

Если ребенок много смотрит мультиков....

Все мы росли на мультиках и без них невозможно представить жизнь современного ребёнка. Отличие лишь в том, что мы понемногу уделяли им время и разнообразили свой досуг, а дети нынешнего поколения готовы зависать перед телевизором хоть целые сутки напролёт. Рекомендуемое время просмотра мультфильмов для дошкольников 25 минут в утреннее время, 25 минут после дневного сна и 25 минут вечером (только не перед сном). Они должны соответствовать возрасту малыша и вносить вклад в его развитие. Длительное нахождение перед голубым экраном ухудшает остроту зрения, ограничивает мировоззрение и снижает интеллект, способствует развитию ожирения, ребёнок сидит неподвижно, тем самым нарушается его естественная двигательная система. Ругань и запреты - не выход из данной ситуации. Сегодня мы выясним, как бороться с данной "зависимостью" и что можно предложить на замену.

И так:

- 1. Каждодневный поход в детский сад отвлекает от просмотра анимационных фильмов.**
- 2. Почитайте книжки, в которых много картинок, чтобы ваш кроха был увлечён этим процессом.**
- 3. Прогуляйтесь на свежем воздухе. Это улучшит не только аппетит, но и его сон.**
- 4. Нарисуйте вместе что-нибудь интересное.**
- 5. Поиграйте в лото или сложите пазлы.**
- 6. Устройте домашний кукольный театр или театр теней.**
- 7. Возьмите ребёнка к себе в помощники и попросите помочь в домашних делах.**
- 8. Пригласите в гости ровесников вашего малыша, уж они найдут чем заняться.**
- 9. Попробуйте сделать из цветной бумаги забавную аппликацию.**
- 10. Просмотрите вместе фотографии в альбоме. Дети очень любят смотреть на себя.**
- 11. Если у вас девочка, поиграйте с ней в дочки-матери или в больничку, если мальчик - сделайте самолётики из бумаги или запустите в ванне кораблики.**
- 12. Игра в прятки - одно из любимых занятий ребятишек практически любого возраста.**
- 13. Если отпрыск постарше, то можно сыграть в "города" или "имена".**
- 14. Постройте шалаш из подручных средств. Вспомните себя в детстве, ведь вы тоже любили строить его.**
- 15. Если есть возможность, сводите кроху в детский развлекательный центр или бассейн.**

На самом деле идей, которые помогут занять ваше чадо и ограничить просмотр анимашек, огромное количество, главное включить фантазию. А уж если и смотреть мультфильмы, то только добрые и со смыслом.