

Консультация «Нужно ли детям отдыхать летом от детского сада?»

Давайте подумаем - зачем же детям 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 есть отдых. 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 подъем совершенно не учитывает биоритмы ребенка. Вставая раньше своего оптимального времени, дети находятся в вялом состоянии весь день, засыпают на занятиях, не дожидаясь обеда, «просыпаясь» лишь после дневного сна.

Режим дня детей в детских садах стандартизирован. Половина детей чувствует себя вполне комфортно, но вторая половина откровенно страдает. 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. Элементарно дети устают от жары, ведь не в каждом детском саду есть климатконтроль. А прогулка по тенистому парку, поездка на речку или дачу, помогут малышу легче перенести капризы природы. Отсюда вывод: отдых дошкольникам нужен не меньше, чем другим людям. Поэтому ребенку необходимо обеспечить на некоторое время смену деятельности.