**3D-ТЕХНОЛОГИИ ОПАСНЫ ДЛЯ ДЕТСКОЙ ПСИХИКИ**

**Врачи и психологи считают, что большой экран не для малышей, а 3D технологии опасны для детской психики.**

**Хотя некоторые офтальмологи говорят, что лучше два часа смотреть на большой экран в кинотеатре, чем на маленький экран домашнего телевизора или компьютера - это уже выбор «из двух зол». Конечно, определенный положительный эффект дают и расстояние, и величина объектов на экране - но ничего полезного для глаз двухчасовые сеансы не приносят. А покупать билеты на первые ряды - и вовсе дополнительная нагрузка на детское зрение. Оно полностью формируется к семи годам, а до этого увлекаться походами в кинотеатр небезопасно.**

**Хороший способ расшатать нервную систему**

**Большинство детских психологов ставят возрастную планку для похода в кинотеатр на пяти годах, а при возможности - чем позже, тем лучше. Маленькие дети, какими бы интеллектуально развитыми ни были, не различают правду и вымысел, поэтому принимают все, происходящее на экране, близко к сердцу, а потом долго и эмоционально переживают. То, что ребенок молча и без движения «высидел» весь сеанс - не повод для родительской гордости и не знак того, что нервная система не была перегружена.**

**Нервная система маленького ребенка неустойчива. В кинотеатре мозг может среагировать на частую смену кадров, вспышки света, громкую музыку, резкие звуки - ребенок выйдет из кинозала вялый или наоборот, слишком возбужденный, может разболеться голова, вечером ему будет трудно уснуть.**

**Именно дети чаще всего ощущают усталость, головную боль, тошноту и головокружение, выходя из зала.**

**3D - непосильная до 5-6 лет нагрузка, в первую очередь, на глаза, частый просмотр фильмов в новой технологии может привести даже к патологиям развития. Тем же малышам, у которых и так есть проблемы со зрением, например, косоглазие, вход в кинозал и вовсе запрещен.**

**Психологи не рекомендуют водить на 3D сеансы не только дошкольников, но и школьников, которые отличаются повышенной возбудимостью, эмоциональностью, гиперактивностью, склонностью к истерикам - нагрузка на кору головного мозга усугубляет проблемы.**

**Рисковать - так в правильных очках**

**Если вы уверены в опыте знакомых, которые регулярно водят ребенка в кино, в том числе на 3D-фильмы, и довольны, больше, чем в исследованиях ученых, соблюдайте главные рекомендации:**

**1. Пользуйтесь детскими очками. Стандартный средний размер рассчитан на взрослых людей, у детей расстояние между глазами намного меньше, и во взрослых очках ребенку будет, как минимум, неудобно.**

**2. Во время сеанса внимательно наблюдайте за ребенком. Если он периодически снимает очки, трет глаза, закрывает уши, проявляет какие-то признаки беспокойства - сразу уходите из зала. При первой же жалобе на плохое самочувствие прерывайте просмотр.**

**3. Как бы прекрасно малыш не перенес сеанс, не повторяйте эксперимент в ближайшие выходные дни.**

**Воспитатель: Мураева**

**Анжелика Валерьевна**