

Психолого-педагогічний супровід дітей в період пандемії COVID – 19

(консультація для батьків)



Інфекційні захворювання, такі як COVID – 19 , можуть істотно вплинути на умови , в яких ростуть і розвиваються діти. Вони більш вразливі до емоційного впливу подій, тому потребують підтримки емоційного благополуччя під час пандемії.

Закриття дитячих садочків, шкіл, необхідність батькам і далі ходити на роботу створюють певні труднощі в сім'ї. Виникають деякі ризики у сфері психологічного захисту дітей. Перше, на що звертають увагу діти та реагують - це стрес, який проявляють батьки, їхню поведінку з негативними наслідками. Тим самим діти можуть по-різному реагувати на прояви почуттів – страх, гнів, сум, тривога тому під час пандемії. Тому необхідно дбати про емоційний та психологічний стан дитини. Головним є збереження життя і здоров'я дітей, а також запобігання спалахам інфекційного захворювання під час перебування дітей в домашніх умовах.

Карантин змушує змінювати звичайні процеси в навчанні дітей. Ми звертаємо увагу на те, що карантин - це не канікули і виконання навчальних і виховних програм відбувається шляхом організації освітнього процесу із використанням технологій дистанційного навчання

та спілкування в домашніх умовах. Діти мають виконувати певні завдання після перегляду відеоматеріалів розміщених на сайтах. Батькам необхідно допомогти дітям відповідально віднестися до опанування знань, контролюючи режим дня, режим роботи, режим харчування та дотримання заходів профілактики захворювання.

Успіх психологічного захисту дітей в період карантину полягає в роз'ясненні дітям, що навчання потрібне не батькам, не вихователям і вчителям, а саме дитині. Вчіть дітей працювати самостійно, даючи нескладні завдання. Не сваріть, якщо дитині щось незрозуміло, радить їй не боятися запитати повторно. Поясніть, що не знати – несоромно, соромно – не питати. Необхідно продовжувати вчити дітей учитися, не чекаючи контролю з боку старших.

Як вберегти дітей від корона вірусу

Плекаючи особистість, батькам під час карантину варто приділити увагу дітям щодо профілактики захворювання.

Поради батькам

- Тримайте дітей вдома, якщо вони захворіли (це стосується лише легких форм захворювання). Дітям потрібен відпочинок, щоб одужати. Без достатнього відпочинку вашій дитині може знадобитися більше часу, щоб відчувати себе краще. Якщо у дитини ослаблена імунна система їй потрібно ще більше часу, щоб відновити сили.

- Хворих і здорових дітей треба тримати окремо та уникати контакту із особами з проявами респіраторного захворювання, триматися на відстані не менше 1-2 метрів від хворих людей. Шукати варто й альтернативні способи участі дітей в зібраннях, наприклад дивитися їх по телевізору або в Інтернеті, щоб вони могли уникнути особистого контакту. Це особливо важливо для дітей з високим ризиком ускладнень грипу. Адже краплі, що містять віруси, можуть переміщатися не менше ніж 1-2 метри, тому залишаючись на такій відстані від хворих людей, можна знизити ймовірність того, що ваша дитина захворіє.

- Варто навчити дітей завжди прикривати рот під час кашлю, чхання. Переконайтеся, що діти прикривають ніс і рот серветкою та викидають використану серветку і негайно миють руки. Це допоможе запобігти поширенню вірусу через повітря та руки.

- Продовжуйте вчити дітей правильно мити руки – ретельно і часто з милом і водою. Якщо мило і вода недоступні, використовуйте дезінфікуючі засоби для рук з вмістом спирту не менше 60% для очищення рук. А ще – важливо мити руки перш ніж торкатися ними очей, носа або рота. Миття рук знижує кількість респіраторних вірусів, які можуть поширюватися.

- Очищуйте поверхні та предмети, до яких часто торкаються діти, такі як іграшки, столи, дверні ручки, поручні, клавіатури комп'ютерів, планшетів, телефонів. Пояснюйте дітям, що мило і вода при очищенні видаляє респіраторні віруси, включаючи COVID – 19. Можна використовувати спиртовмісні та хлоровмісні дезінфікуючі засоби, дотримуючись інструкцій з використання. Точний термін виживання вірусу, який спонукає захворюванню на COVID – 19 невідомий, проте очищення поверхонь і об'єктів, до яких часто торкаються, знижує кількість вірусів, які можуть поширюватися під час дотику до зараженої поверхні, а потім до очей, носа або рота.

- Читайте та використовуйте рекомендації лікарів про заходи профілактики захворювань.

П'ять ідей для проведення корисного дозвілля з дітьми

- Настільні ігри неодмінно можуть захопити вашу дитину. Їх варто обирати за віком, які розвивають логічне мислення. Лото, карти, пазли будуть цікавими для дітей будь - якого віку.

- Заняття для розвитку теж будуть доречні. До цієї категорії можна віднести розмальовки, ліплення з пластиліну. Такий вид діяльності сприяє розвитку творчих здібностей. Цікаве розроблення фото колажу сім'ї. На великому аркуші паперу можна намалювати велике дерево, на гілках якого приклеїти сімейні фотографії. Такі заняття неодмінно подобаються дітям.

- Хатні справи. Долучайте дітей до домашньої роботи – їм цікаво, а для вас неабияка допомога. Можна разом помити посуд, приготувати просту смачну страву, або полити вазони , посадити якусь рослину в горщик та стежити за її ростом.

-Звичайні читання перетворіть в гру. Після прочитаної казки або оповідання спробуйте разом з дитиною влаштувати за її мотивами домашній театр. Цікавим для дітей буде також театр тіней. Для цього

необхідно встановити настільну лампу біля стіни і руками показувати фігури тварин.

Дбайливе ставлення до дитини допоможе їй захиститися від негативних наслідків. Підтримуйте впевненість дітей у власних силах. Їх благополуччя залежить від благополуччя батьків.

