ЛЕТНИЙ ОТДЫХ С ДЕТЬМИ.

Пожалуй самое важное в детском отдыхе с точки зрения психологов - смена вида деятельности и впечатлений.

Для многих родитлей встает вопрос: где лучше отдыхать с детьми, чтобы отдых был полезен не только для здоровья, но и для развития ребенка.

Самый популярный семейный отдых – отдых у моря. Однако и педиатры и психологи сходятся во мнении, что для детей младшего возраста отдых в сельской местности полезнее, чем на курортах у моря. Если спросить трехлетнего ребенка, где ему интереснее, то большинство скажет, что в в деревне у бабушки лучше, чем на море. На море отдых более однообразный - дети преимущественно купаются, загорают и играют в песок. Это быстро надоедает малышу. Вечером же это, чаще всего, прогулки по многолюдным шумным набережным с развлечениями скорее взрослыми, чем детскими.Такие прогулки могут утомить ребенка. В деревне же дети смогут наблюдать домашних животных, как растут овощи, фрукты и что такое сельский труд. После прогулок к водоемам, на луг, в лес у ребенка останется куда больше полезных впечатлений, чем после двухнедельного пребывания на курорте. Толь ко не следует забывать о мерах безопасности.

В любом случае, куда бы вы не отправились на отдых, каждая поездка для ребенка-дошкольника является развивающей. Главное, чтобы ребенок имел возможность много двигаться, наблюдать, исследовать, познавать. Изменение места, обстоятельств - очень хорошо стимулируют центральную нервную систему, способствует тому, чтобы ребенок сделал «скачок»в своем развитии.

Современные родители очень заняты, много работают, устают. Некоторым хочется отдохнуть «полноценно», без детей, отправив их к бабушке и дедушке. Возможно кому-то отдыхать без детей комфортнее, но совместное времяпрепровождение вне дома поможет обрести лучшее взаимопонимание с детьми. Недаром народная мудрость гласит: ***«когда семья вместе***–***душа на месте».*** Если дети в течение года были лишены возможности проводить с родителями достаточное количество времени, лето - как раз то время, когда совместный отдых будет полезным для всей семьи. Это время родителям следует использовать для того, чтобы больше узнать о его внутреннем мире, желаниях. интересах, понять, возможно, какие-то скрытые детские переживания - а это возможно только при тесном личном общении.Старайтесь отдыхать и путешествовать с детьми, ведь, отправляясь на отдых вместе, вы подарите ребенку море впечатлений и радость их совместного переживания. Только не забудьте о необходимости соблюдать меру в тех новых ярких впечатлениях, которые получает ребенок, и учитывать его физические и психологические ресурсы, дабы не утомить отпуском ни себя, ни ребенка.

**Хорошего отдыха, счастливых поездок и благополучных возвращений !**

