



RO INFORMAȚIE PENTRU PĂRINȚI: CÂND ÎNVĂȚĂTURA ARE LOC ACASĂ

Dragi părinți,

au trecut mai mult de două săptămâni în această situație neobișnuită pentru noi toți în care ne aflăm acum. Munca, supravegherea și îngrijirea copiilor trebuie să fie reorganizate. Viața noastră respectă la moment complet alte reguli. Situația actuală reprezintă pentru toți o fază **excepțională de stres** de asemenea și pentru copiii dumneavoastră.

Dvs. ați primit de la școală oferte de învățare pentru acasă. Noi știm cu toții, că copiii **învață în moduri diferite**. Unii copii învață mai independent, alții însă au nevoie de mai mult sprijin. Și ritmul de învățare precum și interesele copiilor diferă mult. Luând în considerare acest fapt, învățământul care se petrece de obicei la școală, trebuie acum să fie realizat acum acasă.

Profesorii sunt conștienți că această situație nu permite tuturor să se ocupe cu copiii lor câteva ore pe zi. Din acest motiv, nu numai că dorim să vă oferim materiale de învățare, însă și apelăm următorul mesaj:

Efectuați cu copilul dvs. lucrările primite care le puteți realiza.

Joaca, pregătirea bucatelor împreună, experimentarea creativă și multe alte ocupații reprezintă la fel mijloace efective de însușire și experiență. Acordați ajutor copilului dvs. în fiecare zi ca să învețe lucruri noi.

Când școala se va începe, materia școlară se va prelua, se va practica și aprofunda în continuare. V-om stabili unde se află copilul dvs. și ne v-om ocupa cu el. Menționăm și vă rugăm să îndepliniți lucrările împreună cu copilul dvs. care le reușiți! **Important este acum, să rămânem cu toții în următoarele câteva săptămâni bine și sănătoși.**

Experiențele făcute în timpul primelor zile, în care copiii studiază acasă, arată că școlile abordează situația diferit. **În cazul dacă dumneavoastră aveți dificultăți tehnice sau referitor la conținut, vă rugăm să contactați persoanele responsabile ale școlii și să transmiteți experiența dvs. personală.** Acest lucru creează oportunitatea școlilor de a lua în considerare mai mult cerințele individuale.

În urmare oferim **sfaturi și sugestii** care vă ajută să organizați perioada de timp în care școlile sunt închise.

CUM ORGANIZEZ ÎNVĂȚĂMÂNTUL ACASĂ?

Organizarea, completarea și îndeplinirea particulară a acestor sarcini nu este cu siguranță ușor. Următoarele sfaturi vă oferă idei referitoare la ceea, cum vă puteți sprijini copilul în realizarea temelor pe care le primește de la școală:

- ▶ **Stabiliți concret situația:** Reflectați și planificați împreună cu copilul dvs. pentru o săptămâna întreagă, care teme sunt de îndeplinit. Indicăm să combinați planificarea sarcinilor școlare cu cele interne de acasă.
- ▶ **Confirmați cerințele:** Explicați copilului dvs. cât de important este realizarea temelor chiar și atunci, când școala este închisă. Frecventarea școlii are un rol important. Arătați copiilor dumneavoastră că conținutul temelor este semnificativ. **Apreciați** eforturile lor de învățare.
- ▶ **Creați un plan:** Integrați planul de lucru școlar cu cel de acasă pentru o săptămâna întreagă. Astfel este vizibil pentru toți, care sunt regularitățile. Acest lucru previne neînțelegerile și argumentele neplăcute. În dependență de vârsta copilului dvs., permiteți-i să ia decizia spre exemplu, cu ce sarcină începe sau la ce oră de zi dorește să îndeplinească temele școlare. Asigurați-vă să faceți pauze suficiente.
- ▶ **Listă de sarcini pentru fiecare zi (3-5 sarcini)** permite să împărți zilnic „mulțimea lucrărilor” în etape mici. Astfel ușurând realizarea acestora. Notarea sarcinilor finalizate ajută și motivează copilul dvs..
- ▶ **Stabilirea și proiectarea locului de muncă:** Asigurați-vă că copilul dvs. posedă un loc permanent și liniștit pentru a îndeplini temele școlare. Imaginile transmise prin televizor, computer precum și vocea (radio, alte medii tehnice) distrag creierul.
- ▶ **Învăță să înveți:** Discutați despre ideile și strategiile de învățare împreună cu copilul dvs.. Atribuiți cu propriile experiențe pozitive.
- ▶ **Când munca copilului sa îndeplinit, este sfârșit:** Copilul dvs. este liber atunci când sarcinile zilei sunt îndeplinite. Permiteți-i acest timp liber și nu reveniți în mod spontan cu teme noi. Pentru copiii care lucrează încet sau cei care au dificultăți de concentrare se recomandă să precizați timpul.

