

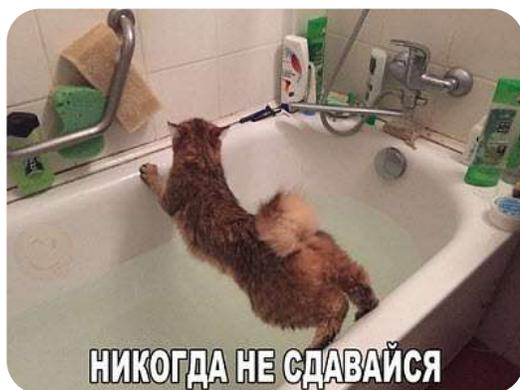
# Профилактика и преодоление водобоязни у детей дошкольного возраста

инструктор по физической культуре

Шаламова Л.А.

# Страх воды

- ▶ Является одной из самых распространённых фобий
- ▶ Опасность заключается в том, что гидрофобия сопровождается соматическими реакциями: затрудненное дыхание, мышечные спазмы вплоть до атаксии, непроизвольное заглатывание воды, мысли об утоплении
- ▶ Боязнь воды может повлиять на физическое развитие, социальные навыки и общее качество жизни ребенка



НИКОГДА НЕ СДАВАЙСЯ

НИКОГДА НЕ СДАВАЙСЯ



Я так не играю! Где акваланг, маска, рыбки, кораллы?!!!

SOFTMIKER.COM

SOFTMIKER.COM

# Причины водобоязни



Отсутствие опыта безопасного и/или комфортного взаимодействия с водой  
(использование устройств, ограничивающих опыт и движения ребенка при купании)



Наличие травматичных ситуаций: падение в воду, принудительные заборы, резкие неприятные ощущения во время купаний



Особенности ребенка: эмоциональная восприимчивость, общая высокая чувствительность, особенности сенсорного восприятия.  
Влияние окружения (страх родителя передается ребенку)

# Как помочь?



## В домашних условиях

- Комфортная температура, которую ребенок выбирает сам
- Любимые игрушки, которые можно погружать в воду
- Самостоятельные поливы



## В группе детского сада

- Групповой формат
- Включение занятий с водой - позволить ребенку управлять ситуацией
- «Моем руки», «Мыльные перчатки», игры с губками, ситом, небольшими ёмкостями для переливания
- Проведение опытов и экспериментов с водой
- Неделя знаний о воде!



## Для специалистов в детском саду

- Логопед. Использование воды на занятиях: игры на развитие дыхания (с использованием соломинки или плавающих игрушек), погружение рук в прозрачную ёмкость с водой, под дно которой положены карточки с заданиями.
- Музыкальные руководители: создание положительного образа водной стихии (Римский-Корсаков «Садко», Чайковский «Лебединое озеро», Сен-Санс «Аквариум»)

# СТОП-слова и действия

- ▶ Не бойся!
  - ▶ Здесь нет ничего страшного!
  - ▶ Смотри - все плавают!
  - ▶ Все могут, а ты нет!
  - ▶ Давай, не капризничай!
- ▶ Быстрые, внезапные, насильственные погружения под воду
  - ▶ Оставление ребенка на глубине
  - ▶ Сбрасывание ребенка в воду
  - ▶ Заманивание ребенка в воду обманом