

BIỆN PHÁP

RÈN KỸ NĂNG VỆ SINH CÁ NHÂN CHO TRẺ MẪU GIÁO 3 – 4 TUỔI

I. ĐẶT VẤN ĐỀ.

Trong thời đại công nghiệp hóa, hiện đại hóa kinh tế nước ta đang phát triển mạnh mẽ như hiện nay ngành giáo dục nói chung và giáo dục mầm non nói riêng luôn nhận được sự quan tâm đặc biệt của mỗi gia đình và của toàn xã hội.

Công tác chăm sóc giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ mầm non là việc làm cần thiết nhằm giúp trẻ có nề nếp, thói quen vệ sinh, phòng tránh bệnh tật, tăng cường sức khỏe, hình thành những kỹ năng sống cơ bản đầu tiên, góp phần tạo nguồn năng lực có chất lượng trong tương lai, không phải trẻ nào cũng có thói quen rửa tay lúc bần và sau khi đi vệ sinh, biết rửa mặt, súc miệng nước muối sau khi ăn... Để tạo được kỹ năng, thói quen vệ sinh tốt cho trẻ đòi hỏi nhiệm vụ của giáo viên hết sức quan trọng. Giáo viên phải thường xuyên rèn luyện và tạo thói quen giữ gìn vệ sinh cá nhân cho trẻ bằng nhiều hình thức khác nhau.

Mỗi cá nhân, gia đình và cộng đồng đều có vai trò quan trọng trong việc chăm sóc giáo dục hình thành ở trẻ một số nề nếp thói quen vệ sinh, hành vi văn minh và kỹ năng sống đơn giản ban đầu, góp phần tạo cơ hội cho trẻ sống và phát triển một cách khỏe mạnh. Nếu được chăm sóc tốt và hình thành những thói quen vệ sinh cá nhân cần thiết từ nhỏ thì sẽ tạo nên móng vững chắc cho trẻ về sau này. Trong thực tế khi trẻ đến trường trẻ chưa có thói quen và kỹ năng thực hành vệ sinh cá nhân, trẻ chưa biết rửa tay, rửa mặt, súc miệng nước muối sau khi ăn... như thế nào cho sạch và đúng cách. Việc rèn kỹ năng vệ sinh để trở thành kỹ năng vệ sinh cá nhân tốt cho trẻ là một việc làm khó. Làm thế nào để rèn được kỹ năng rửa tay, rửa mặt cho trẻ một cách tự giác và đúng quy trình.

Hiểu được tầm quan trọng của việc hình thành và giáo dục kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ, năm học này tôi đã đi sâu vào nghiên cứu tìm ra những biện pháp rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ mẫu giáo 3 – 4 tuổi.

Đối tượng nghiên cứu: Trẻ lớp 3 tuổi C1 trường mầm non Trung Lập.

Mục đích nghiên cứu: Giáo viên biết lập kế hoạch rèn kỹ năng vệ sinh cho trẻ, thực hiện đúng chế độ sinh hoạt một ngày. Hiểu và nắm vững mục tiêu, yêu cầu của việc thực hiện chuyên đề “Củng cố và nâng cao chất lượng vệ sinh đảm bảo an toàn cho trẻ trong trường mầm non”. Trẻ biết làm một số công việc vệ sinh cá nhân phục vụ cho trẻ. Hình thành cho trẻ nề nếp, thói quen vệ sinh cá nhân. Trẻ hứng thú tích cực, chủ động tham gia làm vệ sinh cá nhân, qua đó phát huy tính tích cực, sáng tạo và phát triển về mặt nhận thức, ngôn ngữ, thể chất và tình cảm xã hội, thẩm mỹ cho trẻ.

