**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯ ПО ПРОСМОТРУ ТЕЛЕВИЗОРА** .

1. 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.
2. Выберите достойные передачи. Просмотрите заранее программу на неделю и отметьте те передачи или фильмы, которыми, на ваш взгляд, следовало бы ограничиться.
3. Назначьте один день без телевизора. Объясните, что все, в том числе мама и папа, должны подыскать себе на этот день более полезные занятия.
4. Не ставьте телевизор в детской, если не хотите окончательно потерять контроль на тем, какие передачи и в какое время смотрит ребенок.
5. Не оставляйте телевизор включенным для создания шумового фона. Если ребенок хочет услышать что-нибудь, пока рисует или занимается, включите радио.

**ПРАВИЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.**

Если вы считаете, что без телевизора вашему ребенку не обойтись, соблюдайте следующие правила.

1. До 2-2,5 лет ребенку НЕЛЬЗЯ смотреть телевизор, от 2 до 3 лет (а лучше 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. 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 понятным, 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. И в этом ребенку должна помочь мама, она должна задавать наводящие вопросы: "Кто сейчас из окошка выглянет?" и т.д.
4. Передача "Спокойной ночи малыши" может быть рекомендована детям начиная с 3-летнего возраста, до этого возраста детям трудно ориентироваться в сюжете передачи и переходить от беседы Хрюши и Степашки с ведущим к мультфильму, для начала можно посмотреть только первую часть передачи, мультфильм записывать и просматривать его в другой день.
5. Если вы заметили. Что вечером ребенок перевозбуждается от просмотра телепередач, делайте это только по утрам, а вечером почитайте 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 увидет.