

**Рекомендации педагогам для
поддержки психического
здоровья и благополучия во
время вспышки
коронавирусной инфекции
(COVID-19) на основании
рекомендаций ВОЗ**



Corona-Virus

МБДОУ «Крепыш»



Рекомендации педагогам:

1. Обеспечьте детям благоприятную позитивную образовательную среду, свободную от стрессов, вызванных стремлением к академическим успехам. Сконцентрируйтесь на сохранении здоровья детей, их психологического и социального благополучия.
2. Не привлекайте излишнего внимания детей к обсуждаемой проблеме. Сохраняйте рутинный уклад учебной работы с привычными для детей нормами ее оценки.
3. Используйте дистанционные формы обучения, поощряющие развитие интеллектуальной, творческой деятельности (например, олимпиады, квесты, соревнования), которые позволят и детям, и их родителям поддерживать активность и создавать благоприятную психологическую атмосферу в семье.



Corona-Virus

Рекомендации педагогам:

4. Пользуйтесь надежными источниками информации в определенное время в течение дня, один или два раза. Внезапный и почти постоянный поток новостных сообщений о вспышке болезни может вызвать беспокойство у любого человека.

5. Поддерживайте детей и родителей. Помощь другим людям в трудную минуту может принести вам лично психологическую пользу. Например, найдите возможности для распространения позитивных и обнадеживающих историй о выздоровлении людей, снижении распространения коронавируса.



Рекомендации педагогам:

6. Относитесь к этой ситуации как к особым условиям работы. Берегите себя. Помните, что забота о своем психологическом состоянии так же важна, как и забота о физическом здоровье. Умейте справиться со стрессом, находить положительные эмоции и вести полноценный здоровый образ жизни. Занимайтесь дыхательными и физическими упражнениями, упражнениями для релаксации, ходите на прогулки, чтобы поддерживать активность и уменьшать напряжение.



Corona-Virus

Рекомендации педагогам:

- ✓ Если возникли проблемы с членами семьи, обратитесь за информацией к сайту Минздрава России:

<https://www.rosminzdrav.ru/ru>

- ✓ Самую последнюю информацию о коронавирусной инфекции Вы также можете на сайте Всемирной организации здоровья:

<https://www.who.int/ru/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>



Corona-Virus