II. NỘI DUNG.

1. Thực trạng.

Năm học 2023 - 2024 tôi được phân công chăm sóc giáo dục trẻ lớp 3 tuổi C1 với tổng số trẻ là 25 trẻ. Để việc áp dụng biện pháp rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ mẫu giáo 3 – 4 tuổi đạt hiệu quả, ngay từ đầu năm học tôi đã khảo sát và đánh giá một số nội dung liên quan đến thao tác vệ sinh, ý thức và tình trạng sức khỏe của trẻ lớp tôi khi tham gia hoạt động vệ sinh cá nhân như sau:

Kết quả khảo sát thực tế trên 25 trẻ lớp 3 tuổi C1

Mức độ	Kĩ năng rửa tay		Kĩ năng rửa mặt		Cắt và sắp xếp đồ dùng cá nhân	
	Đạt	Tỉ lệ %	Đạt	Tỉ lệ %	Đạt	Tỉ lệ %
Tốt	5	20%	4	16%	9	36%
Khá	9	36%	9	36%	10	40%
Trung bình	11	44%	12	48%	6	24%

Nhìn vào bảng khảo sát trên tôi nhận thấy lớp mình đa số trẻ còn vụng về trong thao tác vệ sinh cá nhân. Những kiến thức cơ bản về vệ sinh cá nhân trẻ đều chưa nắm được, trẻ chưa có kỹ năng rửa tay bằng xà phòng, chưa biết rửa mặt đúng quy trình. Điều đó càng thôi thúc tôi đi sâu tìm tòi một số biện pháp tốt nhất để giúp trẻ rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân.

2. Cơ sở lý luận và cơ sở thực tiễn của biện pháp.

2.1. Cơ sở lý luận.

Đối với trẻ mầm non việc rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ có vai trò quan trọng, góp phần tích cực vào việc phát triển nhân cách toàn diện, đặc biệt là kỹ năng làm vệ sinh cá nhân, kỹ năng lao động học tập và sinh hoạt.

Trẻ mầm non “Học bằng chơi, chơi bằng học”, nhận thức của trẻ đi từ thử nghiệm đến nhận biết, hiểu và trải nghiệm cuộc sống để biến thành vốn hiểu biết và kinh nghiệm của cá nhân. Trẻ 3 - 4 tuổi chưa ý thức được mục đích hoạt động của mình, thường thiếu chủ động, nhiều khi hành động theo ý thích của mình, ngẫu hứng. Đồng thời khả năng tự điều khiển bản thân còn yếu, trẻ chưa tin vào khả năng của chính mình, do đó cô giáo cần rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ là rất cần thiết vì nó hình thành ở trẻ kỹ năng, thói quen hành vi có văn hóa, giúp trẻ có sức khỏe tốt ảnh hưởng đến tư duy, tưởng tượng và trí tuệ của trẻ sau này.

2.2. Cơ sở thực tiễn.

Trường MN Trung Lập nằm ở Trung tâm xã, giao thông đi lại thuận tiện. Trường có hai khu, chia làm 16 lớp với tổng số 420 trẻ, riêng khối 3 tuổi có 4 lớp với tổng số 104 trẻ. Khung cảnh nhà trường khang trang mang tính sư phạm, môi trường cảnh quan sạch đẹp.

Khi thực hiện biện pháp “Rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ mẫu giáo 3 – 4 tuổi” tôi gặp những thuận lợi và khó khăn sau:

Thuận lợi.

Nhà trường cung cấp đầy đủ các đồ dùng cần thiết cho lớp phục vụ cho công tác chăm sóc vệ sinh như: Xà phòng rửa tay, xà phòng giặt, khăn mặt, nước lau sàn...nên cũng có nhiều thuận lợi.

Ban giám hiệu quan tâm sâu sát trong công tác kiểm tra, chỉ đạo theo từng chủ đề.

Trẻ mạnh dạn, tự tin, hứng thú, tích cực tham gia các trò chơi, sức khỏe của trẻ khá đồng đều.

Bản thân nhiệt tình, tâm đắc với đề tài, thường xuyên rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ.

Phụ huynh ủng hộ nhiệt tình, quan tâm đến sức khỏe của con mình.

Khó khăn.

Trẻ cùng độ tuổi song nhận thức của mỗi trẻ có sự khác biệt, có trẻ còn chậm chạp, chưa mạnh dạn, tự tin trong giao tiếp, thiếu tập trung, dễ nhớ, mau quên, chưa có nhiều kinh nghiệm.

