Использование акватерапии в коррекционной работе дошкольного психолога.

Кондратьева А.Ю., педагог – психолог

Тело человека от 60 до 80 % состоит из воды. Поэтому невозможно представить жизнь без воды, она окружает нас повсюду и оказывает значительное влияние на все происходящее, как в природе, так и внутри организмов.

Первое вещество, с которым с удовольствием знакомится ребенок, это вода: **б**ольшинство новорожденных, принимая ванны, шлепает ручками и бултыхает ножками в воде. Игры с водой создают у детей радостное настроение, повышают жизненный тонус, дают детям массу приятных и полезных впечатлений, переживаний и знаний. Особенно это важно для самых маленьких детей. Играя с водой, дети познают окружающий мир, знакомятся со свойствами веществ, учатся терпению и трудолюбию. Эти игры помогают развивать мелкую моторику, координацию движений, дают представление о таких важных понятиях, как «много-мало», «быстро-медленно». Малыши начинают знакомиться с геометрическими фигурами и формами, с цветами радуги. И во всём этом им помогает вода. Все знания, которые дети получают во время игры, усваиваются гораздо быстрее и проще.

**Акватерапия является одним из эффективных методов коррекции психоэмоциональной сферы детей, позволяя малышу расслабиться, освободиться от зажимов, страхов, застенчивости, конфликтов в общении. Часто ребенок, не может словами рассказать, что его беспокоит, но проигрывая волнующие ситуации с помощью игрушечных фигурок, малыш освобождается от напряжения.**

**Какие дети особенно нуждаются в акватерапии:**

* Дети в период адаптации в детском саду. Период отрыва от матери, привыкание к незнакомой обстановке, новым людям становится огромным стрессом для маленького человечка. Использование акватерапии позволяет адаптации пройти легче и более безболезненно.
* Дети, имеющие сложности в психическом развитии, конфликты во взаимоотношениях, страхи, дети, пришедшие в детский сад с негативным настроением (не выспался, конфликты в семье с утра, повлияли на настроение ребенка).
* «особые» дети, с ограниченными интеллектуальными и физическими возможностями - с удовольствием играют с водой. Ведь такие игры очень естественны, это то, чем ребенок любит заниматься, то, чего не боится.

**Организуя игры детей с водой, решаются следующие задачи:**

1. Способствование физическому развитию ребенка: развитие мелкой моторики, зрительной и двигательной координации.

2.Ознакомлениеребенка с окружающим миром, в том числе со свойствами воды: в процессе игр с водой и различными игрушками или натуральными предметами у детей формируются представления об окружающем природном мире. Дети осваивают пространственные представления (на поверхности воды, по всей поверхности, под водой, слева, справа, в центре).

3.Расширение и обогащение словарного запаса малыша.

4.Способствование овладению детьми элементарными математическими понятиями: полный - пустой, далеко - близко. помещая в воду заданное количество игрушек, природного материала, соотнося одно количество с другим, у детей формируются количественные представления.

5.Сравнение количества предметов, находящихся на воде и под водой способствует развитию наглядно-действенного мышления ребенка.

6.Бросая или поднимая в воду из воды заданное количество предметов, дети учатся ориентироваться на словесную инструкцию взрослого.

7.Развитие тактильных ощущений детей, в процессе игр они учатся с закрытыми глазами находить на поверхности стола, на краю ванночки соответствующие игрушки, цифры или буквы и опускать их в воду, а также вылавливать из воды нужное количество.

8.Формирование геометрических представлений, для чего используем пластиковые геометрические фигуры. Дети учатся составлять из этих фигур различные картины, которые располагаются на кафельной стене: орнамент, дом, дорожку и т. д.

9.Снятие психического напряжения и агрессии.

**Игрушки и предметы, которые целесообразнее всего использовать в играх с водой:**

* пластиковые игрушки (геометрические фигуры, цифры, буквы, картинки и т. п.), которые, если их намочить, легко прикрепятся к гладкой поверхности (кафелю, зеркалу, крышке стола);
* разнообразные заводные игрушки, которые движутся по поверхности воды (дельфин, лягушка, кораблик) или передвигаются под водой (рыбки, машинки). В магазинах игрушек продаются специальные наборы для игры с песком, а также игрушки и приспособления для игры с водой;
* разнообразные баночки, пластиковые бутылочки, лейки, резиновые игрушки для игр в ванной;
* природный материал (ракушки, природные камешки, орехи, разноцветные стеклянные камешки),
* сачки, удочки-игрушки с магнитом и без, ложки, половники, пинцеты, пластмассовые водоросли для аквариумов и т.д., пластиковые рыбки с магнитом, резиновые мячики – ежики, для психогимнастики.

