

Лето – это волшебное время года, которого с нетерпением ждут как дети, так и родители. Именно летом появляется возможность посетить новые города и страны, много гулять, наслаждаться весёлыми и интересными развлечениями всей семьей. Однако много ли радости у ребёнка, если он вынужден всё лето ходить в детский сад?

Детский сад – это очень важное и полезное место для детей, где они развиваются, получают знания, играют, общаются со сверстниками, соблюдают оптимальный режим дня. Многие родители полагают, что в детском саду ребёнок отдыхает, но это не так. Когда дети посещают детский сад в учебном году их организм вынужден подстраиваться под определённый распорядок: рано вставать, выполнять задания на занятиях, взаимодействовать с воспитателями и другими детьми. Всё это вызывает эмоциональное и физическое напряжение у детей, не позволяет им расслабиться, чувствовать себя спокойно и свободно. В связи с этим детский организм может чувствовать усталость, возникает раздражение, плохое настроение, капризы. Посещение детского сада для детей – это своего рода «работа», как и у взрослых, от которой периодически необходимо отдыхать.

Летние месяцы открывают для детей и взрослых широкие возможности для того, чтобы зарядиться энергией, приятными воспоминаниями, яркими эмоциями на целый год. Здоровье дошкольников в новом учебном году будет зависеть в том числе и от того, насколько ребёнок отдохнул летом. Если у родителей нет возможности провести это время вместе с ребёнком, то неплохой альтернативой будет отдых на даче у бабушки. Тем не менее, лучше всего устроить семейный отдых, чтобы дети и родители как можно больше общались, участвовали в различных совместных активностях, играли, путешествовали. Это будет прекрасным способом отвлечь ребёнка от привычных будней, подарить ему незабываемые впечатления, которые останутся с ним надолго, радость от присутствия и внимания мамы и папы.

Летний отдых от детского сада поможет ребёнку чувствовать себя счастливым, укрепит его психологическое здоровье, позволит восстановить силы после нагрузок, который он получает при посещении детского сада. Кроме того, чем активнее и разнообразнее дети проведут лето, тем больше нового они узнают, получают большое количество интересной информации о природе, если они будут гулять по лесу, собирая грибы или ягоды, о городах и странах, если поедут в путешествие, достопримечательностях, животных и многом другом. Конечно, в детском саду дети тоже каждый день изучают что-то новое, но, когда ребёнок открывает что-то для себя на своем личном опыте – это в сотни раз ценнее.