

Как побороть страх воды у детей

Все дети радостно плещутся в мелких волнах, а ваш кроха тихонько строит песочные пирамиды? Малейшая попытка занести ребенка в воду заканчивается горькими слезами? Не исключено, что вы где-то допустили ошибку. Исправьте ее, и малыш снова полюбит воду.



1. Узнайте причину. Подумай, как Вы сами относитесь к воде. Очень осторожно? Ребенок чувствует, что мама нервничает. И сам начинает ждть от стихии опасности. Не исключено, что

2. Когда-то вы резко окунули малыша в воду или оставили его одного. Он испугался, теперь не хочет переживать нечто подобное и предпочитает держаться от воды подальше. И в первом, и во втором случае нужен целый ряд мер, чтобы устранить страх.

2. **Придумайте сказку.** По дороге на пляж (или в бассейн) расскажи малышу сказку. Причем главный герой ее должен напоминать ребенку его самого. И проблема у сказочного персонажа такая же: боится воды. Включите фантазию и опишите, как герой поборол свой страх. Малыш почувствует себя увереннее. Ведь если кто-то смог это сделать, то и он справится!

3. **Исключите давление.** «Вот доплывешь до того буйка, сразу куплю тебе мороженое». Шантаж не искоренит страх, только прибавит к нему обиду. Метод резкого погружения тоже противопоказан. Если бросишь ребенка в воду, он не станет бояться ее меньше, но перестанет доверять вам. Не ставьте в пример детей, которые плещутся с удовольствием. Ваши упреки только приведут к комплексу неполноценности.

4. **Действуйте постепенно.** Наберитесь терпения. Пусть малыш сам решает, когда заходить в воду и как далеко. Пусть поначалу он будет топтать лишь рядышком с берегом, но затем намочит ступни, зайдет по щиколотки, а потом и по пояс. Каждую маленькую победу отмечайте. Он почувствует себя увереннее.

5. **Играйте!** Кто больше соберет синих (красных, белых) камешков. Такое соревнование не оставит ребенка равнодушным! Ну а чтобы победить, придется зайти в воду, ведь самые яркие и большие экземпляры именно там. Он и не заметит, как окажется в воде. И проведет там немало времени. Битва на водяных пистолетах – отличный вариант. Нужно регулярно наполнять его водой. Придется заходить в нее хотя бы по щиколотку. И никакой боязни.

6. **Подарите аксессуары.** Очки для плавания, шапочка, как у настоящего спортсмена, игрушечный водный мотоцикл и т.д. Все эти вещи хороши только в воде. На суше с ними делать нечего. Малыш пойдет окунуться хотя бы для того, чтобы протестировать подарки.