**Год кино. «Доброе кино – светлая душа».**

(О ценности семейного кинопросмотра)

В бешеном ритме современной жизни нам так часто не хватает времени на совместный досуг с детьми. А ведь минуты, проведенные Родителем и Ребенком за общим занятием, - самые драгоценные. Есть множество вариантов семейного досуга, и один из самых доступных – это совместный кинопросмотр. При этом речь идет не только об организованном походе в кинотеатр – всегда можно посмотреть кино дома, в знакомой и располагающей к расслабленному отдыху обстановке. Ведь так приятно бывает собраться вечером всей семьей, устроиться удобнее у экрана и посмотреть хорошую комедию или мелодраму.

В коллекции фильмов для всей семьи собрано кино, которое будет одинаково интересно смотреть и детям, и взрослым. В этих фильмах малыши не увидят на экране что-то жестокое или страшное, ведь семейное кино – это всегда проверенные фильмы, которые учат добру и справедливости, и в ста процентах случает вас ожидает счастливый финал. Добрые и поучительные сюжеты семейных фильмов основаны на таких прекрасных и светлых чувствах, как любовь и дружба. Также в них превозносятся семейные ценности. Многие из этих фильмов знакомы нам с детства, однако мы с удовольствием можем пересматривать их по нескольку раз. Главные герои семейных фильмов постоянно попадают в смешные и курьезные ситуации, чем вызывают искренний смех, как взрослых, так и детей. Такие картины помогают развивать в детях только самые хорошие качества, формируя в них правильное понимание добра и зла. Однако нынче старые добрые фильмы и сказки уступают место блокбастерам и компьютерным мультфильмам. Между тем, именно отечественные шедевры несут неистощимый запас отличного настроения, живого юмора и «обыкновенных чудес».

**5 правил семейного кинопросмотра.**

5 правил для мам и пап, которые помогут организовать домашний кинопросмотр без вреда для зрения и здорового развития ваших малышей.

**Правило 1.** ***Не больше одного мультика в день. Не будем себя обманывать - во многих семьях телевизор работает по многу часов подряд, что сказывается на детском зрении самым пагубным образом. Между тем, в первые годы жизни у малышей происходит активное развитие зрительной системы, и телевизор оказывает значительное влияние на этот процесс.***

*Рассказывает детский врач-офтальмолог и мама двоих детей Наталья Локшина: \"В этот период чрезмерные нагрузки на глаза могут привести к серьезным проблемам со зрением, а потому специалисты вообще не советуют устраивать телесеансы детям младше двух лет. Затем время пребывания ребенка перед экраном можно постепенно увеличивать, начиная примерно с 20-30 минут в день. Принято считать, что оптимальное время просмотра видео для старших дошкольников составляет порядка часа, и уж во всяком случае, недопустимо позволять малышам смотреть более одного полнометражного мультика за день. Для младших школьников продолжительность \"киносеанса\" может быть увеличена вдвое, но в ходе просмотра обязательно нужно устраивать как минимум один 15-минутный перерыв\".*

**Правило 2.** ***Создайте правильные условия для просмотра. Не стоит смотреть телевизор в полностью затемненной комнате, поскольку слишком резкие перепады яркости быстро вызывают у детей зрительное утомление. Если есть возможность, смотрите мультики днем или вечером в хорошо освещенной комнате.***

*Важно посадить ребенка прямо перед экраном, на расстоянии не менее 2,5-3 метров, на диван или стул с вертикальной спинкой, служащей опорой для позвоночника. Не приучайте ребенка кушать перед телевизором, и постарайтесь сами избегать перерывов на перекус.*

**Правило 3.** ***Следите за качеством изображения. В дозированных количествах просмотр мультфильмов, безусловно, способствует здоровому развитию ребенка. При недостатке разнообразных визуальных ощущений у ребенка может возникнуть амблиопия, то есть задержка в развитии зрительного анализатора.*** *В этом смысле важно, чтобы изображение на экране было четким, свободным от раздражающего мерцания и других дефектов.**Нельзя допускать, чтобы знакомство с кинематографом для маленьких зрителей было омрачено блеклыми красками и расплывчатыми силуэтами - обычными спутниками контрафактных DVD-дисков и видеофайлов сомнительного происхождения. Очень важно, чтобы на телевизионном экране малыши видели своих любимых персонажей именно такими, какими запомнили их по сеансам в кинотеатре - яркими, живыми, несущими радость и доброту.*

*Комментирует кандидат психологических наук Алексей Алексеевич Медынцев: \"Понятно, что некачественное изображение отрицательно сказывается на состоянии нашей зрительной системы - из-за него попросту портится зрение. Однако если для взрослого человека результат такого ухудшения, в конечном счете, сводится к покупке очков, то для ребенка ограничение возможностей зрения негативно сказывается на всем его развитии. Давно отмечено, что дефект какого-либо одного органа чувств может не вызывать изолированного \"отключения\" данной функции, но приводит к целому ряду психофизиологических отклонений. В частности, у детей с нарушениями зрения психологи отмечают заметные задержки в общем развитии. У них формируются обедненные зрительные образы, процессы обучения по сравнению с нормальными детьми замедленны, так как нарушение зрения накладывает отпечаток на формирование внимания. Плохо видящие дети обладают большей эмоциональностью и тревожностью. Все эти факторы значительно затрудняют приспособление малышей к полноценной жизни и требуют обязательного вмешательства со стороны специализированных психологов и педагогов. Одним словом, на месте родителей я не стал бы рисковать психическим развитием ребенка и давать ему смотреть фильмы или передачи, способные испортить зрение\".*

**Правило 4.** ***Выбирайте добрые мультфильмы. Мультфильмы положительно влияют на развитие воображения, фантазии и эмоциональной сферы ребенка. Очень важно следить, какие мультики смотрит ваш ребенок: персонажи должны быть разными (озорными, непоседливыми, спокойными), но не нести агрессию, переживать не только положительные, но и отрицательные эмоции, учить дружбе, взаимопомощи и правильным поступкам.***

**Правило 5.** ***Смотрите мультфильмы вместе. Ничто так не объединяет, как совместное времяпрепровождение! Поскольку дети более активно реагируют на просмотр мультфильмов, чем взрослые, очень важно поддержать их воодушевление.*** *Ребенку обязательно нужно иметь возможность с кем-то поделиться своими переживаниями. Во время просмотра и после поговорите с малышом о персонажах, вместе нарисуйте героев мультика или придумайте отдельную историю про героев и разыграйте её. Кроме того, просмотр мультфильмов вместе с ребенком дает возможность объяснить ему, \"что такое хорошо и что такое плохо\".*

Источник: http://happywoman.com.ua/articles/pyat-pravil-semejnogo-kinoprosmotra-/

Понаблюдайте, как ваш ребенок реагирует на смену картинки, песни в мультфильмах, смешные и пугающие эпизоды - чтобы в следующий раз выбрать правильный фильм для семейного просмотра!

Запомните! В фильмах для семейного просмотра не должны быть сцен насилия, убийств, всевозможных катаклизм, а также эротических моментов. Во время просмотра этих фильмов вы должны быть уверены, что находящиеся рядом дети не увидят что-то непозволительное.

Смотреть семейное кино – отличный способ отдохнуть и провести время в кругу своей семьи, при этом, не затрачивая много времени и материальных средств.

18.04.2016 Першина Е.А. – библиотекарь Колчеданской библиотеки