CUM MOTIVEZ COPILUL MEU PENTRU A ÎNVĂȚA?

Motivația poartă un rol important. Nivelul ridicat de motivație este favorabil pentru dispoziție, curaj și succesul la învățatură. Și motivația adusă din „extern” este eficientă atât timp, cât ea nu este percepută ca fiind impusă. Prin controlul puternic, nu numai că obțineți o situație de stres și dispoziție rea, însă și mai puțin succes în materie. Aici câteva recomandări:

- ▶ **Planificați** timpul de învățare **împreună** cu copilul dvs. într-un mod **real** luând în considerație și **păreră** lui.
- ▶ **Încurajați** copilul să încerce singur hotărârea temelor. **Discutați împreună** cu el cum poate depăși **de sine stătător** dificultățile apărute.
- ▶ Și prietenii copilului dvs. pot fi invitați la un **parteneriat de învățare**, folosind opțiunile digitale disponibile (chat, telefon, video, etc.).
- ▶ **Arătați-vă** interesat de **succesul de învățare** al copilului dvs. evitând controlul „excesiv” descris mai sus.
- ▶ **Atmosfera bucuroasă** influențează bine asupra învățaturii și asupra dispoziției dvs..

DACĂ AM MAI MULȚI COPII

Cu cât mai mulți copii locuiesc în casă, cu atât mai mari sunt eforturile de îngrijire pentru părinți. Mai mulți copiii de vârstă școlară, duce la complexități în familiile pentru a însoți în deplin sarcinile școlare. Alături de recomandările anterioare, iată câteva indicații:

- ▶ Acordați sprijin luând în considerare **necesitățile diverse și individuale** ale copiilor dvs.: Copii de vârstă mai mică sau cei care au nevoie de ajutor special adăugător, necesită de timp mai îndelungat, până când reușesc să însușească independent materia. Aveți răbdare!
- ▶ Dacă este posibil, aranjați **parteneriate de învățare** unde spre exemplu, copiii mai mari îi sprijină pe cei mici. Apreciați efectul pozitiv a acestor colaborări.
- ▶ Luați legătura și **apelați** la diriginta sau dirigintele de clasă dacă sarcinile pentru copilul dvs. sunt complicate sau dacă lucrările nu pot fi îndeplinite în timpul stabilit.

CUM STRUCTURAM ZIUA ÎN FAMILIE?

Viața actuală de familie se schimbă momentan din cauza pierderii activităților obișnuite. Acest fapt reprezintă cerniți mari pentru organizarea individuală. Important este ca dvs. să structurați bine ziua:

