

## **Влияние телевидения на физическое и психическое состояние ученика. Телевидение и пятиклассник.**

Телевидение – пена цивилизации, сверкающая ядовитыми красителями.

В.Г. Кротов

Уважаемые родители!

Ваш ребенок стал пятиклассником. Какое главное изменение произошло в его жизни, связанное с тем, что он перешел на новую ступень обучения? Вы можете привести на этот счет массу важных и значительных на ваш взгляд, аргументов, и все они будут оправданны. Но самое главное изменение состоит в том, что ваш ребенок гораздо больше предоставлен сам себе, чем это было раньше. Многие родители приняли установку «ребенок уже большой» как данность, но при этом не научили ребенка «быть большим», не подготовили его к этому.

В чем же проявляется отсутствие у ребенка умения быть один на один с самим собой? В первую очередь в том, что ребенок зачастую бесконтрольно проводит свое время: не вовремя возвращается из школы, бесцельно бродя по улице; придя домой, занимается чем угодно, абсолютно не контролируя себя.

Но самое главное – он не умеет общаться с самим собой, ему нужен еще кто-то, и этот «кто-то» - конечно же, телевизор.

По мнению многих родителей, как только ребенок переступает порог дома, телевизор становится его полновластным хозяином, вплоть до прихода родителей с работы.

### **Анализ общей статистики по данной проблеме:**

Две трети наших детей в возрасте от 6 до 12 лет смотрят телевизор ежедневно; Время ежедневного просмотра телепередач ребенком составляет в среднем более 2 часов;

56% детей смотрят телепередачи подряд, безо всякого выбора и исключений;

25% детей в возрасте от 6 до 10 лет смотрят одни и те же телепередачи от 5 до 40 раз подряд;

38% ребят в возрасте от 6 до 12 лет при определении рейтинга времяпрепровождения на первое место поставили телевизор, исключив при этом занятия спортом, прогулки на воздухе и общение с семьей.

Около 40% школьников равнодушны к телеиграм и видеоклипам, а также к рекламе. Реклама оказывает мощное влияние на формирование эстетических и нравственных ценностей школьников, которые являются основными потребителями рекламной продукции.

Каждый пятый подросток признался, что ему нравится смотреть все подряд рекламные ролики. Таким образом, рекламные клише формируют стиль в моде, музыкальные вкусы, язык подростков.

Анализ анкетирования учащихся 5 классов (46 учащихся):

№	Вопрос	Результаты
1.	Сколько часов в день в среднем вы смотрите телевизор?	От 0 ч до 3 ч – 18 чел.; от 4 ч до 5 ч – 11 чел.; от 6 ч до 8 ч – 12 чел.; более 12 ч – 5 чел.
2.	Ты смотришь телевизор один или со своей семьей?	Большинство ответило – с семьей.
3.	Ты любишь смотреть все подряд или предпочитаешь отдельные передачи?	Подряд – 11 чел.; выборочно – 35 чел.

4.	Назови три самые любимые телепередачи.	Сериалы, мультфильмы, кинофильмы, юмористические передачи, музыкальные передачи.
5.	Любишь ли ты смотреть повторы телепередач?	Да – 22 чел.; иногда – 13 чел.; Нет - 11 чел.
6.	Если бы ты оказался на необитаемом острове, какие бы предметы ты заказал доброму волшебнику, чтобы твоя жизнь была интересной и не скучной?	Телевизор – 26 чел., еда – все; мебель – все.
7.	Если бы твоим родителям предложили посмотреть интересный фильм, или совершить с тобой прогулку, или просто посидеть и поговорить, что бы они выбрали?	Интересный фильм – 13 чел.; Поговорить – 17 чел.; Погоулять – 14 чел. 2 чел – затруднились ответить.

А что же такое телевидение?

В Большой Советской энциклопедии это понятие определяется так:

Телевидение – это одно из наиболее массовых средств распространения информации (политической, культурной, познавательной и учебной); оно применяется также в научных, организационных и других прикладных целях, например: в промышленности и на транспорте (диспетчеризация, контроль), при космических и ядерных исследованиях, в военном деле и т.д.

А как же влияет телевидение на развитие детей?

Как правило, ребята смотрят развлекательные фильмы: детективы, боевики, фантастику, ужасы, приключения и т.п. такие неконтролируемые взрослыми просмотры портят детей и приводят к нежелательным последствиям:

1. Дети приучаются к поверхностному восприятию жизни, становятся пассивными и интеллектуально ленивыми.
2. Под влиянием поведения и действия героев фильма слабеет собственная энергия и творческая сила ребенка.
3. При просмотре развлекательных фильмов и передач дети не прилагают умственных усилий, в связи с этим снижается уровень понимания ребенка, уменьшаются острота его восприятия и способность к логическому мышлению.
4. Со временем в детском характере появляются ложь и скрытность, ребенок привыкает к пустому проведению времени и сидению перед экраном.
5. Передачи и фильмы низкого морального уровня учат детей агрессивности, совершению неблагоприятных поступков и, в конечном счете, способствуют снижению моральных устоев.
6. Низкопробные фильмы влияют и на физическое состояние ребенка: у него портится зрение, слабеет нервная система, начинаются частые простуды.
7. Фильмы низкого уровня несут откровенное зло, так как показывают неблагоприятные и преступные действия как нормальное поведение человека. Дети пытаются подражать таким мнимым кумирам...