Kỹ năng tự phục vụ của nhiều trẻ còn hời hợt như kỹ năng rửa tay, rửa mặt, kỹ năng cất đồ dùng cá nhân. Khả năng hợp tác chia sẻ với cô, với bạn còn hạn chế.

Một số phụ huynh còn cho rằng trẻ nhỏ chưa cần thiết phải làm một số công việc vệ sinh cá nhân, cho rằng trẻ không làm được, làm hộ trẻ.

Giáo viên chưa coi trọng việc rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ, còn nhiều hạn chế về việc hướng dẫn một số thao tác, kỹ năng cho trẻ.

3. Áp dụng biện pháp

Để đề tài đạt kết quả tốt giáo viên cần phải nắm được đặc điểm tâm sinh lý của từng trẻ, thường xuyên cho trẻ được thực hành vệ sinh rửa tay, rửa mặt... để trẻ có những thói quen tốt, vận dụng linh hoạt các biện pháp đối với từng cá nhân trẻ. Cô phải là người có năng lực sư phạm, với mỗi việc trẻ làm đúng cô dùng lời động viên khuyến khích trước tập thể lớp để trẻ khác noi theo, với những trẻ có những kỹ năng chưa tốt cô phải nhắc nhở kịp thời. Có rất nhiều biện pháp để rèn vệ sinh cá nhân cho trẻ mẫu giáo 3 – 4 tuổi, nhưng với kinh nghiệm của bản thân ở đề tài này tôi xin đưa ra một số biện pháp sau:

Biện pháp 1. Nghiên cứu tài liệu, lập kế hoạch.

Như chúng ta đã biết công tác vệ sinh cực kỳ quan trọng với sức khỏe con người, đặc biệt là trẻ thơ. Được sự hỗ trợ của Ban giám hiệu cấp phát một số tài liệu như: Bé giữ gìn vệ sinh, bé sạch, thực hành vệ sinh, Phòng giáo dục – đào tạo đã cấp phát tài liệu cho các trường để giáo viên tham khảo và hướng dẫn cho trẻ, giáo viên kết hợp cùng với phụ huynh thực hành các thao tác vệ sinh và một số thói quen, hành vi văn minh cho trẻ.

Không những thế tôi còn truy cập trên mạng internet để tìm ra cách rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân trẻ nhanh nhất và thu hút được tất cả trẻ cùng hứng thú tham gia.

Ngay từ đầu năm học tôi đã lập kế hoạch rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân trẻ đưa vào các chủ đề “Dinh dưỡng sức khỏe, bản thân, gia đình...”. Có thể rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân trẻ vào thời điểm nào là tốt nhất “Đón trả trẻ, hoạt động vui chơi, lao động, vệ sinh, mọi lúc mọi nơi”. Bên cạnh đó tôi đã lập kế hoạch xây dựng những tiết mẫu có những nội dung dạy trẻ rửa tay bằng xà phòng, rửa mặt thông qua thực hành dưới hình thức hoạt động vui chơi vào các chủ đề để giúp trẻ ghi nhớ nhanh. Tạo nề nếp, thói quen, kỹ năng cho trẻ bằng cách theo dõi, sửa sai, thực hiện thường xuyên.

Ví dụ: Chủ đề: “Bản thân” tôi kể cho trẻ nghe câu chuyện “Đôi bàn tay sạch của bé” qua câu chuyện giáo dục trẻ phải biết rửa tay sạch sẽ trước khi ăn, sau khi nghịch bẩn, và sau khi đi vệ sinh để đôi bàn tay của mình luôn sạch sẽ. Để rèn cho trẻ mẫu giáo 3 – 4 tuổi có thói quen giữ gìn vệ sinh cá nhân tốt, giáo viên cần nắm vững các phương pháp tổ chức bồi dưỡng kiến thức và các bước thực hiện thao tác vệ sinh cá nhân cho trẻ. Trẻ phải biết rửa tay bằng xà phòng theo 6 bước:

Bước 1. Làm ướt tay dưới vòi nước. Xoa xà phòng vào lòng bàn tay. chà sát hai lòng bàn tay.