- ▶ Încercați să mențineți un **ritm zilnic** spre exemplu, ora stabilă de trezire. Urmați ritualurile obișnuite pentru micul dejun.
- ▶ Planificați **împreună orele de masă** - pregătirea bucatelor împreună, poate fi o activitate frumoasă pentru toți.
- ▶ Adunați **idei** referitoare la **activitățile în timpul liber**. Amintiți-vă și preluați timpul distractiv (spre exemplu, pictură, meșteșugărie, diverse jocuri, muzică).
- ▶ Faceți acorduri stabile cu copilul dvs. referitor la **consumul media**. Ce jocuri și aplicații folosește copilul dvs.? Există alternative? Limitați timpul media!
- ▶ Asigurați-vă ca copilul dvs. să găsească un **echilibrul suficient** prin exercitarea și a contactelor cu persoanele „reale”. Recunoașteți de asemenea oportunitatea pe care o oferă media în această perioadă, în special ca ofertă educațională și o modalitate de a păstra legătura cu prietenii.
- ▶ Multe **forme de mișcare** pot fi utilizate în propria încăpere. Utilizați oferte de aplicații și videoclipuri pentru a aplica exerciții și programe sportive. Un timp fix al zilei este util.
- ▶ Stabiliți **obiective** corespunzător mijloacelor care permit realizarea lor .

CUM MĂ COMPORT ÎN TIMPUL CONFLICTELOR?

Dvs. precum și copilul dvs. întâlniți actual astfel de situații mai des decât de obicei. Conflictele apar ușor. Ceea ce înseamnă „să vă mențineți calmul, să respirați adânc și mai târziu să analizați împreună soluțiile. Pentru ca aceasta să funcționeze mai bine, aici câteva indicatori:

- ▶ Începeți fiecare zi din nou. Nu fiți resentimentari!
- ▶ Hotărâți mereu un conflict în calmă - și nu atunci când sunteți enervat.
- ▶ Reflectați despre discuția care va avea loc, luând un interval de timp necesar pentru clarificare.
- ▶ Întruniți-vă împreună și dacă este necesar, notați propunerile comune.
- ▶ Afirmațiile ca: „Și ceea ce mi-am dorit întotdeauna să spun ...!” confuză mai mult situația (Conflictul exprimă comportamentul - nu luați personal).
- ▶ Discutați despre modul în care dvs. precum și copilul dvs. percepeți situația. Rămâneți amabili și recunoscători.
- ▶ Formulați interesele, necesitățile și dorințele fiecăruia. Vorbiți despre opiniile contrare. Nu este nimic greșit când doriți lucruri diferite.

- ▶ Căutați o soluție comună atâta timp, până când o găsiți.
- ▶ Dacă situația se agravează, întrerupeți conversația și continuați-o mai târziu. Când sentimentele fierb, nimeni nu este în stare să formeze argumente bune.
- ▶ Acordați copilului dvs. timp suficient pentru ideile, considerațiile și răspunsurile sale. Dacă este necesar, păstrați tăcerea în timpul conversației.

Dacă dumneavoastră și copilul dvs. observați că conflictele se accentuează și vă simțiți din ce în ce mai furioși și neputincioși, contactați o linie telefonică de consiliere (numere de telefon se află la sfârșitul textului).

PLICTISEALA - ȘI ACUM?

Atunci când rutinele și activitățile obișnuite zilnice încetează să existe și membrii familiei petrec mult timp acasă, apare din cauza monotoniei senzația de plictiseală. Iată câteva indici:

Plictiseala oferă șansa de a descoperi abilități vechi sau noi. Dacă copilul dvs. primește mai puține sugestii externe, atunci el începe mai târziu să prelucreze experiențele existente și cele învățate în interacțiune cu mediul înconjurător.

Copilul dvs. necesită de timp pentru a aplica aceste lucruri și dvs. aveți nevoie de răbdare! Copiii sunt **creativi**, inventează jocuri noi, fantazează despre povești și experimentează cu cele posedate. În așa un mod pot fi descoperite interesele și talentele lor.

Dvs. reușiți să descoperiți calități noi a copilului dumneavoastră. Așa aveți ocazia să redescoperiți propria creativitate și plăcerea, însoțind copilul și implicându-vă în jocurile lui. **Umorul** poate dezvolta sugestii noi efective.

