

## Нужны ли каникулы в детском саду?



Вот и пришло лето!

Лето — это пора, когда хочется целый день проводить на улице.

Конечно, детский сад — это важно для ребёнка. В детском саду каждый ребёнок гарантированно получит и заботу, и присмотр, и веселые игры, и полноценное правильное питание. В то же время у родителей во время отпуска появляется возможность заняться запланированными делами, не отвлекаясь на ребёнка. Казалось бы, всё правильно и логично, а главное удобно и для вас, и для ребенка. Но так ли это на самом деле? Рассмотрим ситуацию с другой стороны.

Вы устаете на своей работе? После пяти, а то и шести рабочих дней выходные кажутся праздником. Но и то толком отдохнуть получается крайне редко. То дома надо прибраться, то машину починить, то к родителям съездить...

Ваш ребенок устает не меньше вас. Поскольку детей в группе много, то и шума в ней достаточно. Вот вы, к примеру, устаете от шума в поликлинике или на базаре? А ваш ребенок живет в шуме пять дней в неделю. Одиннадцать месяцев в году. Так может, стоит иногда делать паузу? И давать ему полноценный отдых от детского сада?


Посещение образовательного учреждения для дошкольника — самая настоящая работа! Режим дня в детских садах стандартизирован. Судите сами — им приходится рано вставать. И ранний подъем совершенно не учитывает биоритмы ребёнка. Если "жаворонкам" рано вставать не тяжело, то "совам" крайне затруднительно. Вставая на час-два раньше своего оптимального времени, дети находятся в вялом состоянии весь день, "просыпаясь" лишь после дневного сна. Все эти нюансы приводят к нарастающему утомлению.

К окончанию учебного года дошкольники устают так же, как школьники, как взрослые работающие люди. В том числе, и от детского коллектива, и от требований, которые предоставляются в дошкольном учреждении. Наиболее распространенный источник напряжения — это публичность, присутствие большого количества людей вокруг. Отсюда вывод: отдых дошкольникам нужен не меньше, чем другим людям. Поэтому ребенку необходимо обеспечить на некоторое время смену деятельности. Стремитесь к большему разнообразию хотя бы в летнее время.

Давайте рассмотрим варианты оптимального времяпрепровождения ребенка летом.

Самый прекрасный отдых для детей дошкольного возраста — на природе, на даче, например, у бабушки, живущей за городом. Ребенку не грозят «прелести»





акклиматизации и адаптации — полноценный отдых начинается сразу. Целый день на свежем воздухе, с друзьями — в итоге организм насыщается кислородом, иммунитет повышается, ребенок становится более спокойным и уравновешенным.

Большинство родителей считает, что лучший отдых для ребенка — на берегу моря. Конечно, это тоже замечательный вариант, если есть такая возможность.

Многие родители, находясь в отпуске летом, все равно продолжают водить ребенка в сад. Давайте подумаем, какие плюсы могут быть у проведенного совместно с ребенком отпуска. У вас, наконец, появится возможность пообщаться друг с другом. Ведь почти всегда у родителей не хватает времени на погулять-почитать-поиграть. В отпуске от работы и сада вы прекрасно сможете все наверстать, и ребенок будет точно уверен в том, что маме и папе интересна его жизнь и приятно его общество.

Вы можете совместно попутешествовать. Если нет возможности поехать на море, можно просто выбраться на два-три дня на природу. И какое-то время просто побыть обычными счастливыми родителями любознательного ребенка. Такие моменты навсегда запомнятся вашему малышу. Ребенок будет болеть значительно реже. По статистике, значительно реже болеют те дети, которым давали такой вот «отпуск» от детского сада. Просто потому, что организм успевал восстановить свои силы для продолжения учебно-игрового процесса вместе с детьми.

Помните от того как мы относимся к ребенку и его здоровью зависит то как через время он будет относиться к нам и нашим потребностям. Помня про это правило, постарайтесь найти время и побыть с ним ценой одного месяца вне детского сада.

Какое бы решение вы не приняли, мы желаем вам отличного летнего отдыха и хороших впечатлений!



**Сысоева Анастасия Валерьевна, тьютор**