Bước 2. Dùng ngón tay và lòng bàn tay này cuốn và xoay lần lượt từng ngón của bàn tay kia và ngược lại.

Bước 3. Dùng lòng bàn tay này chà sát lên mu bàn tay kia và ngược lại.

Bước 4. Dùng đầu ngón tay của bàn tay này miết vào kẽ giữa các ngón tay của bàn tay kia và ngược lại.

Bước 5. Chụm năm đầu ngón tay của tay này cọ vào lòng bàn tay kia bằng cách xoay đi xoay lại.

Bước 6. Xả cho tay sạch hết xà phòng dưới nguồn nước sạch. Lau khô tay bằng khăn hoặc giấy sạch.

Trong thời điểm đón trẻ, tôi cho trẻ nghe những bài hát về đôi bàn tay, hay những câu chuyện bài thơ về rửa tay, rửa mặt...cô ngồi gần trẻ hướng dẫn trẻ từng thao tác rửa tay, rửa mặt, cách gấp quần áo, cất đồ dùng vệ sinh cá nhân. Trước hết tôi trò chuyện với trẻ, cho trẻ đọc các bài thơ, bài hát về giáo dục vệ sinh.

Ví dụ: Bài thơ “Tay sạch” khi trẻ đọc xong tôi đã đặt những câu hỏi gợi ý cho trẻ trả lời. Vì sao phải rửa tay trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh, khi tay bẩn? Vì sao phải rửa tay bằng xà phòng? Vì sao phải rửa kỹ lòng bàn tay, kẽ ngón tay? Sau đó cô làm mẫu cho trẻ xem từng động tác rõ ràng, chậm, để tất cả trẻ đều được quan sát, cho trẻ làm cùng với cô từng thao tác mô phỏng. Khi trẻ đã làm quen tôi giảm dần sự giúp đỡ, cho trẻ tự làm hoàn toàn. Tuy nhiên tôi luôn quan sát, động viên trẻ khi trẻ làm đồng thời giúp trẻ sửa những động tác chưa đúng bằng cách động viên, khuyến khích trẻ kịp thời. Khi trẻ thuần thục cô mới cho trẻ rửa trực tiếp trên vòi nước. Với kỹ năng rửa tay, rửa mặt, đánh răng kết hợp với việc hướng dẫn luyện tập hàng ngày tôi còn sưu tầm những bài thơ phù hợp để trẻ dễ nhớ các thao tác vệ sinh.

Biện pháp 2: Xây dựng môi trường vệ sinh cho trẻ.

Công việc của giáo viên mầm non chăm sóc trẻ là việc làm quan trọng số một không thể thiếu được. Muốn đứa trẻ phát triển tốt thì phải chăm sóc tốt, có sức khỏe tốt. Vì thế tôi đã tạo môi trường trong lớp giành riêng một góc để truyền truyền về dinh dưỡng sức khỏe và chăm sóc trẻ. Tôi chụp những hình ảnh rèn kỹ năng vệ sinh cho trẻ như rửa tay, rửa mặt, cất đồ dùng cá nhân đúng nơi quy định, phòng chống một số bệnh thường gặp như bệnh “Tay chân miệng, tiêu chảy, thủy đậu, sởi...”. Ở góc này tôi thay đổi theo từng chủ đề cho phù hợp để thu hút sự tập trung chú ý của trẻ vào góc đó chơi, làm một số thao tác vệ sinh cá nhân theo sự hướng dẫn của cô giáo. Từ đó khắc sâu cho trẻ kỹ năng vệ sinh cá nhân thuần thục hơn, trẻ không còn vụng về, lóng ngóng làm 1 số thao tác vệ sinh như buổi đầu trẻ đến lớp.

