



ПРАВИЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ШКОЛЬНИКОВ

ШКОЛА

- Помогайте ребёнку с домашним заданием лишь после нескольких его попыток сделать самостоятельно.
- Если учитель сделал замечание, не торопитесь сразу распекать чадо за проступок. Вы должны быть на стороне ребёнка, даже если он провинился.

РЕЖИМ

- Не усаживайте сразу после школы за уроки. Дайте возможность отдохнуть (хотя бы 2 часа), отвлечься.
- Придерживайтесь режима дня. Детям необходимо 10-11 часов сна.

ОТДЫХ

- Плохое поведение после школы (становится агрессивным, грубым) может говорить о том, что ребёнок не справляется с нервным напряжением. Увеличьте время для отдыха.
- Спланируйте варианты совместных развлечений на выходные – поход в кино, цирк, на аттракционы.
- Не забывайте про физическую активность. Спортивные секции, прогулки помогут активно отдыхать от уроков и выплёскивать энергию.

Воспитатель Агаркова Ольга Ивановна