

Консультація для педагогів ЗДО «Емоційна безпека в умовах укриття: алгоритм дій педагогів»

Емоційна безпека дітей у критичних умовах, таких як перебування в укритті, є першочерговим завданням педагога. Дошкільник, опинившись у незвичній або небезпечній ситуації, відчуває страх, тривогу та невпевненість, що може проявлятися плачем, істерикою, агресивною поведінкою або відстороненням. Завдання педагога — забезпечити стабільне, передбачуване середовище, підтримати дитину та знизити рівень стресу.

Алгоритм дій педагогів для забезпечення емоційної безпеки:

Створення безпечного фізичного простору

- ❖ Заздалегідь організувати укриття: перевірити наявність місць для сидіння, килимків, подушок, теплих ковдр, іграшок та матеріалів для занять.
- ❖ Обмежити небезпечні предмети, забезпечити легкий доступ до основних ресурсів.

Налагодження емоційного контакту з дітьми

- ❖ Педагог говорить спокійним, впевненим голосом, демонструє власну контрольовану поведінку.
- ❖ Використовує короткі, прості фрази для пояснення ситуації («Ми в безпечному місці, і ми разом»).
- ❖ Встановлює зоровий контакт, за потреби обіймає або тримає за руку дитину, яка панікує.

Структурування часу та діяльності

- ❖ Організовує короткі і передбачувані блоки активності: рухові вправи на місці, пальчикову гімнастику, ігри з елементами наслідування, малювання, слухання музики.
- ❖ Чітко проговорює послідовність дій: «Спочатку ми сідаємо, потім граємо, потім слухаємо казку».

Підтримка емоційного самовираження дітей

- ❖ Дозволяє дітям говорити про свої почуття, називати страхи, запитує: «Що тебе турбує?»
- ❖ Використовує художні методи: малювання емоцій («Як ти почуваєшся?»), рухові вправи для зняття напруження («Покажи, як ти розслабляєшся»).

Психо-емоційна саморегуляція дітей

- ❖ Використовує вправи на дихання та релаксацію: «Надуй повітряну кульку», «Вдих — руки вгору, видих — руки вниз».
- ❖ Пропонує ігри на контроль емоцій: «Світлофор» (зупинка — спокій, зелений — рух/дія).

Моделювання позитивного прикладу поведінки

- ❖ Педагог демонструє спокій, послідовність дій та вміння керувати емоціями.
- ❖ Заохочує співпрацю, взаємопідтримку серед дітей: хтось допомагає іншому, хтось ділиться іграшкою.

Комунікація з батьками

- ❖ Після завершення перебування в укритті педагог надає короткий звіт батькам про стан дитини, звертає увагу на прояви тривоги або успішної адаптації.
- ❖ Рекомендує батькам підтримувати дитину вдома через спокійні бесіди, малювання, рухові та ігрові вправи для відновлення емоційного балансу.

Практичні приклади діяльності в укритті:

- ❖ **Малювання «Мій день у безпечному місці»** — дитина зображує себе в укритті з елементами позитивних відчуттів.
- ❖ **Ігри на уяву** («Ми — пташки», «Ми — дерева») для фізичної активності та зняття тривоги.
- ❖ **Ритмічні вправи під музику** (рухи рук, пальчикова гімнастика) для релаксації та концентрації.
- ❖ **Короткі сюжетні історії або казки** з акцентом на дружбу, підтримку, спільне подолання труднощів.

Таким чином, алгоритм дій педагогів у забезпеченні емоційної безпеки дітей в укритті поєднує **організацію безпечного простору, структурування діяльності, підтримку емоційного самовираження та моделювання спокійної поведінки**. Це дозволяє дітям відчувати контрольованість ситуації, знижує рівень тривоги та формує адаптивні навички емоційного саморегулювання.

Підготувала: вихователь Віта КУЗЬМІНОВА