

Norime pasidalinti Vilniaus psichologinės pedagoginės tarnybos parengtomis rekomendacijomis tėvams (globėjams) „Ugdymas(is) nuotoliniu būdu“.

VILNIAUS PEDAGOGINĖ PSICHOLOGINĖ TARNYBA

# REKOMENDACIJOS TĖVAMS (GLOBĖJAMS) UGDYMAS (IS) NUOTOLINIU BŪDU

## UGDYMAS (IS) NUOTOLINIU BŪDU

Pokyčiai yra neatsiejama gyvenimo dalis (pvz., metų laika sunykimas, žmogaus vaikystė ir senatvė...). Gamtos stichiniai drebinėjimai, pandemijos gali atnešti daug žalos, išardyti namus. Būna neramu, sunku, kai baigiasi kažkas, prie ko buvome turėję galimybę išmokti ko nors naujo.

**Kaip kalbėti su vaikais apie sudėtingas situacijas, pokyčius?**

- **Ramiai ir atvirai pasikalbėkite** su vaikais apie tai, kodėl dabar pasitaiko kokie pokyčiai laukia. Svarbu atsižvelgti į vaiko amžių, jautrumą.
- **Venkite aptarinėti** prie vaikų sudėtingas situacijas, manydami, ką kalbama. Tėvų nerimą išduoda balso tonas, kūno kalba, tai persikvėpi, vengti ir įvykių prognozės.
- Svarbu žinoti, kad neteisingai, **nepilnai suprasta informacija kelia jausmą**. Vaiko vaizduotėje gali kilti realybės neatitinkantys vaizdiniai.
- Vaikams svarbu paaiškinti, **kaip saugiai elgtis** esamoje situacijoje.
- **Ribokite** vaikų naujienų žiūrėjimo ir skaitymo kiekį ir laiką, nes atsk

# REKOMENDACIJOS TĖVAMS (GLOBĖJAMS)

## UGDYMAS (IS) NUOTOLINIU BŪDU

### APIE VAIKO POREIKIUS

#### *Kaip pasirūpinti vaiko poreikiais nuotolinio ugdymo metu?*

- Ypač svarbu pasirūpinti tais vaikais, kurie namuose lieka vien ir kurie turi bendravimo su bendraamžiais sunkumų, emocinių problemų. Skatinkite vaikus paskambinti, parašyti savo draugams, klasiokams ir pasidalinti su jais naudingomis nuorodomis, filmais, žaidimais ir pan.
- Svarbu atkreipti dėmesį į tokius vaiko elgesio pasikeitimus: nemigus, sunkius miegus, naktinius košmarus, apetito praradimą, užsisiklindimą savyje. Paskatinkite vaiką pasikalbėti, pavyzdžiui: „Papasakok man savo baimes, kartu bijoti drašiau“.
- Padėkite vaikui atsipalaiduoti, naudokite relaksacinius įrašus, pasiūlykite kartu piešti, žiūrėti nuotaikingą filmą. Humoras, pajuokavimai palengvina išgyvenimus, leidžia nusiraminti.

#### **TAIGI, PASIKARTOKIME, NUO KO PRADĖTI?**

**1. Paaiškinkite**, kodėl dabar vaikai mokosi namie. Nėkelkite auk

... ..