

## Poštovani roditelji,

Budući da svakodnevno slušamo vijesti o aktuelnom COVID-19 virusu koji ima utjecaj na svaki aspekt našeg života, jasno je da smo u razdoblju intenzivnog stresa i zabrinutosti za zdravlje naših bližnjih i naše osobno zdravlje. Novi i nepoznati virus svakodnevno nas upućuje na nove informacije o broju zaraženih, izliječenih, nestašici namirnica i slično. Logičan slijed je svakako i otkazivanje društvenih/javnih događanja, zatvaranje vrtića, škola, ograničeno kretanje i komunikacija sa drugim ljudima. Sloboda koju smo imali i podrazumijevali je, pojavom ovog virusa uskraćena je, te se postavlja pitanje što je ispravno te kako se nositi sa novonastalom situacijom.

Ono što zapravo trenutna situacija zahtijeva od nas jeste svakako odgovornost i razmišljanje o tome kako možemo doprinijeti poboljšanju iste. Ovakve situacije i krize nas pozivaju na poštivanje pravila, red, te mijenjanje dosadašnjeg načina života i ponašanja. Složit ćemo se da one također izazivaju kako kod odraslih tako i kod djece mnoštvo emocija koje je neophodno usmjeravati.

Briga, anksioznost i strah samo su neke od emocija koje se javljaju kod djece u izvanrednim situacijama, a njihovo izbjegavanje ih može učiniti još jačima i dugotrajnijima. Neophodno je razgovarati s djecom o trenutnim emocijama te ih osvijestiti i pomoći im kako se nositi s njima i što je to što možemo učiniti da se bolje osjećamo.

Ono što također izaziva kod djece ovakve emocije jeste i promjena njihove svakodnevnice. Nedostaju im prijatelji, druženja, odlasci u vrtić, igre na igralištima i zbog toga zahtjevaju određene odgovore od roditelja. Roditelji trebaju razgovarati s djecom o novonastaloj situaciji te im pružati konkretne i jasne odgovore o tome što se događa. Naravno, odgovori trebaju biti primjereni uzrastu djece kako im se ne bi dalo prostora da sami zaključuju o mogućim ishodima. Potrebno je djecu izvjestiti o važnosti održavanja osobne higijene kako bi se zaštitili od virusa i kako bi bili sigurni.

Jedan od načina na koji roditelji mogu ukazati mlađoj djeci na ozbiljnost situacije jeste i igra crtanja virusa gdje će dijete na puno malih papirića nacrtati virus i iste te papire baciti po sobi na osnovu čega će dobiti sliku o lakoći i brzini prenošenja virusa ukoliko se ne poštivaju pravila.

Isto tako, važnost osobne higijene u ovoj situaciji djeci možete približiti pomoću igre koju je osmislila odgojiteljica Amanda Lorezo iz Miamia koju možete pogledati na sljedećoj poveznici: <https://www.krstarica.com/zdravlje/korona-virus/genijalan-trik-sa-biberom-pokazace-deci-koliko-je-vazno-da-peru-ruke-video/>

Kako trenutno većinu vremena provodimo u kući sa svojim obiteljima, to vrijeme treba iskorisiti na što bolji i kvalitetniji način. Budući da su roditelji sada gotovo cijeli dan s djecom imaju mogućnost sami organizirati razne aktivnosti što i nije tako jednostavan posao. Pored obaveza koje nosi svako roditeljstvo, sada je potrebno organizirati aktivnosti i učenje kod kuće. Kako

veliki broj roditelja ima dijete u vrtiću, a u isto vrijeme i dijete u školi sljedeći tekst može Vam biti vrlo koristan.

(Smjernice o tome kako si organizirati slobodno vrijeme i kako prevazići sve prepreke pisali su iz Odgojnog savjetovališta Centra za rehabilitaciju Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta) te ga možete pronaći na sljedećoj poveznici:

[https://www.erf.unizg.hr/docs/ERF\\_CZR\\_letak\\_kako\\_organizirati\\_nastavu\\_u\\_kuci.pdf](https://www.erf.unizg.hr/docs/ERF_CZR_letak_kako_organizirati_nastavu_u_kuci.pdf)

Pored društvenih igara, raznih zadataka iz različitih područja, čitanja knjiga, primjene raznih tjelesnih aktivnosti u sljedećim prilogima možete pronaći još neke dodatne prijedloge koji će Vam nadam se, korisiti.

### **1. Knjiga „Korona virus“-knjižica za djecu**

Jezikom razumljivim djeci starije predškolske dobi i mlađe školske dobi, knjižica odgovara na mnoga pitanja vezana uz Korona virus

[https://www.planetzoe.hr/files/Koronavirus\\_Knjizicazadjecu.pdf](https://www.planetzoe.hr/files/Koronavirus_Knjizicazadjecu.pdf)

### **2. Prijedlog razvojnih igara kod kuće**

<https://www.index.hr/mame/clanak/ideje-za-kucne-razvojne-igre-za-klince-od-2-do-4-godine/849687.aspx>

### **3. Prijedlog razvojnih igara**

<https://razvojne.org/>

**U nadi da se ubrzo vidimo u našem vrtiću, srdačno Vas pozdravljamo!**

**Ostanite zdravi!**

**“Jednog lijepog dana, vrlo brzo,  
ovo će neobično vrijeme  
biti iza nas”**

**Pripremila:**

**Tiana Vučković, psihologinja**