

Ребенок и телевизор



Телевизор по праву носит звание одного из самых популярных способов развлечения и взрослых, и детей. Его используют для просмотра телепередач, DVD, для игр и т. д., причем сейчас в качестве телевизора может подойти и монитор компьютера, и смартфон, и DVD-плеер и смартфон. Поэтому стоит разобраться, насколько вреден и вреден ли вообще телевизор детям.



© 2014. Министерство образования и науки Республики Казахстан

ПРИНОСИТ ЛИ ПОЛЬЗУ ТЕЛЕВИДЕНИЕ ДЕТЯМ?



Конечно, развлекательные и образовательные телепрограммы принесут пользу, но вот длительный их просмотр - нет. Долго сидеть неподвижно перед экраном - вредно и опасно для детского организма, которому необходимы активное движение, игры и упражнения. Также от длительного просмотра "телика" страдает воображение, которое не развивается и не напрягается, поглощая готовые картинки, а также социальное общение. Тот, кто все свободное время проводит перед телеэкраном, рискует остаться без реальных друзей. Кроме этого, общеизвестно негативное влияние телевизора на зрение.



ЧТО СМОТРЯТ НАШИ ДЕТИ?



Давайте помнить и о том, что часть контента не предназначена для детей. Родителям важно быть внимательными, следить за тем, сколько времени их ребенок проводит перед телевизором и что он смотрит.

Какие телевизионные передачи подходят для детей?

Ребенку подходят те передачи, которые соответствуют его возрасту. Родителям важно смотреть телевизор вместе со своими детьми. Это отличный способ тщательно проанализировать, что они смотрят и как воспринимают то, что смотрят.



ОБ ОПАСНОСТИ ДЛИТЕЛЬНОГО ПРОСМОТРА ТЕЛЕВИЗОРА



Ограничивать время просмотра телевизора детям необходимо, ведь зрительная система ребенка устроена иначе, чем у взрослых. Важно знать, как детские глазки реагируют на изображения на телеэкране или компьютерном мониторе. Когда ребенок внимательно смотрит на экран, образы, появляющиеся там, передаются в глаза в виде светового потока, который преломляется в оптических средах и проецируется на сетчатку.

Через некоторое время глаз устает, ребенок рефлексивно напрягает зрение, чтобы видеть отчетливее. Если такая нагрузка случается иногда, это не страшно, но если она постоянная, то сбой зрительных функций неизбежен. Как следствие - активно начинает развиваться близорукость.

Еще одно негативное последствие длительного просмотра телевизора - зрительное утомление. Если освещение комнаты недостаточное, а экран наоборот - очень яркий, глаза устают, краснеют, появляется резь и начинает болеть голова.

