

# Возраст 3-4 года.

Малыши в таком возрасте очень часто боятся воды, а постарше зачастую излишне осторожничают. Родителям необходимо проявить терпение и сдержанность – этот страх уйдет не сразу, ведь обычно «неприятие воды» связано у ребенка с какими-то неприятными воспоминаниями или ощущениями (слишком холодная либо горячая вода, неудачный нырок...). Отсюда обозначается первостепенная задача родителей – научить кроху снова любить воду. Упражнения выполняются в домашних условиях, ребенок сидит в ванной.

## «Пузырьки в ладошках»

В ручки набрать водичку и постараться держать их так, чтобы водичка «не убежала». Опустить ротик между ладошками в водичку и выдохнуть. Как можно доходчивее, на примере, объясните, что чем большее количество воздуха карапуз наберет в ротик, тем больше веселых пузырьков у него получится.

## «Горячий чай»

Попросите чтобы малыш вспомнить, как нужно дуть, чтобы чай остыл и не был таким горячим. Набрать побольше воздуха (ребенок делает вдох) и достаточно сильно подуть на водичку.

## «Ветерок»

Несколько более сложная интерпретация предыдущего упражнения. Дуть придется не на поверхность воды, а ветром подгонять игрушку, которая плавает в бассейне (например, кораблик, птичка). Ветер необходимо делать сильным, чтобы с каждым разом предмет проплывал все большее расстояние.

## «Крокодил» и «Уточка»

Попросите ребенка изобразить этих животных. Ему придется сначала нырнуть, задержав дыхание, как это делает уточка, либо притаиться, так как это присуще крокодилу. «Уточка» - опускаем личико под воду, «Крокодил» – полностью погрузиться. Над поверхностью должна виднеться только верхняя часть лица (лоб, глаза).