

Памятка для родителей «Просмотр телепередач»

1. До 2 – 2.5 лет ребенку нельзя (!) смотреть телевизор, от 2 до 3 лет (а лучше и позже) – не более 15 минут в день, и только вместе с мамой. Она должна проговаривать вслух все, что видит на экране, и объяснять это ребенку: «Это девочка. Она несет шарик. Красивый, голубой! А вот зайка пришел, просит шарик у девочки. Видишь, добрая девочка, дала зайке шарик...». Такой пересказ необходим, потому что 2 – 3 летний малыш не успевает понять смысл происходящего на экране, так как скорость его зрительного восприятия несравнима со скоростью восприятия старших детей и тем более взрослых.
2. Смотреть можно только передачи, предназначенные для маленьких детей, лучше всего отечественные мультфильмы с четкой, ясной картинкой, мелодичной музыкой, добрыми, нестрашными героями и понятными, доступным малышу содержанием.
3. Желательно периодически просматривать одни и те же мультфильмы, как перечитывают знакомые книги. Это способствует лучшему пониманию, более осознанному восприятию, элементарному предвосхищению уже известных событий.
4. Передача «Спокойной ночи, малыши!» может быть рекомендована детям начиная с 3 лет, до этого возраста им трудно ориентироваться в сюжете передачи и переходить от беседы Хрюши и Степашки с ведущим к мультфильму, для начала можно смотреть только первую часть передачи, мультфильм записывать и просматривать в другой день.
5. Если вы заметили, что вечером ребенок перевозбуждается от просмотра телепередач, делайте это только по утрам, а вечером почитайте с малышом знакомую книжку, расскажите сказку, поговорите с малышом о том, как прошел день, что Вы с ним видели, что делали, как играли, что нового он узнал.
6. Никогда не оставляйте ребенка одного перед телевизором и не разрешайте смотреть «взрослые» передачи. Не поощряйте игры с пультом переключения каналов без Вашего ведома. Мало ли что он увидит!
7. Откажитесь от привычки спихивать ребенка на телевизор, как на электронную няньку, даже если вы очень заняты. Вместо этого подыщите ему какое – нибудь дело – пусть учится рисовать или музыке, развивайте интерес к книге.
8. Не ставьте телевизор в детской, если только не хотите окончательно потерять контроль над тем, какие передачи и в какое время смотрит ребенок.
9. Не оставляйте телевизор включенным для создания шумового фона. Если ребенок хочет услышать что – нибудь, пока рисует или занимается, включить радио.
10. При выборе телепередач и мультфильмов необходимо учитывать, чтобы они были предназначены именно для возраста вашего ребенка.
11. Каждый раз обсуждайте с ребенком то, что он посмотрел.
12. Общее время просмотра телепередач детьми до 7 лет не должно превышать 6 – 7 часов в неделю.
13. Старайтесь, чтобы ребенок не смотрел телевизор более получаса подряд.

14. Телевизор необходимо смотреть в ярко освещенной комнате и не с близкого расстояния.

15. Не разрешайте ребенку смотреть телевизор лежа и во время приема пищи.