**ИГРЫ С ВОДОЙ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**

Автор Леммерман И. В.

С детства мы привыкли слышать фразу: "Воздух, солнце и вода- наши лучшие друзья!" И это действительно так. Простые естественные средства закаливания организма, не требующие определённых усилий. В летнее время мы пребываем на воздухе достаточно долго, принимаем солнечные ванны, но более сильное воздействие на организм оказывает вода.

Водные процедуры- прекрасное и доступное средство профилактики заболеваний и укрепления здоровья, оно является важным звеном в системе физического воспитания детей. Закаливание не лечит, а предупреждает болезнь- в этом его важнейшая профилактическая роль. Закаленный ребёнок легко переносит не только жару и холод, но и резкие перемены внешней температуры, которые способны ослабить защитные силы организма.

Вода буквально притягивает к себе маленького ребенка. Стоит только наполнить ведерко или тазик водой, как его руки сами туда тянутся. А разве пройдет малыш равнодушно мимо фонтана или лужи?! А что уж говорить про море?!

Игры с водой – любимое занятие воспитанников всех возрастов. Они укрепляют здоровье детей, помогают им знакомиться с окружающим миром, со свойствами и назначениями предметов, развивают воображение, ловкость. Вода закаливает малышей, развлекает, помогает справиться с летним зноем. Она способствует развитию различных рецепторов, успокаивает, дарит положительные эмоции.

Организуя водные развлечения, мы фантазируем, творим, используем подручные материалы, нестандартные предметы и оборудование. Подойдет любой бросовый материал, который нам, взрослым, кажется уже совершенно не нужным, а для детей является открытием, познанием мира. Например: простые пластиковые бутылочки, бутылочки из-под шампуней, моющего средства и т.п, медицинские шприцы - это то, что можно давать детям в теплый день безбоязненно! Главное, научить детей не брызгать друг на друга, а направлять фонтанчик на травку, в небо, на песок.Можно пускать кораблики, и не только покупные, но и из бумаги, бутылочных пробок, губок, ореховой скорлупы и даже из пластиковых крышек.

Любая игра должна заинтересовать ребёнка, развить его воображение. И, конечно, малышу важно увидеть результат. Например, в играх "Поиск сокровищ", "Затонувший корабль", "Потеряный клад" можно доставать с морского дна сокровища не только руками, но и ситечками, сачками, пинцетами, ложками и т. п. Чего только нет на дне морском?!

А как интересно играть с пеной! Можно поймать рыбок, осьминожку, найти наощупь морких обитателей, узнать, что прячет морская пена. Такие игры, как "Пенные червячки", "Морская пена", "Кто в море живёт?" не только способствуют развитию мелкой моторики рук, тактильно-кинестетической чувствительности, но и позволяют успешно развивать психические познавательные процессы: воображение, мышление, речь.

Во всех играх важен сюжет, и игры с водой- не исключение. Дети с удовольствием помогут Русалочке собрать рассыпавшееся ожерелье, найти красивую ракушку, достать с морского дна пропавшую бусинку и т.п. В таких играх мы не только закаливаем детей, но и развиваем чувство эмпатии: способности сопереживать, сочувствовать, радоваться, огорчаться вместе со сказочным героем. И в дальнейшем это проецируется на своих сверстников, взрослых и способствует социально-коммуникативному развитию.

В играх с водой можно использовать и дыхательные упражнения, способствующие развитию артикулляционного аппарата, укреплению мышц дыхательной системы, носоглотки и верхних дыхательных путей. Это и "Ветер по морю гуляет", "Морская пена", "Флотилия пиратов", "Пиратские паруса" и т. п.

Игры с водой – это эффективный способ самотерапии. Вода способна «заземлять» отрицательную энергию. Она обладает психотерапевтическими свойствами, способствует релаксации, расслаблению, создаёт благоприятную почву для развития эмоциональной сферы малышей. Эти игры всегда доступны и могут не просто заинтересовать, развлечь, поднять эмоциональный настрой ребёнка, но и послужить средством познания окружающего мира.

В игры с водой можно играть не только летом, но и круглый год. А чтобы игра не превратилась в баловство и имела оздоровительный эффект, необходимо соблюдать температурный режим, правильно организовать игровое водное пространство и главное... Фантазируйте вместе!