

КАНИКУЛЫ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКА?!

Уважаемые родители, лето традиционная пора отпусков и каникул. Родители часто задаются вопросом, а так ли нужны каникулы дошкольнику? **Отчего он устал?** У родителей складывается впечатление, что в детском саду ребенок и так отдыхает: гарантированно получает заботу и присмотр, веселые игры и физическое развитие, полноценное правильное питание. Многие родители также опасаются, что ребенок слишком расслабится за летнее время и забудет то, что получил на всяческих занятиях в течение года. **Попробуем разобраться!**

У многих взрослых проскальзывает мысль: «Хорошо быть ребенком, ходишь в садик - играешь, отдыхаешь...» На самом деле, жизнь в детском саду настолько разнообразна и насыщена, что ваш ребенок устает не меньше вас. Некоторые дети посещают сад пять дней в неделю по двенадцать часов. Согласитесь, похоже на полноценный рабочий график. Поскольку детей в группе много, то и шума в ней достаточно. Ребенок также устает от шума, как и вы от шума в транспорте, в магазине, на работе... И если у вас есть возможность отстраниться от всех, какое-то время не разговаривать ни с кем, передохнуть, то ребенок в саду находится в постоянном контакте со взрослыми и детьми.



Посещение детского сада для дошкольников — это самая настоящая работа: ранний подъем, не учитывающий биоритмы ребенка, в саду режим дня стандартизирован (ребенок вынуждено находится в графике и темпе образовательной деятельности). Все эти факторы приводят к нарастающему утомлению. К окончанию учебного года дошкольники, также устают, как и школьники или работающие взрослые. **Отсюда вывод:** отдых дошкольникам нужен не меньше, чем другим людям.

Основная функция каникул или отпуска – это восстановление организма от того напряжения, которое накопилось за целый учебный год. **Нужно ли детям время, чтобы удовлетворить свои личные потребности? Нужна ли им передышка от сада?** Конечно, да! Все это детям важно и нужно. После того как ребенок отдохнет, поиграет в свои игрушки, займется любимыми делами, он все равно вернется к привычным занятиям – рисованию, чтению, музыкальному обучению. Жизнь по расписанию и постоянные занятия вносят напряжение в жизнь ребенка, поэтому необходимо дать возможность ребенку отдохнуть, восстановиться, иначе в новый учебный год вступит уставший ребенок, а это в свою очередь, отразится на физическом здоровье и психологическом состоянии. Особенно это касается детей, которые пойдут осенью в школу. Им обязательно нужна пауза, поскольку их ожидает очень важный этап – адаптация в школе.

Проведите отпуск полноценно, активно, в приятной компании! Отдых для дошкольника – время вольной жизни, прогулок на свежем воздухе, встреч с друзьями, поездок и путешествий, **его родители, активно проводящие с ним время.** Хороших каникул!

Педагог-психолог Бортейчук А.С.