

Плаваем дома

ИГРЫ, КОТОРЫЕ СПОСОБСТВУЮТ ПРЕОДОЛЕНИЯ ВОДОБОЯЗНИ



1. Плавающие игрушки: Возьмите различные плавающие игрушки и попросите ребенка собрать их из воды. Постепенно увеличивайте глубину, на которой они должны собирать игрушки. Это поможет ребенку постепенно привыкнуть к воде и ощутить комфорт.

2. Погружение головы: Попросите ребенка поочередно погрузить голову в воду на несколько секунд. Начните с погружения только носа, затем переходите к полному погружению головы. Это поможет ребенку преодолеть страх перед погружением.



3. Пластиковые стаканы и контейнеры: Предложите ребенку заливать воду из стакана в контейнер и наоборот. Это позволит ему почувствовать себя комфортно с водой и улучшить координацию движений.

4. Водные рассказы: Придумывайте ребенку интересные рассказы о водных приключениях, в которых он сам является главным героем. Это поможет создать положительное отношение к воде и уменьшить страх.



Важно помнить, что каждый ребенок индивидуален и может требовать разного подхода. Основной принцип - постепенность и поддержка со стороны взрослых. Не сдавайтесь и стимулируйте ребенка воспринимать воду как что-то интересное и веселое.