Plictiseala oferă posibilitatea de a lăsa libertate gândurilor, viselor pentru a observa care din ele vă face fericit și ce probabil va lipsește. „**Plictiseala este intrarea spre imaginație!**” Copiii beneficiază mult atunci când părinții dispun de timp și-l petrec folositor acasă. Copiii dvs. se simt bine când au posibilitatea să discute despre cele reținute fără să fie judecați.

COMPORAMENTUL FAȚĂ DE ÎNGRIJORARE ȘI FRICA

copilului dvs.. Lucrurile pe care nu le putem înțelege și clasifica ne sperie. Cum puteți reacționa ca părinți:

- ▶ **Păstrați liniștea:** Copiii simt îngrijorările și nesiguranțele părinților. Încercați să vă relaxați. Vorbiți despre preocupările dvs. cu partenera

/partenerul dvs. sau cu prietenii, însă nu transmiteți aceste griji copiilor dvs..

- ▶ **Acordați atenție:** Oamenii, în special copiii, necesită îndeosebi de securitate și siguranță pentru a se simți bine și pentru a putea face față sentimentelor tulburătoare. Acordați mai multă atenție îndeosebi, când sentimentele sunt în pericol. Arătați interes stării sufletești al copilului și nu doar asupra lucrurilor stresante.
- ▶ **Adunați informații utile:** În ultimele zile copilul dvs. a auzit multe despre virusul Corona. Discutați împreună cu el acest subiect. Care sunt întrebările copilului dvs. referitoare la această temă? Posibil el dispune de informații incorecte? Fiți mai atenți la consumul media al copilului dvs. și urmăriți împreună cu el informațiile transmise (vezi linkurile de la sfârșitul textului).
- ▶ **Explicați lucrurile conform vârstei și dezvoltării copiilor dvs.:** Lăsați-vă îndrumați de întrebările lor și oferiți un răspuns onest, bine explicat. Este dificil să înțelegem, să explicăm întrebarea ce este un virus, în special copiilor mai mici. Comunicați în mod simplu, folosind cuvinte alternative pentru a explica acest subiect,
- ▶ spre exemplu, este vorba de o boală nouă încă necunoscută pentru noi și organismul nostru. Un vaccin, care ajută la combaterea bolilor, este în prezent în cercetare. Multe persoane din întreaga lume lucrează asupra acestui aspect (vezi linkurile la sfârșitul textului).
- ▶ **Responsabilitatea personală:** Discutați cu copilul dvs. care sunt posibilitățile în familie pentru a vă proteja de această
- ▶ boală. Puteți exersa împreună cu el spălarea mâinilor în mod regulat și explica, ca strănutul sau tușitul să fie efectuat folosind regiunea directă a brațelor. Lăudați copii fiindcă ei se bucură când reușesc astfel de lucruri. Contactele video sau pe telefon cu bunica și bunicul sau relația cu prietenii poartă un rol important în această situație. Reflecțați împreună cum puteți susține la moment și alte persoane.
- ▶ **Aveți grijă de Dvs.:** Conversațiile sunt efective acasă, când au loc într-o atmosferă calmă și relaxă. Acordați timp îndestulat copilului dvs. și semnalizați siguranța și securitatea lui. Procedurile familiare (spre exemplu, a lua masa împreună, ritualele înainte de culcare, citirea cu voce tare, jocul, îmbrățișarea) sunt utile pentru copilul dvs.. Subiectul despre virusul Corona nu trebuie să fie mereu prezent. O atmosferă bucurătoare vă ajută la învățatura și să fiți bine.

