



Следует помнить, что телевидение формирует пассивное отношение к жизни, и ребенок, который растет «под телевизор», не научится активно действовать и добиваться поставленной цели. Нужно уметь оторвать ребенка от «голубого наркотика» и показать ему, что жить своей собственной жизнью гораздо интереснее и увлекательнее, чем с пристальным вниманием наблюдать за жизнью далеких и чужих людей. Чем длительнее и агрессивнее телеатака, тем больший объем неконтролируемой информации получает ребенок, тем быстрее развиваются и более выражены у него расстройства эмоциональной сферы.

Так как же влияет телевизор на ребенка с неокрепшей нервной системой? Существует ряд факторов, которые могут нанести вред здоровью. К ним относятся:

1. Риск развития близорукости. Просмотр телевизора с близкого расстояния у детей в несколько раз повышает вероятность развития близорукости. Глаз еще не успел до конца сформироваться, и такие нагрузки для хрусталика очень вредны. Если вы заметили, что малыш часто смотрит мультфильмы, близко садясь к экрану, стоит обратиться к врачу, так как это может говорить об уже существующих проблемах со зрением.
2. Гиперактивность. У ребенка, который большую часть дня проводит перед экраном, скапливается достаточно энергии, в результате чего малыш начинает капризничать. Дети старшего возраста не могут сосредоточиться во время занятий в школе.
3. Ожирение. Ребенок может по несколько часов сидеть перед экраном, рассматривать забавные картинки или даже есть в это время. Но в его возрасте необходимо двигаться: снижение активности приводит к ожирению, а это опасно для здоровья.
4. Нарушение нервной системы. Изображения часто сменяют друг друга, в результате чего нервная система ребенка получает серьезную нагрузку. Это влечет за собой

перевозбуждение, беспокойный сон, необоснованные страхи. Возможно нарушение кратковременной памяти.

Дорогие родители, проводите больше времени со своим ребенком в совместных занятиях, играх, прогулках – никакие телепередачи не заменят ему родительского тепла.