

ДЕТСКИЙ ОТПУСК, ТАК ЛИ ЭТО НЕОБХОДИМО?

Оказывается, летний отдых от детского сада крайне важен для полноценного развития и здоровья ребёнка. Особенно отдых необходим детям подготовительных групп ведь у них впереди новый жизненный этап, обучение в школе.

Вот почему:

1. Благоприятное воздействие семьи

Провести время с родителями, в спокойной атмосфере.

Общение с родителями во время отпуска, когда они не обременены бытовыми и производственными заботами, когда никто никого ни куда не торопит, когда есть время увидеть глаза своего малыша, услышать его откровения, посмотреть вместе интересные фильмы... Быть вместе с ним, на его волне...Эти дни будут позже самыми памятными в жизни, самыми счастливыми.

2. Снижение физической и эмоциональной нагрузки

В садике детям приходится много двигаться, взаимодействовать с большим количеством сверстников. Ребенок решает задачи, проблемы, выстраивает отношения с большим количеством людей, испытывает множество эмоций, в том числе не очень приятных, требующих больших энергозатрат и осмысления. Конечно, вся эта нагрузка соответственно возрасту, только каждому возрасту - своя "работа" и свой отдых. Летом они могут просто наслаждаться свободной игрой и расслабиться.

3. Восстановление сил

Детский организм растёт и развивается, поэтому ему необходимы регулярные "перезагрузки". Летний отдых позволяет ребёнку восстановить физические и психические силы.

4. Развитие самостоятельности

Каникулы дают детям больше свободы и возможностей проявлять инициативу. Они учатся сами организовывать свой досуг, принимать решения и нести за них ответственность.

5. Новые впечатления

Летом у ребёнка появляется больше возможностей для познания мира, участия в разных видах активности. Это способствует всестороннему развитию личности, особенно когда рядом родители, которые развивают, направляют его интерес.

6. Отдых и свобода

Ребенку нужно испытывать чувство свободы - от режима, от необходимости жить по правилам группы, от большого количества людей вокруг. Ежедневно дети встают по будильнику и идут в сад. Там у них все по расписанию. Куча друзей, подруг нужно подчиняться не только распорядку дня, но и подстраиваться под других, подчиняться правилам совместной игры и самим придумывать правила.

Организму ребенка, как и взрослому нужен отдых, поспать подольше, погулять вечером подольше, а ещё лучше заняться своим любимым делом дома. Возможно, испечь торт из глины или сварить суп из земли.

Некоторые родители говорят: "Почему ребёнок не хочет идти в сад? Зачем ему каникулы? Вот я бы сейчас с удовольствием в садик...."

Встречный вопрос: "Если бы вам дали возможность остаться дома? Не ходить на работу?" Очень небольшой процент родителей, трудоголики, что выберут работу.

Если бы вас уважаемые взрослые попросили нарисовать, рассказать как вы хотите провести отпуск, наверно вы его представили не на работе.

Не стоит воспринимать летний отдых как "потерянное время". Наоборот, он крайне важен для физического и психического здоровья ребёнка.

Пусть ваши дети наслаждаются беззаботными каникулами, накапливают силы перед новым важным этапом и радуются жизни!

Нервная система детей ещё не совершенна и им такой отдых необходим!

Чем лучше отдохнёт ребенок летом, тем успешнее пройдет следующий учебный год.

**Материал подготовила педагог-психолог
Пиянзина О.П.**

