

Консультация для родителей «Нужен ли летом детям отпуск?»

Дошкольники — счастливый народ, которым совершенно отдых не нужен, так думают многие. Давайте вместе поразмышляем...

Ваши дети устают не меньше вас. Поскольку детей в группе много, то и шума в ней достаточно. Вот вы, к примеру, устаете от шума в поликлинике или в торговом центре? А ваш ребенок живет в шуме пять дней в неделю. 12 месяцев в году. Так может, стоит иногда делать паузу? И давать ему полноценный отдых от детского сада?

Зачем же им отдыхать, если в детском саду их целый день развлекают? Они там спят, едят, играют. Разве это не отдых? Но это позиция взрослого человека, для которого отсутствие работы уже отдых, а если ещё покормят, да спать уложат. А вот психологи в один голос утверждают, что отдых дошкольникам нужен.

Посещение детского сада для дошкольников самая настоящая работа. Судите сами — им приходится рано вставать. И ранний подъём 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. Режим дня детей в детских садах стандартизирован. В принципе, половина детей чувствует себя комфортно, но вторая половина откровенно страдает. Кому-то слишком легко придерживаться графика и темпа обучения, а потому малоинтересно. Другим слишком тяжело, а потому тоже неинтересно.

Все эти нюансы приводят к нарастающему утомлению. К окончанию учебного года дошкольники устают так же, как школьники, как взрослые работающие люди.

Отсюда вывод: отдых дошкольникам нужен не меньше, чем другим людям.

Отдых «у бабушки»

Самый прекрасный отдых для детей дошкольного возраста — на природе, у бабушки, живущей за городом. Малышу не грозят «прелести» акклиматизации и адаптации — полноценный отдых начинается сразу, лишь он попадает в объятия «старшей мамы». Родители могут продолжать работу и могут быть уверены, что за ребёнком присмотр осуществляется 100% качественный. Если малыш отдыхает у бабушки не первый год, то он уже обзавёлся там друзьями, а это тоже немаловажно. Целый день на свежем воздухе, с приятелями — в итоге организм насыщается кислородом, психика уравнивается, иммунитет повышается.

Отдых на море

Большинство родителей считает, что лучший отдых для ребёнка — на берегу моря. Дошкольников редко отправляют одних — маловаты, поэтому едут всей семьёй. Отдых получается меньше (всё-таки это дорого) и не совсем беззаботным. Здесь подстерегают проблемы. Никто не отменял адаптацию и акклиматизацию, которые могут длиться все 2 недели запланированного отдыха. Да ещё и риск заболевания ротавирусной инфекцией повышается с каждым годом — сказывается плохая экология. В результате вместо «подзарядки» иммунитета можно получить его полное выхолащивание.

Летом можно соединить ваш отпуск и не хождение ребенка в садик

Какими будут плюсы?

- У вас появиться возможность наобщаться друг с другом. Ведь почти всегда нам не хватает времени на погулять-почитать-поиграть... А 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. Дети любят приключения. И легче всего знакомятся с миром вместе с родителями. Почему бы вам не съездить к морю? А если нет такой возможности просто выбраться на два-три дня на природу? И детям интересно и вам полезно побыть в тишине и покое. И какое-то время просо побыть обычными счастливыми родителями любознательного чада.
- Ваш 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.