**Личный опыт: как я выбирала полезные мультфильмы для своего ребенка**

Детские воспоминания каждого человека неразрывно связаны с мультфильмами. В каком-то смысле они — синоним детства. Красочные экранизированные сказки, как и книги, призваны не только развлекать, но и прививать понятия дружбы, добра и зла, любви и взаимопомощи. Все, что через иносказания влияет на детское восприятие, оказывает существенное влияние на психику и мировоззрение.

Чем хороши мультфильмы

Помогают развивать речь у малышей, расширяют словарный запас.

Во время неконтролируемой истерики мультик может переключить на себя внимание ребенка, таким образом помогая ему «отойти» от сильных эмоций и немного успокоиться.

Отвлекают в случае необходимости: например, когда родителю нужно ответить на важный звонок, срочно одеть брыкающегося непоседу, чтобы не опоздать к врачу или на занятие.

Помогают освоить иностранный язык в веселой игровой форме.

Учат сопереживать персонажам и показывают разные жизненные ситуации и реакции на них.

Обучают, позвволяют узнавать новое, тренируют память.

Как мультики влияют на детей

Многие психологи сегодня сходятся во мнении относительно того, что стоит тщательно выбирать для просмотра только определенные мультфильмы. Ребенок может копировать поведение персонажей, примерять на себя их особенности и манеры — и, к сожалению, это не всегда достойный пример...

Влияние мультиков я увидела и на своей маленькой дочке. К трем годам она стала постоянно разговаривать фразами любимых персонажей и даже копировать их мимику, жесты. А еще мультфильм мог вызывать в ней сильные переживания, слезы, если там кого-то обижали или делали что-то очень плохое. Например, всем известный похититель Рождества, воровавший подарки и елки, спровоцировал бурю эмоций («Не трогай елочку! Не надо»!). Поэтому я стала еще больше фильтровать то, что она смотрит.

Какие современные мультики стоит выбирать для самых маленьких (1-6 лет)

Очень часто в сказках, баснях и мультфильмах главные герои — это животные, причем наделенные человеческими качествами. Они умеют разговаривать, думать, как люди, и испытывают самые разные эмоции. Считается, что таким образом легче усваивать мораль, проецировать себя на персонажей, когда они не похожи на конкретных людей.

Чем главные герои разнообразнее — тем лучше. Так вырабатывается толерантность к тому, что все в мире разные, со своими чертами, характерами и особенностями. Например, в **«Барбоскиных»** — четыре «ребенка» (мальчики и девочки). Они отличаются между собой по возрасту, внешним данным, умственным способностям, талантам и интересам. Несмотря на различия, они понимают, что являются одной семьей, и учатся жить в мире, подстраиваясь друг под друга. Мультики о семье, взаимопомощи, выручке, преодолении конфликтов, помощи маленьким — всегда хороший выбор.

Мультфильмы про животных также позволяют изучать разнообразие животного мира: повадки, пищевые цепочки, места обитания разных зверей. Отличный пример — **«Лео и Тиг»**, который рассказывает не только о тайге, но и о разных континентах, иллюстрируя различия флоры и фауны во всем мире. Природа там представлена одушевленной, что побуждает воспринимать ее живой. На детском языке метафорично рассказывается о разных природных явлениях (пожар, засуха, землетрясение, извержение вулкана).

Что еще очень важно: главные герои могут совершать проступки, ошибаться, вести себя плохо, но в конце обязательно исправляются и извиняются. Например, все дети из семьи Барбоскиных в тот или иной момент поступают не очень хорошо: хитрят, завидуют, обманывают в своих целях. Но каждый раз проказник осознает, что был неправ, и делает работу над ошибками. То же самое мы видим и у двух друзей — Лео и Тига, которые в конце серии обязательно усваивают свой «урок».

