

## *Родительские «НЕЛЬЗЯ» при соблюдении режима дня.*

### **НЕЛЬЗЯ:**

- будить ребёнка в последний момент перед уходом в школу, объясняя это себе и другим большой любовью к нему;
- кормить ребёнка перед школой и после неё сухой пищей, бутербродами, объясняя это себе и другим, что ребёнку такая еда нравится;
- требовать от ребёнка только отличных и хороших результатов в школе, если он к ним не готов;
- сразу после школьных уроков выполнять домашние задания;
- лишать детей игр на свежем воздухе из-за плохих отметок в школе;
- заставлять ребёнка спать после уроков и лишать его этого права;
- кричать на ребёнка вообще и во время выполнения домашних заданий в частности;
- заставлять многократно переписывать в тетрадь из черновика;
- не делать оздоровительных пауз во время выполнения домашних заданий;
- сидеть у телевизора и за компьютером более 40-45 минут в день;
- смотреть перед сном страшные фильмы и играть в шумные игры;
- ругать ребёнка перед сном;
- не проявлять двигательную активность в свободное от уроков время;
- разговаривать с ребёнком о его школьных проблемах зло и назидательно;



- не прощать ошибки и неудачи ребёнка.