

**«Технология акватерапии как
средство снятия
психоэмоционального напряжения у
детей раннего возраста»**

Николаева Светлана Михайловна

**Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида №4, воспитатель**

С помощью акватерапии значительно быстрее стабилизируется эмоциональное состояние ребёнка, впервые находящегося в детском саду, легче снимается напряжение в моменты осенне-весенней перестройки организма. У детей повышается уровень самооценки, меняется в положительную сторону отношение к детям и взрослым.

«Дети охотно всегда чем-нибудь занимаются. Это весьма полезно, а потому не только не следует этому мешать, но нужно принимать меры к тому, чтобы всегда у них было что делать.»

Я. Коменский

АКТУАЛЬНОСТЬ



2

В моей работе, как воспитателя группы раннего возраста, наиболее важным является сохранение и укрепление психоэмоционального здоровья, особенно для детей в адаптационный период, поэтому в своей педагогической деятельности я использую здоровье-сберегающие и нетрадиционные технологии. Одним из методов, позволяющих сохранить эмоциональное здоровье детей раннего возраста, является акватерапия, так как вода может не просто заинтересовать, но и развлечь ребёнка, поднять эмоциональный настрой, зарядить ребёнка энергией жизни.

Цель: Обеспечение сохранения психоэмоционального здоровья детей раннего возраста средствами акватерапии.

3

Задачи:

- ❖ Стимулировать познавательную активность детей раннего возраста;
- ❖ Стимулировать исследовательскую деятельность детей;
- ❖ Снять психо-эмоциональное напряжение в период адаптации к детскому саду:
- ❖ Развить положительные эмоции у детей раннего возраста через игры с водой;
- ❖ Познакомить с основными свойствами воды.
- ❖ Формировать коммуникативные навыки детей раннего возраста.

Игры и взаимодействие с водой использовались в моей работе с детьми:

- ◆ как профилактика негативных эмоций (агрессии, тревожности, плаксивости и др.)
- ◆ как стимуляция познавательной сферы
- ◆ как релаксационное средство воздействия на детей .



Организация «минуток шалости» с детьми раннего возраста

- ◆ «Радуга – дуга»;
- ◆ «Капельки радуги»;
- ◆ «Фонтанчики»;
- ◆ «Брызги – брызгалочки»

**Блещет радуга-дуга.
Сквозь нее видны луга.
А за самым дальним лугом -
Поле, вспаханное плугом.
А за полем сквозь туман -
Только море-океан,
Только море голубое
С белой пеною прибоя.**



Игра «Достань ракушку»



Игра «Поймай льдинку»

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ВОСПРИЯТИЯ

7

«Водяные струйки»

В пробке пластиковой бутылки сделайте дырочку, заполните бутылку водой и, брызгая из нее водой на песок, сделайте с помощью струи разные узоры: круг, квадрат, домик и т. д. Сначала рисует взрослый, а дети отгадывают, потом наоборот.

«Погружение в воду»

Приготовьте емкость с водой и пустую бутылку без крышки. Предложите малышу погрузить под воду не закрытую пробкой бутылку разными способами: горизонтально, вертикально, под наклоном. При этом обратите внимание ребенка на то, как наполняется бутылка - полностью или частично.

Примеры игр с водой для детей раннего возраста:

«Волшебные пузыри» способствует формированию представлений у ребенка о свойствах воды (её насыщении воздухом). Обращайте внимание на то, что от силы, с которой мы выдыхаем воздух, изменяется количество пузырьков – дуют в воду с помощью трубочки.

«Двигается – не движется» направлена на формировании представления о том, что жидкость может изменяться.

«Где вода?» способствует формированию представления о том, что вода может впитываться и просачиваться – игра с помощью губки.

«Попробуй удержать» способствует формированию представлений о том, что вода может просачиваться и вытекать – удержание воды в ладонях.

«Рыбалка», игры с корабликами.

«Поглаживание поверхности воды», «Пригоршня», мытье рук от локтей к запястьям в прохладной воде, просмотр видеозаписей движения воды (рек, водопад).

«Где же наши ручки?» — опустить руки в теплую воду и вынуть;

«Вылови игрушку» — ситечком выловить из воды;

«Плავает – тонет» — определение плавучести предметов;

«Достань со дна камешки» — достают из воды цветные камешки;

«Фонтанчики» — наливают воду в стакан, в котором сделано много дырочек;

«Налей воду в бутылочку» — наливают с помощью взрослого;

«Теплая – холодная» — в одном тазу теплая вода, а в другом холодная, поочередно опуская ручки в тазы, дети определяют, где теплая, где холодная вода.

ИГРЫ с водой на развитие дыхания

**Ветер по воде «гуляет»,
он кораблик подгоняет.**

**Он плывёт к вам, ребяташки:
и девчонки и мальчишки.**

Вы подуйте на него, чтоб поплыл он далеко.

Правила поведения во время игр с водой

10

- ❖ играть дружно, не мешая другим;
- ❖ не отбирать игрушки;
- ❖ не выливать воду на детей и пол;
- ❖ не брызгать водой на других детей (если это не предусмотрено игрой);
- ❖ бережно относиться к воде;
- ❖ после игры с водой надо помочь убрать игрушки на свои места.



Таким образом, я считаю, что акватерапия может оказывать существенное влияние на сохранение эмоционального благополучия, так как помогает создать радостное настроение, установить первые контакты с ребенком, повысить жизненный тонус, снимать напряжение, агрессию, состояние внутреннего дискомфорта у детей раннего возраста .

ТРУДНОСТИ

- ❖ Некоторые дети боятся воды

ПУТИ РЕШЕНИЯ

- ❖ Упражнение проводить с ребенком индивидуально, обязательно теплая вода 36,0 градусов и в начале курса очень маленькое количество воды.

Адресная направленность:

молодые специалисты ДОУ, воспитатели с опытом работы, родители.

The background features a dynamic water splash in shades of blue and cyan. A single water droplet is captured mid-air at the top center, with its reflection visible on the surface below. Another droplet is shown just above the water's surface, creating concentric ripples. The overall scene is bright and fresh, with green leaves visible at the top corners. A light blue rounded rectangle is centered in the middle of the image, containing the text.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!