

Консультация для родителей «Почему детям нужен отпуск?»

Воспитатель: Галотина М.К.



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?

С точки зрения взрослого человека детский сад — это место для отдыха.

Ребенка приводят туда 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, физкультуру. Еще и дневной сон положен.

Однако для ребенка — это нагрузка! Детский сад кардинально отличается от того, что принято в семье. Приходится 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. Поэтому нужно давать ребенку отпуск. Дети дошкольного возраста нуждаются в родителях. Детство мимолетно, а моменты с мамой или папой запоминаются надолго.

Как провести отпуск?

Идеальный вариант — поездка на море или озеро. Можно выбрать турбазу и посетить ее. Поход в лес или на дачный участок позволит ребенку побегать босиком, погулять, насобирать цветов или лесных шишек, поиграть в подвижные игры с мячом. Также можно с ребенком изучать растительный мир. Осматривая растения в саду или на грядке, вспоминайте названия овощей, фруктов, цветов, ягод и т.д. Зарисуйте или сфотографируйте растения. 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. Устроить прогулку по родному городу. Обращайте внимание ребенка на формы зданий, обсуждайте, на какую геометрическую фигуру они похожи. Во время прогулки можно петь песни или учить новые стишки.

Обязательно делайте фотографии. Потом можно сделать альбом и показать его родственникам и друзьям. Если ребенок будет видеть многое, то у него развивается словарный запас. Он научится связно и много разговаривать.

Не бойтесь спросить у ребенка: что он хочет. Давайте ему право выбирать. И всегда находите на него время. Ведь совсем немного и дети перестанут приходить. В школе у них будут другие друзья и товарищи.

Помните:

Отдых – это хорошо. Неорганизованный отдых – плохо!

Солнце – это прекрасно. Отсутствие тени – плохо!

Морской воздух, купание – это хорошо. Многочасовое купание – плохо!

Хорошего семейного отдыха вам!

