

## *«Зачем нужны каникулы в детском саду?»*

Многих родителей начинает беспокоить вопрос проведения летнего отдыха и возможность посещения ребенком детского садика в летние месяцы, особенно если нет возможности его куда-либо отправить. Чем ближе лето, тем острее стоит вопрос. Конечно, самый лучший отдых для дошкольника все же вместе с мамой и папой, а может быть, сначала с мамой, потом с папой, и таким образом почти все лето ребенок проведет на отдыхе. Главное для ребенка – это выехать из шумного, задымленного города, ближе к морю, лесу, к речке, в горы. Ребенку будет интересно там, где будут его родители, активно проводящие с ним время. Но, даже если невозможно куда-то увезти ребенка, то достаточно просто сменить атмосферу.

Конечно, здорово, когда у вас есть время на себя, а ребенок и накормлен, и присмотрен и может общаться со сверстниками. Казалось бы, не ситуация, а сплошное удовольствие и для вас, и для ребенка. Но так ли это на самом деле? Рассмотрим ситуацию поближе.

Вы устаете на своей работе? После пяти, а то и шести рабочих дней выходные кажутся нам праздником. Но и то толком отдохнуть получается крайне редко. То дома надо прибраться, то машину починить, то к родителям съездить... И иногда проскальзывает мысль «Хорошо быть ребенком. Ходишь в садик и все». А вот и не все!

Во-первых, ваш ребенок устает не меньше вас. Поскольку детей в группе много, то и шума в ней достаточно. Вот вы, к примеру, устаете от шума на работе? А ваш ребенок живет в шуме 10 – 12 часов в день, пять дней в неделю. Двенадцать месяцев в году.

Посещение детского сада для дошкольников самая настоящая работа! 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. Режим дня детей в детских садах стандартизирован. Спросите себя: «Вам хочется поваляться на диване? Ничего не делать? Смотреть телевизор?». Как ни странно это звучит, но ребенку это тоже очень хочется, забыть про режим. И просто НИЧЕГО НЕ ДЕЛАТЬ!

В принципе, дети откровенно страдают летом. Кому-то слишком легко придраться к графику и темпу 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. Так что отдыхайте вместе с ребенком, а не от него.

Так может, стоит иногда давать ему полноценный отдых от детского сада?

Даже если ребенок что-то и забудет за лето, это не страшно, так как благодаря отдыху от режимных моментов, умственных и психологических нагрузок происходит созревание всех психических функций организма.

Для ребенка отсутствие летнего отдыха, по данным исследователей, равноценно работе взрослого человека без отпуска в течении пяти лет.

Детский организм не может восстановиться полностью за 2 недели, поэтому не просто так психологи и педиатры рекомендуют дошкольникам отдых 75 календарных дней. И планируя летние отпуска необходимо в первую очередь учитывать физиологические особенности ребенка, его психологическое состояние.