

ДЕТИ ТОЖЕ УСТАЮТ!!!

Дети устают в детском саду по разным причинам.

Наиболее распространенный источник напряжения - это публичность, присутствие большого количества чужих людей вокруг. Поэтому хорошо, если после дня, проведенного в детском саду, ребенок имеет возможность уединиться, побыть в отдельной комнате, за ширмой, в кукольном уголке.

Не надо слишком назойливо расспрашивать его о том, что происходило, он вспомнит и расскажет сам, когда отдохнет. Ребенок может соскучиться и по родителям, поэтому не следует, приведя его домой, сразу же бросаться к выполнению домашних дел. Пусть он посидит на коленях у взрослого, пусть расслабится от прикосновений. Не пожалейте немного времени для того, чтобы побыть с ним вдвоем, почитать или поиграть.

Постарайтесь не слишком спешить, забирая ребенка домой. Небольшой круг - совершенный по окрестным дворам, позволит ему перейти на вечерний режим, перестроиться с детского сада на домашнюю обстановку. Будет лучше, если вы не станете сопровождать это беседой с кем-либо из приятельниц или родителей других детей, как правило, дети очень ценят прогулку вдвоем.

Если ребенку предстоят дополнительные занятия, то следует иметь в виду, что спорт скорее способствует перевозбуждению, а расслабляют занятия в спокойном ритме - типа рукоделия, моделирования и другого ручного труда. Музыкальная школа - это тоже большая нагрузка для ребенка, склонного к перевозбуждению.

А лучше всего понаблюдать за собственным ребенком - к чему он инстинктивно стремится.