Необходимо помнить о том, что влияние телевидения на психику детей резко отличается от влияния на взрослых. К примеру, младшие школьники и учащиеся 5-6 классов, по результатам исследований, не всегда могут четко определить, где – правда, а где ложь. Они слепо доверяют всему тому, что представлено на экране. Ими легко управлять, манипулировать их эмоциями и чувствами. Лишь с 11-12 лет ребята начинают не столь доверительно относиться к тому, что видят по телевизору. Негатив, который часто представлен на экране, вызывает у ребенка желание попробовать то, что он увидел. При этом не всегда то, что увидел ребенок, ему понравилось. Просто это его возрастная особенность, как у маленьких детей, которые все тянут в рот.

Как сделать так, чтобы дети как можно реже слышали слова родителей: «Опять уроки вечером делаешь? Чем ты занимался, пока нас дома не было, опять у телевизора сидел?» и т.д.

Современные исследования показывают, в наше стремительное время родители все меньше время находят на общение с детьми, тем более на совместное проведение свободного времени. Так, например, отцы тратят на воспитание детей 9,6% своего свободного времени, что составляет 21 минуту, а воскресенье количество времени возрастает до 35 минут. По данным еще одного исследования получилось, что доля свободного времени, затраченного родителями на общение и воспитание детей и занятия с ними в течение недели (включая субботные и воскресные дни), колеблется от 8-9 часов у матерей до 6 часов у отцов. Главным «пожирателем» времени и взрослых, и детей стал телевизор. Такая приверженность подростков и родителей к телевизору в ущерб другим, более активным, формам проведения свободного времени огорчает.

Прослушав статистику и узнав влияние телевизионных просмотров на физическое и психическое состояние ученика, возникают вопросы: что же делать в сложившейся ситуации, как нужно поступать взрослым, чтобы телемания не ухудшила здоровье детей? Возможно, стоит просто запретить просмотр телепередач или ограничить ребенка отдельными программами?

Как помочь ребенку и семье бороться с зависимостью от телевизора? А ведь она совсем не безобидна. Научная литература предлагает нам так называемые Правила борьбы с телеманией.

1. Совместное определение и обсуждение телепередач для просмотра взрослых и детей на последующую неделю.
2. Обсуждение любимых телепередач взрослых и детей после просмотра.
3. Выслушивание «за» и «против» детей по поводу взрослых передач, и мнения взрослых по поводу детских передач.
4. Телевизор должен быть помощником в созидании, а не в разрушении личности.
5. Среди прочих других форм общения с ребенком в семье, телевизор должен занимать последнее место, уступая свои права прогулкам с детьми, беседам, походам, совместной трудовой деятельности, чтению художественной литературы.
6. Необходимо помнить о том, что ребенок, который ежедневно смотрит сцены насилия, убийства, свыкается с ними и даже испытывает при этом удовольствие. Обязательно надо исключить их из просмотра для сохранения душевного покоя ребенка.

Но ни для кого не секрет, что телевидение несет в наш дом не только зло. Очень много полезного, поучительного и нужного может дать ребенку просмотр некоторых фильмов и передач. Просто важно помочь найти их среди огромного количества ненужного материала. Можно привести несколько советов о том, как привлечь телевидение на пользу детей:

1. Прежде чем ребенок сядет за просмотр какого-либо фильма, постарайтесь заранее узнать, о чем он, будет ли он подходящим для восприятия малыша.
2. Не проводите сами все свободное время за телевизором, не смотрите подряд все передачи и фильмы. Глядя на родителей, и ребенок не будет смотреть все подряд.
3. Просмотр вместе с ребенком некоторых фильмов дает возможность объяснить ему, «что такое хорошо и что такое плохо», дать оценку характерам главных героев картины.
4. Не позволяйте ребенку долго смотреть телевизор, старайтесь занять его чем-то другим, более полезным для здоровья.
5. Приучайте ребенка смотреть фильмы познавательные, научно - популярные, исторические, которые расширяют кругозор и учат думать. Рекомендуется смотреть их вместе с ребенком, чтобы вовремя объяснить непонятные моменты, а затем обсудить увиденное.

Полезные телепередачи для пятиклассников.

- Ералаш.
- В мире животных.
- Умники и умницы.
- Своя игра.
- Самый умный.

А что дает ребенку телевизор? Есть ли в просмотре телепередач, нечто положительное?

1. Возможность расслабиться, забыть ежедневные проблемы, уйти от страхов и переживаний.
2. Возможность найти ответы на вопросы, которые не можешь получить у взрослых из-за их занятости.
3. Возможность понять с помощью телевизора, «что такое хорошо и что такое плохо».
4. Развитие познания, повышения культурного уровня.
5. Знакомство с различными явлениями в разных областях знаний.
6. Развитие воображения, фантазии, эмоциональной сферы.

Домашнее задание родителям:

1. Обратите внимание, сколько времени проводит ваш ребенок у телевизора?
2. Задает ли ребенок вопросы после просмотра передач, хочет ли обсудить с вами передачу?
3. Какие передачи предпочитает?
4. В какой передаче хотел бы сам принять участие?