***Консультация для родителей***

***«Нужен ли отдых детям от детского сада в летний период?»***

Лето традиционная пора отпуска для взрослых людей. Многие с нетерпением ждут его. Не всегда отпуск сопровождается поездкой в другие города или страны. Иногда он просто проходит в отдыхе от работы.

Однако встает вопрос: нужен ли отдых детям и как это может повлиять на их развитие и здоровье?

Условно, мам и пап можно разделить на два лагеря:

• одни считают, что ребенку нужен отдых и поэтому категорически против его нахождения в саду в летнее время.

• другие считают, что детский сад – это место отдыха для ребенка, и никакой «отпуск» ему не нужен. Такие родители «в штыки» воспринимают даже невинный вопрос воспитателя о том, планируют ли они ходить летом в сад или нет.

 Давайте разберёмся!

 

Как и любой другой вид деятельности, детский сад может вызывать стресс у детей. С точки зрения многих взрослых детский сад — это место для отдыха. Ребенка приводят в детский сад и он играет целый день. Даже занятия не такие как в школе: нет проверки домашней работы, оценок, контрольных.

Еще воспитатели водят детей на разные занятия: музыкальные, ИЗО, физкультура и другие. Еще и дневной сон положен.

Однако для ребенка — это нагрузка. Детский сад кардинально отличается от того, что принято в семье. Приходится подчиняться воспитателю, следовать режиму и учитывать интересы сверстников. Все это усиливает нагрузку на нервную систему.

Поэтому ребенок приходит уставшим после детского садика. Даже если он только играл — это изматывает. Из-за накопившейся усталости ребенок становится агрессивным и раздражительным, а иногда плаксивым и капризным.

Также следует напомнить, что [летом все занятия в детском саду отменяются](https://www.maam.ru/obrazovanie/leto), поэтому ребенок, не посещающий  детский сад, за лето не отстанет от программы.

Учитывая эти факты, всё же, хотя бы иногда детям нужен перерыв от детского сада, чтобы отдохнуть и восстановить силы. Даже в хорошем детском саду обстановка отличается от домашней. А дети дошкольного возраста нуждаются в родителях. Детство мимолетно, а моменты с мамой или папой запоминаются надолго.

Однако это должно быть сделано правильно. Идеальный вариант — поездка на море или озеро. Можно выбрать турбазу и посетить ее. Главное — смена обстановки! Летом нужно много гулять на свежем воздухе. Под солнечными лучами организм вырабатывает витамин D — это полезно для здоровья. Еще на свежем воздухе происходит закаливание организма.

Нет возможности уехать? В этом случае можно гулять, посещать детские площадки, кататься на самокатах или велосипедах. Еще стоит посетить зоопарк, погулять по музеям и вести активный образ жизни. Обязательно делайте фотографии. Потом можно сделать альбом и показать его в детском саду. Если ребенок будет видеть многое, то у него развивается словарный запас. Он научится связно и много разговаривать.

Поэтому, по возможности, обязательно ребенку нужно дать перерыв от детского сада, ведь для него это тоже работа. А ведь на любой работе обязательно есть отпуск!

 

Использованные источники: <https://www.maam.ru/detskijsad/-nuzhen-li-detjam-otdyh-ot-detskogo-sada-letom.html>