировать**, придумывать новые сюжеты.
- Обеднение общения со сверстниками. Ребенок сидит один у **экрана**, а на общение с другими детьми нет ни желания, ни времени. Куда легче нажать на кнопку и ждать готовых развлечений. Как следствие, не формируются коммуникативные умения, навыки общения и социального поведения.
- Повышение жестокости и агрессивности. Жестокость и насилие становятся чем-то обыденным, привычным, стирается ощущение порога дозволенности. При этом **дети** не отдают себе отчета в собственных действиях и не предвидят их последствий.

Когда телевизор заменяет маленькому ребенку общение с близкими взрослыми, он оказывает мощное деформирующее влияние на становление личности и психику. Полноценное развитие ребенка возможно только в интенсивном и непрерывном живом общении со взрослыми. По мнению специалистов, ежедневного 30-минутного просмотра боевика или фильма ужасов достаточно, чтобы у детей сформировалась тяга к переживаниям, возникающим в момент физического уничтожения или насилия. Следствием теле- и компьютерной зависимости может быть реакция организма ребенка от депрессии и легкого замешательства до приступов психомоторного возбуждения и ярости. Длительное сидение перед телевизором приводит к нервно-соматическим нарушениям, истощению нервной системы, раздражительности, обидчивости, нарушению сна, блокирует не только речь, но и спонтанные творческие игры, что нарушает формирование функций головного мозга.

У современных детей налицо сенсорное голодание, по-научному – сенсорная депривация. Такие **дети** неадекватно воспринимают окружающий мир: они много знают о динозаврах, космосе, долларах, но не знают назначения элементарных бытовых предметов, названий растений, путают названия птиц и животных. Выпадает целое звено в развитии ребенка. Герои большинства современных мультфильмов позволяют себе грубить, высмеивать и бить друзей, их отношение к противоположному полу пренебрежительное, хамское. Это запоминается ребенком, и он начинает подражать. Происходит подмена образа героя и его качеств, основных жизненных ценностей, моральных, нравственных устоев. Все это искажает

картину мира ребенка, формирует неправильное представление о том, какой должна быть семья, дружба, какие качества ценны в человеке. Как хорошо, когда ребенок находится в возрасте «почемучек»: он любознательный, пытливый, ему все интересно, он развивается. Часто ли Вам сын или дочь задает вопрос «почему?». Взрослому дать ответ не просто: нужно подумать, порассуждать, доходчиво растолковать, убедить ребенка. Не перепоручайте эту важную функцию общения поколений и обучения какой-то бездушной технике.

Но нельзя забывать и о том, что мы живем сейчас в век информационных технологий. Компьютерные классы есть уже во всех школах. Информатика стала привычным учебным предметом. Компьютеры используют и в работе с детьми дошкольного возраста. Невозможно и совсем ограничить просмотр телевизора и компьютерные игры в семье. Да и вряд ли это нужно. Надо только иметь в виду, что детям трудно соблюдать меру в игре или при просмотре телевизора. Процессы саморегуляции у них еще недостаточно сформированы. Поэтому вы, **родители**, должны внимательно выбирать передачи и мультфильмы для просмотра своих детей, ограничивать их по времени. При этом очень важно своими комментариями помогать малышам в осмыслении происходящих на **экране событий**. Сохраним ли мы детство для наших детей – безопасное, радостное, очаровывающее сказкой и добрыми играми, таящее в себе удивительный мир открытий и приключений? Или же опустим его в бездну информационного хаоса? Решать только нам, взрослым.

Бондаренко Ирина Владимировна

Мешалова Татьяна Михайловна,
воспитатель первой квалификационной категории