Không những thế ở trong nhà vệ sinh tôi chụp các bước theo đúng quy trình như: rửa tay, rửa mặt, trực tiếp cho trẻ làm vệ sinh để chụp ảnh, sau đó gắn vào đúng chỗ trẻ rửa tay, rửa mặt. Để khi trẻ quên trẻ có thể nhìn vào các hình ảnh đó trẻ nhớ lại được và rửa đúng các quy trình rửa tay, rửa mặt theo 6 bước không cần cô giáo phải nhắc nhở. Trước khi trẻ vào làm vệ sinh cá nhân tôi phải chuẩn bị đầy đủ đồ dùng vệ sinh cho trẻ như xà phòng, khăn lau tay, nước sạch cho trẻ rửa tay, khăn mặt, chậu để khăn. Cô giáo luôn tạo tâm thế vui vẻ, thoải mái, trẻ thích được rửa tay, rửa mặt sạch sẽ, trẻ coi đó là một việc làm rất cần thiết không thể thiếu được trong cuộc sống hàng ngày.

Biện pháp 3: Rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ mọi lúc, mọi nơi, trong mọi hoạt động.

Như chúng ta đã biết, lớp học là ngôi nhà thứ hai của trẻ, ở đó trẻ được học, được chơi, được chăm sóc yêu thương bằng tình yêu của cô giáo – người mẹ hiền thứ hai của trẻ. Trẻ được tham gia vào tất cả các hoạt động: Vui chơi, học tập, lao động, đi dạo, đi tham quan...trẻ đảm bảo an toàn mọi lúc mọi nơi, tinh thần thoải mái, hòa đồng với bạn bè, trẻ tham gia tích cực vào các hoạt động dưới sự hướng dẫn của cô giáo. Qua đó trẻ cảm thấy được an toàn cả về tính mạng và tinh cảm, trẻ được khám phá, trải nghiệm để có tri thức, kỹ năng, kỹ xảo và kinh nghiệm cá nhân tích lũy thông qua các hoạt động hàng ngày của trẻ.

Thông qua giờ đón trẻ.

Khi trẻ được bố mẹ đưa đến lớp điều đầu tiên để giáo dục cho trẻ nề nếp thói quen đó là cất đồ dùng cá nhân của trẻ như: cát mũ, dép, ba lô...vào đúng nơi quy định.

Để rèn cho trẻ có thói quen này ngay từ đầu năm học tôi đã hướng dẫn trẻ cách cất dép phải cất lên giá dép, để dép theo đôi không để chồng chéo lên nhau, còn cất đồ dùng cá nhân mỗi trẻ có 1 ngăn tủ để đồ dùng cá nhân trẻ phải tìm đúng ngăn tủ của mình để cất đồ dùng và dần dần trẻ đã trở thành thói quen.

Giáo dục vệ sinh lồng ghép vào hoạt động có chủ đích.

Thông qua hoạt động học giáo dục trẻ biết giữ gìn vệ sinh thân thể sạch sẽ và hình thành cho trẻ nề nếp, thói quen, kỹ năng làm vệ sinh cá nhân như rửa tay, rửa mặt, cất đồ dùng cá nhân đúng nơi quy định.

Ví dụ: Qua hoạt động khám phá khoa học: Tìm hiểu về “Đôi mắt của bé”, cô trò chuyện với trẻ về đặc điểm, ích lợi của đôi mắt, giúp trẻ có ý thức giữ gìn vệ sinh và bảo vệ đôi mắt. Đôi mắt giúp chúng ta những gì? Nếu mắt bị bệnh không nhìn thấy điều gì sẽ xảy ra? Muốn cho đôi mắt không bị đau các con phải làm gì? Từ đó giúp trẻ biết yêu quý đôi mắt của mình và biết bảo vệ mắt luôn sạch sẽ, không dụi tay lên mắt, rửa mặt thường xuyên đúng quy trình. Qua giờ khám phá “Đôi bàn tay” giáo dục trẻ biết rửa tay sạch sẽ trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh.

Qua hoạt động âm nhạc tôi dạy trẻ hát những bài hát như “Đôi bàn tay xinh”, “Tay thơm tay ngoan” lồng giáo dục trẻ biết yêu quý đôi bàn tay của mình, giữ gìn vệ sinh, bảo vệ đôi bàn tay luôn sạch sẽ.

Thông qua hoạt động vui chơi.

