

«Если ребенок боится воды»



Консультация для родителей

Все мы знаем, что плавание – это один из лучших видов спорта, который чрезвычайно полезен для укрепления здоровья и для физического развития в целом. Именно поэтому многие родители стараются приучить свое чадо к воде, как можно более в раннем возрасте. Но часто мамы-папы сталкиваются с проблемой, когда ребенок совершенно не хочет заходить в воду, и тем более учиться плавать. Когда не умеющий плавать человек попадает в воду, он оказывается в нестандартной для его мозга ситуации, да к тому же еще таящую смертельную угрозу.

Психологи установили, что главная опасность на воде – не действия в ней, а чувство страха и боязнь глубины. Именно поэтому первые шаги обучения плаванию направлены на то, чтобы помочь ребенку преодолеть это неприятное и небезобидное чувство.

Еще чаще бывают такие случаи, когда после первой неудачной попытки в обучении ребенок не хочет идти в бассейн, начинает капризничать, говорит, что он там утонет,

что ему попадает вода в рот, в нос, уши. Вместо того, чтобы поддержать свое чадо, объяснить, что эти неприятные ощущения пройдут, он к ним привыкнет, родители идут у него на поводу, разрешая не ходить в бассейн и остаться в группе. И так происходит многократно. В результате, когда у малыша вдруг появилось желание пойти на занятие, он видит, что сверстники выполняют уже более сложные, по его мнению, упражнения. Если ребенок мнителен, то у него закрепляется еще больший страх перед водой и напрочь уходит желание посещать бассейн.

Занятия в бассейне оказывают укрепляющее действие на растущий детский организм, способствуют росту костной ткани, усиливается работа легких, что препятствует размножению вредных бактерий в дыхательных путях. Детское плавание – своеобразный массаж для всего тела. И конечно, самое главное – это радость ребенка от общения с водой.

Занятия в бассейне детского сада сопровождаются всегда детским смехом, брызгами, фейерверком положительных эмоций.

