

Как провести время перед экраном с пользой

Родители, как правило, относятся к телевизору настороженно. Кто-то принципиально не включает его своим детям или даже отказывается от телевизора дома, а кто-то тщательно выбирает мультфильмы и передачи. На самом деле время перед экраном можно провести с пользой — посмотреть передачи о природе, обучающие программы и даже поиграть в игры. Особенно если родители будут в этот момент рядом с ребенком.

С какого возраста можно смотреть телевизор

В каждой семье родители сами решают, с какого возраста можно включать ребенку телевизор. Некоторые дети уже с рождения приобщаются к просмотру — мама с ребенком на руках смотрит сериалы или делает домашние дела, пока фоном идет передача.

У детей до 3-х лет восприятие устроено так, что они будут смотреть все, что ни покажи — мультфильмы, фильмы, реклама — все равно, дети просто следят за сменой кадров на экране. Знакомить с телевизором детей рекомендуется не раньше, чем в два года, при этом общая продолжительность просмотра телепрограмм в этом возрасте, не должна превышать 30 минут в день. А согласно рекомендациям ВОЗ, дети 3-4 лет могут проводить перед телевизором не более часа в день, а в возрасте 5-10 лет — в пределах полутора часов.

Теория и практика детского телевидения

Увы, эти рекомендации часто не выдерживают проверки реальной жизнью. Институт современных медиа в 2018 году провел исследование, чтобы узнать, сколько времени современные дети от 3 лет смотрят телевизор. Выяснилось, что в среднем дошкольники в возрасте от 4 до 7 лет проводят перед экраном более двух часов (138 минут) ежедневно. Телевизор остается самым популярным гаджетом у дошкольников: 67% детей до 3 лет и 76% от 4 до 7 лет смотрят его каждый день.

Но дело не только в продолжительности просмотра. Согласно тем же рекомендациям ВОЗ, ребенку до семи лет желательно смотреть телевизор вместе со взрослым. Конечно, у всех родителей бывают ситуации, когда проще включить мультфильм и получить 20-минутную передышку для других дел. Главное при этом — не делать пребывание перед телевизором бесконтрольным и не превращать его в няню, включая мультфильм каждый раз, когда нужно убрать или постирать.

Что смотреть?

При этом нельзя сказать, что телевидение однозначно наносит вред детям. Хороший мультфильм может расширить кругозор и увеличить словарный запас. К тому же сейчас есть множество познавательных программ и обучающих

передач для детей, а еще — большой выбор детских каналов. И производители контента стали более ответственно относиться к аудитории и снимают много достойных внимания детских фильмов и мультфильмов.

По результатам того же исследования Института современных медиа, в десятку самых популярных детских каналов в русскоязычном YouTube вошли (в порядке убывания аудитории) GetMovies, Маша и Медведь, Teremok-TV, Лунтик, Mister Max, Miss Katy, Барбоскины, Фиксики, ELLLO и Vlad CrazyShow. Как видим, довольно неплохие мультфильмы в этом списке соседствуют с совсем не детским музыкальным каналом и явно неподходящими для маленьких детей каналами «маленьких звезд YouTube» с бесконечной распаковкой игрушек, горами сладостей и еженедельными обзорами аквапарков. От этого зрелища нехорошо станет не только ребенку, но и взрослому, который случайно окажется рядом.

Из этой десятки можно включить в список для дошкольников мультфильмы «Лунтика», «Фиксиков» и «Барбоскиных» — их лучше смотреть с 3-летнего возраста. «Фиксики» могут стать «первым учебником физики» и познакомить детей с техникой: в каждой серии описывается принцип одного из бытовых приборов (холодильник, фен, телефон) или другого устройства: это может быть пульт от телевизора, компакт-диск, флэшка или просто застежка-молния.

Сюжеты «Барбоскиных» строятся вокруг приключений семьи антропоморфных собак. В нем затрагиваются темы взросления, взаимоотношений между родителями и детьми, нравственных ценностей, общения со сверстниками и взрослыми. А история доброго Лунтика, родившегося на Луне и упавшего с нее на Землю, учит дружбе и заботливому отношению друг к другу.

Еще одно исследование провели на факультете психологии МГУ. По его итогам был составлен стоп-лист мультфильмов, которые могут неоднозначно воздействовать на детей. В него вошли Monster High, «Губка Боб — квадратные штаны», «Кик Бутowski», «Миньоны», «Том и Джерри», «Финес и Ферб» и даже любимые многими «Маша и Медведь». Основная причина — эти мультфильмы транслируют негативные модели поведения, которые дети могут бессознательно воспринять как правильные. Ведь если ребенку симпатичен герой или героиня мультфильма, он будет стремиться подражать ему. Ассоциируя себя с персонажами, которые не создают, а разрушают, ребенок может начать переносить их стиль поведения в реальную жизнь.