Vui chơi là hoạt động chủ đạo của trẻ mẫu giáo, trẻ “Chơi bằng học, học bằng chơi” thông qua chơi hình thành cho trẻ kỹ năng kỹ xảo, trẻ biết làm mô phỏng một số thao tác đơn giản phản ánh cuộc sống hàng ngày của con người. Trẻ chơi để khám phá trải nghiệm các sự vật hiện tượng xung quanh trẻ.

Ví dụ 1: Trẻ chơi bế em, trẻ biết rửa mặt cho em, tắm, gội đầu, lau khô đầu cho em, rửa tay cho em, mặc quần áo cho em búp bê. Từ đó hình thành cho trẻ kỹ năng kỹ xảo vệ sinh cá nhân một cách tốt nhất. Trẻ biết ăn uống đảm bảo vệ sinh, biết sử dụng các đồ dùng một cách hợp lý.

Ví dụ 2: Trẻ chơi trò chơi đóng vai gia đình, trẻ biết đóng vai bố mẹ, các con. Khi ngủ dậy các con làm vệ sinh như rửa tay, rửa mặt. Sau đó ngồi vào bàn ăn, trước khi ăn phải mời, ăn xong các con phải biết cất dọn đồ dùng vào đúng nơi quy định. Qua trò chơi

đóng vai gia đình trẻ biết làm vệ sinh cá nhân, biết giữ gìn vệ sinh thân thể sạch sẽ, hình thành cho trẻ tính tự lập, tự giác, không ỉ lại người khác.

Thông qua chơi hình thành cho trẻ thói quen, kỹ năng xã hội, kỹ năng giao tiếp, kỹ năng phối kết hợp với các bạn trong nhóm, lớp, kỹ năng tham gia vào các hoạt động mạnh dạn, tự tin hơn.

Thông qua hoạt động lao động

Lao động là một hoạt động nhằm tạo ra sản phẩm vật chất và tinh thần có giá trị trong cuộc sống con người. Đối với trẻ mầm non lao động là hình thành cho trẻ một số kỹ năng, kỹ xảo, lao động đơn giản tự phục vụ chính bản thân trẻ, nhằm thỏa mãn nhu cầu cá nhân cho trẻ như: Rửa tay, rửa mặt, mặc quần áo, cất đồ dùng đồ chơi, xúc cơm, uống nước...Tôi luôn tổ chức dưới dạng trò chơi, động viên khích lệ trẻ để lôi cuốn trẻ tham gia tích cực vào các hoạt động lao động tự phục vụ trẻ.

Ví dụ: Để chuẩn bị vào giờ ăn trẻ phải biết kê bàn ăn, rửa tay, rửa mặt sạch sẽ rồi mới ngồi vào bàn ăn. Tôi luôn khuyến khích trẻ bằng cách đặt các câu hỏi: Trước khi ăn các con phải làm gì? Tại sao phải làm những công việc đó? Kê bàn ăn con kê như thế nào? Kê bàn ăn xong con làm gì? Con rửa tay bằng mấy bước? Là những bước nào?

Thông qua giờ trả trẻ.

Đối với trẻ mầm non chóng nhớ mau quên, vì thế cô giáo phải dạy trẻ ở mọi hoạt động: Thông qua giờ trả trẻ, tôi cho trẻ ngồi thành 3 tổ thi đua nhau xem tổ nào mặc quần áo đúng và đẹp nhất thì tổ đó được cắm cờ, tuyên dương trước lớp. Trong lúc chờ phụ huynh đến đón tôi thường kể cho trẻ nghe những câu chuyện “Đôi bàn tay sạch của bé, Gấu con bị sâu răng, Bác sỹ chim...”. Qua các câu chuyện này cô giáo dạy trẻ phải biết giữ gìn vệ sinh thân thể sạch sẽ, biết làm một số thao tác đơn giản về kỹ năng vệ sinh cá nhân. Cô giáo cần trao đổi với phụ huynh những cháu làm vệ sinh cá nhân chưa thành thạo, để phụ huynh kết hợp với cô giáo rèn cho trẻ làm vệ sinh cá nhân một cách tốt nhất, giúp trẻ có sức khỏe tốt và phát triển một cách toàn diện.

