

МЕТОДИЧНИЙ ПОРАДНИК

для батьків

з формування правил безпечної поведінки дітей вдома
в умовах дії воєнного стану



ПАМ'ЯТКА ДЛЯ БАТЬКІВ У ЧАС ВОЄННОЇ НЕБЕЗПЕКИ



1 Зберігайте спокій у будь-якій ситуації

Батьки — найголовніший ресурс для дитини. Якщо ви спокійні, то й діти будуть спокійнішими. Зберігайте психологічну рівновагу, не піддавайтеся інформаційному хаосу, читайте тільки офіційні джерела, не "пропускайте крізь себе" кожну новину, але реально оцінюйте загрози.

2 Говоріть дитині правду і водночас оберігайте від негативу

У спокійних умовах і спокійним голосом поговоріть із дитиною. Інформація може бути різною, але важливо, щоб і про приємне, і про неприємне малюк дізнавався від вас. Адже сам може нафантазувати собі щось значно гірше. Не переглядайте і не обговорюйте новини в його присутності.

Скажіть: "Нині в нашій країні війна. Наша армія нас захищає. Ми повинні триматися разом, я зможу захистити тебе, якщо ти слухатимешся. Ми — команда, і в нас має бути єдиний план дій".

3 Розробіть спільні плани дій для різних ситуацій

Дошкільники краще сприймають інформацію в ігровій формі. Наприклад, дорослий — капітан, а діти — його команда. Опишіть, проговоріть, прорепетируйте дії кожного учасника в різних ситуаціях: повітряна тривога, звуки вибухів, евакуація. Це скоротить час на збори і допоможе уникнути паніки в надзвичайній ситуації.

4 Підготуйте інформацію про дитину

Запишіть інформацію про дитину на внутрішньому боці її верхнього одягу або покладіть папірець у кишеню штанів.

Що має бути на дитячому "бейджіку"?

- ♦ ПІБ дитини.
- ♦ Дата народження.
- ♦ Група крові.
- ♦ Повна домашня адреса (номер будинку та квартири, назва вулиці, населений пункт, область).
- ♦ Номери телефонів батьків, родичів, сусідів.

5 Зберіть "тривожні валізки"

Збирайте "тривожні валізи" разом із дитиною в ігровій формі. Хай у кожного члена команди буде своя валізка. Це сприятиме формуванню відповідальності та забезпечить залученість малюка у спільну діяльність. Документи (свідоцтво про народження, паспорти, документи про освіту, майно та інше), засоби першої необхідності — у валізі дорослих, але дещо можна покласти в особисту валіжку (рюкзак) дитини.

Що може бути в дитячій "тривожній валізці"?

- ♦ Улюблена іграшка (можна сказати дитині, що іграшка — талісман-оберіг, який її захищає).
- ♦ Олівці, блокнот (альбом), розмальовка.
- ♦ Кілька тоненьких книжечок.
- ♦ Сухі та вологі серветки.
- ♦ Маленька пляшечка води.



6 Допоможіть дитині "перемикатися" зі стресової ситуації

Дитяча психіка влаштована таким чином, що діти швидко "перемикаються" з однієї ситуації на іншу, але негативні емоційні реакції можуть загострюватися в разі повторення подібних стресових ситуацій.

Як відвернути увагу дитини?

- ♦ Спокійним голосом запропонуйте випити води.
- ♦ Попросіть перевірити, чи політі квіти.
- ♦ Попросіть дитину щось вам подати: пульт від телевізора, газету чи книжку тощо.

7 Не забувайте про тілесний контакт: більше обіймів та погладжувань!

Якомога частіше і більше обіймайте, погладжуйте одне одного — і дітей, і дорослих. Під час тілесного єднання в організмі підвищується рівень гормону, що відповідає за відчуття спокою та безпеки.

Безпека дітей вдома, а особливо в умовах дії воєнного стану- це дуже важлива тема, яка має бути уважно досліджена кожною родиною. Діти повинні знати, як правильно поводитися в будинку, щоб уникнути небезпек, травм та нещасних випадків.

Розширення уявлень дошкільнят про небезпечні предмети, явища та ситуації відбувається не лише на інформативному, а й на емоційно-чуттєвому рівні. Дітям не подобається моралізоване застереження щодо правил поводження з небезпечними предметами, контактів з незнайомими людьми тощо. Саме художнє слово найефективніше впливає на дитячу пам'ять, увагу, уяву.