Вместе с тем исследователи рекомендовали к просмотру фильмы «Головоломка», «101 далматинец», «Балто», «Дамбо», «Даша-путешественница», «Зверополис», «Король Лев», «Красавица и чудовище», «Холодное Сердце», «Хранитель Лев», «Леди и Бродяга», «Скуби-Ду», «Лило и Стич», а также отечественные «Винни-Пух», «Кот Леопольд», «Котенок по имени Гав», «Малыш и Карлсон», «Смешарики» и «Малышарики», «Простоквашино» и уже упомянутые «Фиксики».

Советские мультфильмы: желание родителей, которое не всегда разделяют дети

Многие родители выступают только за советские мультфильмы. Они считают, что старые мультики учат хорошему, а еще таким образом хотят поделиться впечатлениями собственного детства со своими детьми. В советских мультфильмах четко проводится грань между злом и добром, в них всегда понятно, что хорошо, а что плохо. Однако, советские мультфильмы современным детям тоже нужно смотреть вместе со взрослым. Тогда есть возможность сразу объяснить любые неоднозначные или пугающие места. Да и реальность с тех пор ушла вперед: телефон-автомат или авоська с кефиром в кадре понятны большинству взрослых, а вот ребенку их нужно будет объяснить. Многие дети уже с раннего возраста предпочитают советским мультфильмам современные, и в этом нет ничего удивительного. Они ярче нарисованы, сюжет в них развивается динамично, а картинки быстро сменяют одна другую. Такой ритм завораживает ребенка, словно калейдоскоп. К тому же советские мультфильмы были совсем короткими, современные ощутимо длиннее. И показывают их иногда сразу по несколько серий, так что втянуться можно очень быстро. В результате у ребенка возникает настоящая зависимость. Чтобы ее предотвратить, телепросмотр должен быть строго дозированным: посмотрели мультфильм, обсудили его – и пошли заниматься другими интересными делами.

«Уроки тетушки Совы» и другие обучающие мультфильмы

Еще за просмотром мультфильмов можно учиться. Например, серия обучающих мультфильмов «Уроки тетушки Совы» поможет выучить буквы и цифры, расскажет о семи чудесах света, познакомит с азами географии и научит обращению с деньгами. Словом, это настоящая домашняя школа, где каждое занятие — новые знания в доступной для детей форме. А родителям эти мультфильмы помогут подготовить ребенка к школе.

Среди других обучающих мультфильмов можно также выделить «Хотим все знать» от ВВС, французские «Жили-были... Первооткрыватели» и «Жили-были... Изобретатели», рассказывающие биографии известных ученых и первопроходцев, и российский «Микрополис», из которого ребенок узнает, откуда берется грязь и почему важно соблюдать правила гигиены.

Обучающие шоу, программы и мультсериалы можно посмотреть на детском познавательном телеканале «О!», который рассчитан как раз на дошкольников.

Телевизор вместо тренера

Утренняя зарядка дает энергию на весь день и помогает правильно развиваться, но далеко не всегда дети с удовольствием ее делают. И здесь

телевизор может стать союзником родителей — ведь можно включить утром детский канал и сделать зарядку вместе с ребенком. Например, интересной будет «Зарядка с Царевной» из серии «Жила-была Царевна» на канале «Теремок-ТВ». Каждая серия начинается с веселой песенки, которая подарит хорошее настроение перед детским садом, а затем вместе со своими помощниками веселая Царевна покажет, как правильно разминаться.

Веселая зарядка для детей и их родителей есть также и на канале «Радость моя». Каждый выпуск построен как небольшое театрализованное представление — дети в кадре делают зарядку вместе с обитателями морского дна, с яркими леденцами или с веселыми зверушками. А на канале «Карусель» выходит передача «Прыг-скок команда» — своего рода спортивная разминка для малышей с играми, считалками и танцами в компании сверстников под руководством доброжелательных инструкторов. Так что можно попробовать заниматься под разные передачи от разных телеканалов и в итоге подобрать то, что больше подходит для вас и вашего ребенка.

*Педагог дополнительного образования
Шиманская Ася Александровна*

Источники:

Детский познавательный телеканал «О!»

Интернет-издание «Мел»

Портал «Православие и мир»

Журнал для родителей «Наши дети»

Журнал и сайт Psychologies

Международный образовательный портал Maam.ru

Информационно-просветительский портал «Растим детей»