В мультфильмах не должно быть главного персонажа, который вроде бы позитивный и симпатичный, но постоянно делает что-то нехорошее и исправляться не собирается. Этакий герой- «рецидивист»… Очень часто после таких просмотров дети начинают неуправляемо и вздорно себя вести. Многие родители отмечали увеличение непослушания у своих детей, а также возбудимость, чрезмерно озорное поведение после регулярных просмотров «Маши и Медведя». Ведь Маша тут — «антигерой», который постоянно совершает одни и те же шалости из серии в серию. При этом она — не негативный персонаж, а вроде бы милая девочка. Но мораль в этом мультике обычно отсутствует — девочка продолжает показывать не лучший пример. Можно только пожалеть изводимого ее поведением Медведя...

Главный герой добрый, отзывчивый, хотя иногда и сталкивается с провокациями. Очень хороший в данном случае пример — **Лунтик**. Здесь разбираются и страхи, и понятия о том, как поступать хорошо, и уважение к старшим. Есть и откровенные антигерои, которых все переучивают — гусеницы.

До 3-4 лет прекрасно подойдут **«Малышарики»**, которые несут познавательную и наглядную цель: обучают разным фигурам и формам, цветам. А также учат уметь договариваться.

Хороши мультики, где много добрых и вдохновляющих песен. Например, страхи лучше всего побеждать веселой песенкой, которая переводит внимание на позитивный настрой и силу. «Лео и Тиг» имеют целую коллекцию таких музыкальных произведений: очень милая «песня Мартика» или бодрящий «Феофан».

К слову о музыке... Есть на YouTube канал под названием**Super Simple Songs** на английском языке. Это поющие мультики для ненавязчивого изучения иностранного языка, которые могут стать прекрасным подготовительным этапом к дальнейшему изучению. Ребенок в музыкальной форме узнает, что есть и другие языки, запоминает мелодии известных английских песенок и учит новые слова.

Лучше выбирать добрые, порой даже нейтральные мультфильмы, ориентированные на вечные ценности, победу добра над злом, без закрученного сюжета и зомбирующих спецэффектов.

Сколько смотреть

Если раньше для нас просмотр мультфильма перед телевизором был событием дня, сравнимый с походом в кино, то современные дети уже настолько «гаджетотизированные», что в два года сами открывают нужное приложение и ловко включают маленьким пальчиком, что хотят посмотреть. Сегодняшние детки от 0 до 10 лет погружены в мир экранов значительно больше, практически с пеленок, чем, например, были мы — их родители.

Именно поэтому нам, взрослым, необходимо дозировать электронную жизнь ребенка. По рекомендациям ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения) детям до двух лет противопоказаны любые цифровые устройства вообще. С двух лет — не более одного часа в день. В 3-4 года — не более двух часов в сутки.

А еще крайне нежелательно кормить детей под мультфильмы! Привычка есть с экраном способна вызывать расстройство пищевого поведения. Годам к пяти ребенок может вообще намеренно отказываться от еды без телевизора. К тому же с мультиком малыш ест неосознанно, «на автомате» открывая рот. И заложенное природой чувство, отвечающее за голод и насыщение, притупляется. Это, в свою очередь, приводит к перееданию или «аварийной» работе желудочно-кишечного тракта, когда желудок не справляется с увеличенным объемом пищи.

Стоит ли смотреть мультфильмы на ночь?

Это очень индивидуально и зависит от того, как после просмотра обычно ведет себя ваш ребенок. Но однозначно на ночь не стоит смотреть активные и веселые сцены. К примеру, **у канала «Мульти-музыка»** в вечернее время идут спокойные короткие песни-засыпайки. Также в Сети можно найти 7-минутное видео **Twinkle twinkle, little star**с убаюкивающими песнями и милыми мультяшками: совой, звездочкой, снеговиком и медведями.

**Своя «колыбельная» есть и у «Кукутиков»**, помимо многочисленных веселых песенок.

И если такой недолгий просмотр работает как ритуал, чтобы успокоиться, или как переходный этап между играми и сном, то почему нет?

Главное — выбирать мультфильмы, которые приносят пользу и детям, и их родителям.

**А какие мультфильмы смотрят ваши дети?**