



*Составила инструктор по
физической культуре
(плаванию) МБДОУ г. Иркутска
детского сада №162*

*Старовойтова Марина
Анатольевна*

Ваш ребёнок боится воды?

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ РЕБЕНОК БОИТСЯ КУПАТЬСЯ В ВАННОЙ?

Погружаясь в теплую водичку уже после рождения, малыш попадает в знакомую среду и испытывает удовольствие от купания. Ребенок успокаивается, свободно двигает ножками и ручками, улыбается. Если новорожденный проявляет, как вам кажется признаки боязни воды, то это не так, новорожденный может просто капризничать. Не стоит путать страх и капризы. Страх воды может сформироваться у детей более старшего возраста, которые начинают осознанно все понимать и причины страха лежат на поверхности.

ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ ДЕТИ БОЯТСЯ КУПАТЬСЯ:

Если ребенок с самого рождения испытывает «страх» перед купанием, то причины этого явления кроются, скорее всего, в не правильно организованном первом купании. Возможно, температура воды была не комфортной для малыша. Слишком холодной или горячей. Представьте состояние ребенка, которого опустили в кипяток. Естественно, что второй раз, малыш будет испытывать страх.

Или ребенок мог уйти с головой под воду и нахлебаться воды. Мог испытать неприятные ощущения, если шампунь попал ему в глазки. Новорожденный мог испугаться, даже громкого звука и теперь ассоциирует неприятные воспоминания с купанием. Поэтому, чтобы не испугать малыша, с первых дней старайтесь создать для купания спокойную атмосферу.

Другая ситуация, когда кроха поначалу с удовольствием принимал водные процедуры, и вдруг начал устраивать истерики при одном виде ванной комнаты. Если ребенок начал бояться купаться спустя несколько недель или месяцев после первого купания, то вам предстоит разобраться в ситуации, проанализировать последние события, внимательно понаблюдать за малышом и постараться понять, почему именно ребенок начал бояться купаться.

Причины могут быть как те, что перечислялись выше, так и другие:

- обычный испуг;
- не комфортная температура воды (страх обжечься);
- ребенок нахлебался воды (страх нахлебаться опять);
- малышу не нравится мыть голову (страх ощутить попадание шампуня в глаза);
- неудобная ванночка: ребенок все время скользит и съезжает в воду (выбирайте ванночку правильно);
- ребенок поскользнулся, упал и ударился в ванной (страх упасть снова);

- у малыша были опрелости, и купание причинило ему боль;
- нервная обстановка (причина, как вы поняли, в родителях).

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ.

Чтобы в будущем избежать появления у ребенка страха перед купанием, соблюдайте правила безопасности с самого первого купания:

1. Температура воды должна быть 36-37 градусов;
2. Приобретите для купания специальную горку (кресло) или ванночку с матерчатым гамаком. Это приспособление необходимо до того момента, пока малыш не начнет уверенно сидеть. Оно хорошо фиксирует ребенка и позволяет маме справиться с купанием без посторонней помощи;
3. Для купания в большой ванной приобретите специальный резиновый коврик на дно ванной, чтобы избежать скольжения, падения и ушибов;
4. Мойте голову специальными детскими шампунями «без слез», они не вызывают раздражения глаз. Вполне достаточно мыть голову с шампунем несколько раз в неделю;
5. Никогда не подливайте в ванночку горячую воду;
6. Ни на минуту не оставляйте кроху в ванной без присмотра или вместе со старшими детьми, младенцу достаточно и нескольких секунд, чтобы захлебнуться, даже в небольшом количестве воды;
7. Не купайте ребенка слишком долго, чтобы не перегружать организм. Вполне достаточно 5-10 минут.

