

ЕСТЬ МНЕНИЕ



Фото из архива М. ЛУКАНИНОЙ

Неделя для безделья

Скоро у школьников наступят долгожданные каникулы. Нужно ли заставлять детей заниматься в это время? Многие родители считают: да, это необходимо. Правы ли

они? Об этом мы беседуем с директором МУ «Городской центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» Мариной ЛУКАНИНОЙ.

— Марина Федоровна, скажите, почему порой даже примерный ребенок вдруг забрасывает учебу и начинает приносить плохие оценки? Надо ли заставлять его нагонять материал в каникулы?

— Да, прилежные дети тоже иногда начинают учиться плохо. Обычно это случается в 6–8 классах. И причины могут быть разные: наступает переходный возраст, дети сдают первые экзамены и потом решают расслабиться. А может, ребенок просто устал и у него включился защитный механизм. Прежде чем ругать подростка и тем более заставлять его заниматься дополнительно, нужно разобраться в причине.

— А какая основная причина детской усталости и как можно избежать перегрузок?



Фото с сайта https://rodry.by

— Сегодня у школьников высокий уровень загруженности. Дети постоянно находятся в информационном потоке, усиливается их эмоциональная усталость. После занятий в школе они пересаживаются за компьютеры, вместе того чтобы просто погулять. Происходит некий перекоп: голова у детей занята, а руки и ноги нет.

— Раньше у школьников была масса свободного времени, а теперь его совсем нет...

— Абсолютно верно. Кроме того, младших школьников часто не отпускают во двор одних, их встречают и сопровождают родители. Они контролируют ребенка буквально во всем. А раз-

вивать своих чад начинают чуть ли не с пеленок. Записывают во всевозможные школы раннего развития, так что в первый класс ребенок идет уже с багажом знаний. Возрастают и требования к детям. Каждый родитель вбивает в голову дочери или сына: ты должен хорошо учиться. Но ведь

способности у всех разные. Кто-то схватывает на лету, а кому-то надо подумать, позубрить.

— Если ребенок по каким-то причинам не успевает в школе, родители стараются подтянуть его во время каникул. Разве это неправильно?

— Здесь нельзя дать однозначный ответ. Это и хорошо, и плохо. С одной стороны, в каникулы можно углубленно заниматься каким-то предметом. Но при этом нужно научить ребенка правильно распределять свое время, выработать определенный алгоритм. Например, выделить один час в день для занятий этим предметом. Но не стоит засаживать свое чадо на целый день за учебники в наказание за плохую успеваемость. С таким подходом к делу родители могут напрочь отбить у ребенка желание учиться.

— Однако избыток свободного времени — это тоже не очень

хорошо. Поэтому мамы и папы и записывают детей во всевозможные кружки и секции...

— Психологи справедливо считают, что перегружать ребенка нельзя. Если детский организм работает без выходных, это может привести к эмоциональному сбою, снижению внимания, потере мотивации к учебе. Накопившуюся усталость нужно обязательно снимать. Напряженный труд необходимо чередовать с полноценным отдыхом, учебу — с прогулками на природе, подвижными играми, экскурсиями, поездками в новые места, которые принесут новые положительные эмоции. Ребенок должен уметь переключаться с учебы на отдых. Если в школе работала голова, то во время каникул пусть поработают ноги и руки. Это очень важно для восстановления сил.

— Какие конкретные советы вы можете дать родителям?

— Если нет острой необходимости исправлять оценку по какому-то предмету, то в каникулы ребенку лучше отдыхать. Погуляйте с ним, подышите свежим воздухом, поиграйте в подвижные игры. Дайте ему хотя бы иногда, хотя бы в каникулы побездельничать и полениться. Это не так страшно. Пусть силы восстановятся.

Елена КУЛАКОВА

К СВЕДЕНИЮ

Если родители видят, что их ребенок сильно устает, а нарушение сна и аппетита, нервозность и раздражительность тоже могут быть признаками усталости, они должны проанализировать ситуацию и найти причину. Возможно, ребенок не высыпается. Дети часто засиживаются за компьютером до полуночи, а родители об этом не знают. Причина усталости может быть связана и с тем, что он долго делает домашние задания. И вовсе не потому, что учителя много задают, возможно, ребенок просто не умеет организовать свое время, сосредоточиться, часто отвлекается.

ОТДЫХАЕМ

Нескучные каникулы в Ярославле

Во время весенних каникул школьников Ярославля ждет обширная программа, в которой каждый сможет найти для себя увлечение и развлечение по душе, по интересам. Особенно много увлекательных событий ждет юных ярославцев в домах и дворцах культуры, в Музее истории города Ярославля, в библиотеках и зоопарке.

В каникулы можно найти новых друзей и вместе с ними стать участником творческих лабораторий, попробовать себя в актерском мастерстве, поучаствовать в шоколадных мастер-классах и попасть в «Сказочную историю». В домах и дворцах культуры для ребят найдется «Уголок свободного времени», а для любителей настольных игр откроются игротеки «ИГРОLAND» и «КУЧА-МАЛА». Любители танцевального искусства могут стать участниками танцевально-спортивных программ или «позажигать» на детско-театрах вместе со старухой Шляпокляк.

На площадках городских библиотек школьникам предстоит разгадывать загадки увлекательных квестов, участвовать в литературных стартах и веселых

уроках рисования, а совершив круиз «Фэнтези», можно попасть в гости к Великому сказочнику Датского королевства» и познакомиться с настоящей детской писательницей.

В Ярославском зоопарке страус по боль-



Фото из архива А. ФЕДОРОВОЙ

► Полный перечень мероприятий в дни весенних каникул в муниципальных учреждениях культуры «Централизованная библиотечная система города Ярославля», «Централизованная система детских библиотек города Ярославля», а также во дворцах и домах культуры Ярославля ищите на сайтах: на официальном портале города Ярославля city-yaroslavl.ru на сайте управления культуры мэрии Ярославля <http://www.yarculture.ru> в социальной сети ВКонтакте <https://vk.com/event142731013> в социальной сети Фейсбук <https://www.facebook.com/yarculture.ru>.

шому секрету расскажет юным ярославцам о «Планете школьников», где хранится самая главная тайна воды. Здесь же можно стать участником экологической викторины про насекомых, детской игры «Животный мир», посетить мастер-классы и «Понедельник без учебы». А 1 апреля, в День смеха, вдоволь на-

смеяться на мероприятии «Курам на смех!».

Музей — отличное место для семейных походов и встреч с друзьями. В Музее истории города 23 марта откроется стилизованное фотоателье, где можно примерить исторические костюмы прошлых эпох и сделать интересную фотографию. Лучшее узнать историю нашего города поможет прогулка-акция «Посчитай львов». На улицах и в переулках Ярославля спрятались декоративные, архитектурные, скульптурные львы. Прогулка-акция позволит узнать, сколько же этих животных находится в нашем городе. Фотографируем, размещаем фото в группе Музея истории города Ярославля в соцсети ВКонтакте <https://vk.com/club82489977> с указанием адреса. Итоги подведем в мае.

Практически все музеи на время весенних каникул предоставляют возможность семьям с детьми посетить выставки и программы бесплатно. Предварительно информацию лучше уточнять в самих музеях на сайтах или по телефону.

Ольга ПЕТРОВА