Консультация для родителей «Ребенок и телевизор»

Зависимость дошкольника от **телевидения** и как этого избежать.

Дети и **телевизор** - как много сказано и написано на эту тему. Неизменным остается одно: долгий и не контролируемый процесс просмотра **телевизора** наносит вред не только зрению, но и не сформировавшейся психике дошкольника.

Зависимость от **телевидения**, чаще всего, наступает в следующих случаях:

• **Ребенок** не знает чем и как себя занять;

• Испытывает трудности в общении с детьми и взрослыми;

• **Ребенок** застенчив и малоконтактен и т. д.

Всего этого можно избежать, если постараться соблюдать следующие правила.

1. Первое и основное правило, которое необходимо помнить **родителям**:

«Психика **ребенка** формируется только в совместной деятельности со взрослым»

Если мы научим **ребенка играть и общаться**, то у него не возникнет вопрос,чем себя занять и между просмотром **телевизора** и общением с детьми или игрой он выберет последнее.

2. Когда взрослый сильно занят, а **ребенка** надо чем - то занять мы включаем малышу **телевизор**, тем самым формируя зависимость. Лучше **ребенку**, в таких случаях, дать в руки игрушку или книжку с яркой иллюстрацией.

3. Просмотр **телевизора ребенком**, должен четко регламентироваться. Время проведенное у экрана не должно превышать возрастных норм: младшие дошкольники – не более 20 минут в день; старшие – не более часа.

4. Необходим контроль и за тем, что смотрит ваше любимое чадо. Программы, сказки и мультфильмы должны быть по возрасту и хорошего качества.

5. После просмотра **телевизора**, обсудите с **ребенком увиденное**, что ему понравилось, а что нет. Совместное обсуждение позволит вам быть ближе к **ребенку**, научит дошкольника выражать свои мысли, а со временем анализировать увиденное.

Уважаемые **родители**, желаю вам удачи! А главное помните все в ваших руках,а дети это наше с вами отражение.