

Водобоязнь и её преодоление.

Водобоязнь- это форма страха, когда у ребенка повышенная чувствительность при нахождении в водной среде. Неприятные ощущения при попадании воды в лицо и глаза, постоянное желание держаться за опору и иметь твёрдую опору под ногами. У детей страдающих водобоязнью формируется пониженная самооценка, неуверенность в своих силах, они становятся мнительными и легко внушаемы. Необходимо отметить, что детям страдающим водобоязнью, если не помочь в преодолении этого чувства в раннем возрасте, то будучи взрослыми, страх перед водой ещё более усугубится и потребуются много времени и сил, что бы его ликвидировать.

Советы родителям по преодолению водобоязни и освоению с водной средой в домашних условиях.

- 1.Объясняйте ребёнку, что вода «хорошая, ласковая, чистая, и.т.д.»
2. Налейте тазик с водой и положите «водоплавающие» игрушки (яркие, красивые) пускай поиграет. Дайте ему возможность самому искупать куклу или любимую игрушку.
3. Налейте немного воды в ванну и так же поместите игрушки (игрушки выберете вместе с ребёнком). Поливайте ребёнка из лейки или ковша, стараясь не попадать на лицо, пускай сам умоет личико (следите за температурой воды).
- 4.Постепенно увеличивайте количество воды в ванной и поливайте ребёнка уже с головой, из душа.
- 5.Увеличивайте время пребывания в воде (в ванной), но обязательно следите за температурой воды, что бы ребёнку было комфортно, и он не переохлаждался.
- 6.Учите ребенка, дуть на воду, опускать лицо в воду и пускать «пузыри» и т.д.