

## **Консультация для родителей на тему: «Нужны ли дошкольнику летние каникулы?»**

Когда человек продуктивно работаем, тратит много энергии и, конечно, для её восстановления необходим отпуск. Это такой прекрасный период, когда есть время уделить внимание себе и семье в спокойной обстановке. Есть возможность съездить на море и погреться на солнце или поехать к родным и сменить обстановку. О пользе отдыха даже не стоит говорить, потому что это очень важно для всего организма и нервной системы.

Но задумываемся ли мы, что и детям тоже нужен «отпуск» от детского сада. Многих родителей начинает беспокоить вопрос проведения летнего отдыха и возможность посещения ребёнком детского сада в летние месяцы, особенно если нет возможности его куда-либо отправить отдыхать.

Чем ближе лето, тем острее стоит вопрос. Конечно, самый лучший отдых для дошкольника всё же вместе с мамой и папой, а может быть, сначала с мамой, потом с папой, и таким образом почти все лето ребёнок проведёт на отдыхе. Главное для ребёнка – это выехать из шумного, задымленного города, ближе к морю, лесу, к речке, в горы. Ребёнку будет интересно там, где будут его родители, активно проводящие с ним время.

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. Для каждого из нас необходимость покидать дом в любую погоду, и в холод, и в

дождь мало приятна. А в садик ежедневно ребёнок идёт так же, как и взрослый на работу. Поэтому, когда родители из года в год не устраивают ребёнку отпуск, хотя бы на месяц, у дошкольника накапливается колоссальная усталость. А она влечёт за собой целый комплекс проблем, связанных и с поведением, и с физическим здоровьем. Дети старшего дошкольного возраста всегда очень ждут выходных, чтобы вдоволь полежать в постели, провести весь день по-своему. К окончанию учебного года дошкольники устают так же, как и школьники, как взрослые работающие люди.

Отсюда вывод: отдых дошкольникам нужен не меньше, чем другим людям. Так может, стоит иногда устраивать полноценный отдых от детского сада? Отпуск должен быть не только у родителей, но и у детей. Для ребёнка - это долгожданное событие, которое он тоже ждал весь год. Наши дети, в большей степени чем родители, нуждаются в смене обстановки. Отпуск - это время укрепления здоровья и от того как ребёнок отдохнёт во многом зависит его здоровье. Поэтому очень важно, чтобы родители с наибольшей пользой распорядились этим драгоценным временем.