**Игры с водой:**

Ребенок может выбрать сам, что он хочет делать, и взрослый может или подключится к ребенку, или просто наблюдать за ребенком, в зависимости от желания последнего или цели данной акватерапии.

Можно предложить играть в такие игры:

* Где же наши ручки - опустить руки в теплую воду и вынуть (для самых маленьких);
* Переливание воды в различные емкости. Сравнивайте количество воды в сосудах похожей формы, но разного размера. И, наоборот, близких по размеру, но разной формы. Разные по прозрачности-непрозрачности. Используйте в качестве мерки третий сосуд (прозрачный), сделав на нем отметки маркером и выливая туда воду из первых двух по очереди. Спросите у ребенка, что будет, если опускать пустую незакрытую бутылку целиком под воду. Она заполниться или останется пустой? Бутылку можно погружать под воду, держа разными способами: горизонтально, под наклоном или вертикально (вверх горлышком или вниз) и.т.д.
* Кидаем в воду всё подряд: В воду можно кидать игрушки и вылавливать те, которые будут плавать на поверхности одной или двумя ладошками, двумя пальчиками или ситом, дуршлагом, сачком, палкой, половником. Можно зачерпнуть стаканчиком, мячик будет плавать в нем, а если ситом, то вода выльется, а игрушка останется на дне. Не так-то просто выловить игрушку ладошкой.
* Разная температура воды. Это тоже очень важно. Температура воды влияет на эмоциональное состояние ребенка, чем теплее, тем спокойнее, по результатам наблюдения становятся дети. Можно использовать бутылки или ванночки с водой. Налейте холодную воду, теплую, горячую. Дайте ребенку потрогать бутылки. Назовите его ощущения словами, научите сравнивать - расставлять от самой холодной к самой горячей. Можно попробовать погружать пальчик в воду или выливать из бутылки на руку и сравнивать.
* Перекладывание шариков (камешков, орешков и.т.д.). Ребенок берет в руку мисочку и с ее помощью перекладывает плавающие шарики в пустую миску. Он замечает, что вода проливается в дырки ситечка и что пластмассовые шарики не тонут в воде. Ребенок работает правой рукой, тренируя мелкую моторику. Если на подносе после работы остались капли воды, ребенок вытирает их губочкой. осуществляй тем самым самоконтроль над ошибками.
* Мытье рук, игрушек. Понадобятся губки, различные виды ткани. Игрушки погружаются в воду, ребенок может мыть их. Или просто мыть свои ручки, используя губки и ткань – таким образом делая себе самомассаж.
* Найди такого же цвета. Формируем или закрепляем знание цветового ряда. Использование разноцветных мячиков для массажа, разноцветных камешков, стеклянных камешков – бросаем в воду материалы, просим ребёнка показать такого цвета шарик (камешек) как у нас в руках. Можно попросить составить узор в воде.
* Цифры/ буквы плавают в пруду. Формируем или закрепляем (если ребенок уже знает) знание числового (буквенного) ряда, развивать внимание и память. Бросаем в воду пластиковые цифры. После этого предлагаем ребёнку поиграть с цифрами-рыбками, плавающими в "пруду". "Назови цифры, которые плавают в воде. А теперь бери по одной по порядку и "приклеивай" их к стене". После того как малыш выложит цифры по порядку, просим его отвернуться от стены и меняем цифры местами. "Посмотри на цифры, ничего не изменилось? Исправь ошибку, поставь цифры по порядку". При необходимости можно еще раз смочить цифру в воде, восстанавливая ее свойства (намоченная в воде фигурка легко приклеивается к кафелю).
* «Буря в стакане». Ребёнок дует через соломинку на воду, создавая пузыри. Или дует на игрушки, пробуя передвинуть их по поверхности воды.
* Поймать рыбку. Использование магнитных удочки и рыбок. Развитие мелкой моторики, зрительной и двигательной координации.
* Самомассаж рук массажными шариками*.* Опускаем в воду массажные шарики, в ходе массажа ребенок проговаривает слова скороговорки, стишка и массирует ладошки массажными мячиками.
* Придумай и/ или расскажи сказку.Ребенок использует игрушки, плавающие изображения сказок, и придумывает или свою сказку, или сказку на заданную тему в зависимости от целей психолога.

У детей, посещающих данные занятия, уменьшается проявление агрессивности по отношению к другим детям, снижаются страхи, возвращаясь в группу ребята становятся более спокойными и уверенными.