

Консультация для родителей

Ребёнок боится воды. Что делать?

Причины возникновения водобоязни бывают разными: кто-то неожиданно упал в воду, кого-то искупали в слишком холодной или слишком горячей воде. У впечатлительных детей водобоязнь может возникнуть даже после прочтения книги или просмотра фильма о бедствиях на воде. Кто-то боится воды меньше, кто-то больше, поэтому не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, которые ведут себя смелее.

Помните, что ваш малыш — индивидуальность, а значит не такой, как все! Он чем-то лучше, а в чем-то хуже других. Вы же все равно его любите, правда? Не раздражайтесь и не стыдите его. Он может внушить себе, что неумение плавать и боязнь воды — его личные изъяны, а не просто преходящее состояние. Поэтому лучше поддержите ребенка, скажите ему, что многие смелые люди побаивались воды. И это нормально.

Детям с водобоязнью очень неприятно, когда вода попадает на лицо и особенно в глаза. А при купании от давления воды у них возникает скованность движений, панический страх перед глубиной. Чтобы облегчить состояние таких малышей, уроки плавания в детском саду с такими детьми проводятся не в назидательной, а в развлекательной форме. Им важно не столько обучиться разным стилям плавания, сколько познакомиться со свойствами воды, с условиями плавучести и равновесия своего тела. Упражнения, направленные на это, помогут им ориентироваться в воде и избавиться от чувства страха.

Как помочь преодолеть чувство страха у ребенка?

- Приучать ребенка к воде нужно с помощью собственного примера. Дети всегда безгранично доверяют родителям.
- Как можно больше играйте с малышом в воде. Положительные эмоции — наши главные помощники!
- Если кроха боится опускать лицо в воду, купите очки для плавания.

- Никогда не заставляйте ребенка делать что-либо в воде силой. Не давите на него.
- Ни в коем случае не бросайте ребенка в воду. Мол, захочешь выжить — поплывешь. Он еще больше будет бояться воды и потеряет веру в родителей.
- Никогда не смейтесь над страхами малыша.
- Никогда не сравнивайте его с другими детьми, которые лучше плавают. У ребенка возникнет комплекс неполноценности.
- Не рассказывайте другим при ребенке о его страхах и опасениях
- Не обучайте техники плавания ребенка, пока ему не исполнится 6 лет. Купайтесь вместе с ним, играйте, резвитесь, плескайтесь, а обучение доверьте специалисту.

Самое главное — будьте терпеливы! Со временем ваш ребенок обязательно победит свои страхи, привыкнет к воде и начнет получать удовольствие от плавания. Раньше или позже — не имеет значения. Главное — результат. Убедите ребенка, что Вы верите в него, и тогда у него обязательно всё получится!