Поради, які допоможуть зберегти безпеку вашої дитини вдома:



1. Вчіть дітей звертати увагу на небезпеку і пам'ятайте, що відповідальність за їхню безпеку покладена на вас, батьків. Поясніть їм, що не можна робити те, що може призвести до травм або пожежі.

Корисні підказки Вам допоможуть <https://youtu.be/mDDzgKQ9e0U>

2. Встановлюйте захисні пристрої на електричні розетки, щоб уникнути випадкових уражень електрикою.

При формуванні уявлень про електрику, електричні та газові прилади, правила користування можна використовувати загадки:



Дає електрику країні
Ця чарівниця – станція,
І здогадатись ви повинні,
Що це – (електростанція).

І не сонце, і не місяць,
А світить, як удень. (електрична лампочка)

Білий дім, житло нове,
Двері є, вікон немає.
В ньому Дід Мороз живе –
Нам продукти зберігає. (холодильник)

Гладить все, чого торкається,
А торкнешся – кусається. (праска)

То холодним, то гарячим
Вдома кожен мене бачив,
І співаю я від жару,
І пускаю з носа пару. (чайник)



3. Поясніть дітям, що небезпечно гратися з гарячими рідинами та їжею. Не дозволяйте їм відкривати духовку, мікрохвильову піч або інші побутові прилади без вашої присутності.

Навчаючи дитину правилам протипожежної безпеки використовуйте художню літературу:

«Бім-бом» (укр.нар. пісенька)
«Кицькин дім» С.Маршак
«Козенятко і вогонь» Т.Коломієць
«Жаринка» І.Донець
«Гриць і вогнегасник» Г.Резник
«Пожежна машина» О.Берман
«Пожежа» Т.Білошапка

Цікаві мультфільми:

Уроки обережності з Тітонькою Совою <https://youtu.be/kJFbS70DwFs>

4. Зберігайте хімічні речовини, ліки та інші небезпечні матеріали в недоступному для дітей місці.

Запам'ятати дитині це правило допоможе **цікавий мультик** <https://youtu.be/e0wvHXZoWMU>



5. Зафіксуйте міжкімнатні двері або встановіть на них стопори – на рівні, до якого дитина не зможе дотягнутися. Так дитина не вдариться і не защемить пальці.



6. Якщо у вашому помешканні є скляні двері, дверцята чи дзеркала там, де до них може дістатися дитина, наклейте на них захисну плівку, яка не дасть уламкам розлетітися, якщо скло буде розбите.

7. Подбайте, щоб у зоні досяжності дитини не було мотузок (ремінців, поясків, стрічок тощо), довгих за 18 см.

8. Закріпіть важкі меблі, щоби уникнути їхнього падіння. Шухляди заблокуйте.

9. Встановіть м'які накладки з тканини, силікону чи інших матеріалів, які є в наявності, на гострі кути меблів.





10. Якщо у місці вашого перебування є тварини, пам'ятайте: дитина й тварина повинні взаємодіяти тільки під вашим наглядом.

Як поводитися з домашніми улюбленцями навчить Тімонька Сова <https://youtu.be/wrG-uHGrIcU>

11. Приділяйте увагу режиму сну та відпочинку дітей. Забезпечте безпечну і комфортну атмосферу в їхніх спальнях.

12. Застосовуйте правила пожежної безпеки. Придбайте димові детектори та вчіть дітей, як поводитися у разі пожежі.

«Що робити під час пожежі?» https://youtu.be/vTSBL_YOcc4

13. Вчіть дітей ніколи не відчиняти дверей незнайомим людям, навіть якщо вони представляються поліцейськими або представниками служби безпеки.

При формуванні уявлень про небезпечність контактів з незнайомими людьми допоможуть такі твори художньої літератури як українські народні казки – «Колобок», «Вовк та семеро козенят», «Котик та півник».



Пам'ятайте, що головне - це завжди бути уважним та пильним, коли мова йде про безпеку вашої дитини. Важливо розуміти, що безпека вдома - це складний процес, який потребує уваги та дисципліни. Разом із цим, варто розуміти, що діти дуже швидко вчаться, і якщо вони змогли зрозуміти та запам'ятати правила поведінки вдома, то вони зможуть уникнути багатьох небезпек.