Mai jos găsiți o selecție de surse media și informații oficiale, precum și diverse opțiuni pentru a primi sfaturi online sau prin telefon. Listele nu sunt exhaustive

SFATURI PĂRINTE ÎN LIMBA SIMPLĂ:

www.bbk.bund.de/DE/TopThema/TT_2020/Covid-19_Tipps_fuer_Eltern_LS.html

INFORMAȚII PRIVIND CORONA-VIRUS ÎN DIFERITE LIMBI:

www.integrationsbeauftragte.de/ib-de/amt-und-person/informationen-zum-coronavirus

<https://b-umf.de/p/mehrsprachige-informationen-zum-coronavirus/> (în special pentru refugiați și profesioniști)

INFORMAȚII PENTRU PĂRINȚI, COPII ȘI ADOLESCENȚI DIN MEDIA

- ▶ Știri pentru copii logo! la ZDF: www.zdf.de/kinder/logo
- ▶ Canalul copiilor KiKa: www.kika.de
- ▶ MDR Cunoștințe: www.mdr.de/wissen/index.html
- ▶ Oferte WDR: www1.wdr.de
- ▶ Oferte BR: www.br.de/mediathek/rubriken/themtseite-schule-daheim-100
- ▶ Klick-tipps.net: www.klick-tipps.net/coronavirus
- ▶ Film informativ pentru copii la subiectul Coronavirus: www.meditricks.de/cke

INFORMAȚII OFICIALE PRIVIND DEZVOLTAREA ACTUALĂ

- ▶ Informații din partea guvernului federal: www.bundesregierung.de/breg-de/themen/coronavirus
- ▶ Ministerul Federal al Sănătății: www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus
- ▶ Institutul Robert Koch: www.rki.de (Institutul de Sănătate Publică pentru Germania)
- ▶ Centrul Federal pentru Educație pentru Sănătate: www.infektionsschutz.de
- ▶ Oficiul Federal pentru Protecția Civilă și Scutirea de Dezastre:
https://www.bbk.bund.de/DE/TopThema/TT_2020/TT_Covid-19.html
- ▶ Informații din landul Sachsen-Anhalt: www.sachsen-anhalt.de

OPORTUNITĂȚI DE CONSULTARE

- ▶ Conferința federală de consiliere educațională - consiliere online (anonimă, fără taxă):
 - Consiliere pentru tineret: <https://jugend.bke-beratung.de/>
 - Consiliere pentru părinți: <https://eltern.bke-beratung.de/>
- ▶ Numărul împotriva durerii sufletești (anonim, gratuit):
 - Telefon pentru copii și tineret: 116 111 (luni-sâmbătă 2 p.m. - 20:00)
 - Telefonul părinților: 0800 1110 550 (luni-vineri, 9:00 - 11:00; mar și joi, 17:00 - 19:00)
- ▶ Linie telefonică psihologică pentru perioada corona pandemie (anonimă, gratuită):
 - Asociația Profesioniștilor a Psihologilor Germani (BDP): 0800 777 22 44 (Luni-8:00 - 20:00)
- ▶ Sistemul de resurse școlare (gratuit):
 - Munca socială școlară: *Vă rugăm să vă informați pe pagina principală a școlii despre oferta disponibilă sau cereți contact direct cu conducerea școlii sau conducerea clasei*
 - Profesorii de consiliere:
www.schulerfolg-sichern.de/fileadmin/user_upload/schulerfolg-sichern/PublicContent/Das_Programm_Schulerfolg_sichern_-_Module/Uebersicht_BLK_2019.pdf
 - Consiliere psihologică școlară:
 - <https://landesschulamt.sachsen-anhalt.de/behoerde/schulpsychologische-beratung/kontakt/>

IMPRIMA

Herausgebende Einrichtung:

Landesschulamt Sachsen-Anhalt
Schulpsychologische & Schulfachliche Beratung
Ernst-Kamieth-Str. 2 – 06112 Halle (Saale)
<https://landesschulamt.sachsen-anhalt.de/>

Erstellt in Anlehnung an:

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie Berlin.
Schulpsychologisches und Inklusionspädagogische Beratungs- und Unterstützungszentren (SIBUZ) in Berlin-Pankow: *SIBUZ Infobrief extra. Wenn die Schule zu Hause stattfindet – Tipps für Familien.*