Biện pháp 4: Phối hợp với phụ huynh để rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ.

Gia đình và nhà trường là hai môi trường quan trọng trong việc hình thành cho trẻ nề nếp, thói quen, kỹ năng. Trẻ là tờ giấy trắng khi đặt bút viết lên tờ giấy trắng phải chính xác, ngay ngắn và đẹp để giúp trẻ trở thành con người tốt có ích cho xã hội.

Trong việc chăm sóc, giáo dục vệ sinh và sức khỏe nhằm rèn kỹ năng vệ sinh văn minh bền vững cho trẻ, trước hết giáo viên phải làm tốt công tác tuyên truyền để các bậc phụ huynh nhận thức đầy đủ ý nghĩa và tầm quan trọng trong việc giữ gìn vệ sinh cá nhân cho trẻ. Trong buổi họp phụ huynh đầu năm học tôi đã tổ chức tuyên truyền đến các bậc phụ huynh những nội dung về vai trò quan trọng của việc rèn giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ như: Vì sao phải rửa tay, rửa mặt, thao tác thực hiện để cha mẹ biết cách cần làm gì để giúp trẻ hình thành thói quen giữ gìn vệ sinh cá nhân. Phối hợp với phụ huynh chuẩn bị điều kiện để cho trẻ thực hành các thao tác, kỹ năng rửa mặt, rửa tay khi ở nhà và nhắc nhở trẻ thực hiện thường xuyên.

Nhiều trẻ được bố mẹ chiều không phải làm cái gì, xỏ dép cũng phải mẹ, ăn cơm mẹ xúc. Vì thế phải hình thành cho trẻ tính tự lập, tự giác, không làm hộ trẻ thường xuyên dạy trẻ, động viên khuyến khích kịp thời để trẻ hứng thú làm.

Bên cạnh đó phụ huynh còn dạy trẻ cách phát âm rõ ràng, mạch lạc, nói đủ câu, lễ phép với mọi người trong gia đình. Trẻ biết chào hỏi, thưa gửi không nói chống không. Những trẻ nhút nhát kết hợp với phụ huynh dạy trẻ nói nhiều, thường xuyên trao đổi với trẻ để trẻ mạnh dạn, tự tin, chủ động trong giao tiếp.

Ngoài bảng tuyên truyền của lớp tôi cũng đưa ra một số kỹ năng vệ sinh cá nhân để dạy trẻ, chụp các hình ảnh rửa tay, rửa mặt theo đúng quy trình, nội dung tuyên truyền hấp dẫn, phong phú về giáo dục vệ sinh cá nhân và được thay đổi thường xuyên theo chủ đề để phụ huynh nắm bắt và kết hợp giáo dục trẻ ở nhà. Không những phụ huynh lớp tôi quan tâm chú ý, mà còn lôi cuốn phụ huynh lớp khác. Khi đi qua bảng tuyên truyền họ còn dừng lại đọc và trao đổi với phụ huynh lớp tôi. Nhiều phụ huynh còn hỏi cô giáo cách rửa tay, rửa mặt...

Đánh giá ưu điểm và hạn chế của biện pháp.

Khi thực hiện “Biện pháp rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ mẫu giáo 3 – 4 tuổi” tôi thấy biện pháp này khá hay và cũng dễ dàng thực hiện vì biện pháp này không đòi hỏi về kinh tế khi thực hiện, giáo viên sử dụng vốn kinh nghiệm, điều kiện có sẵn để dạy trẻ. Bên cạnh đó trẻ đã có thói quen rửa tay, rửa mặt hằng ngày, thói quen vệ sinh đúng nơi quy định, biết giữ gìn vệ sinh môi trường.

Tuy nhiên cũng có một số hạn chế của biện pháp đó là: Giáo viên tổ chức thực hiện hoạt động vệ sinh cho trẻ còn hạn chế, không khéo léo, linh hoạt.

Đánh giá kết quả đạt được sau khi áp dụng biện pháp.

Sau khi áp dụng biện pháp tôi đã rất vui mừng khi nhận được kết quả sau:

Mức độ	Trước khi thực hiện đạt tỉ lệ %			Sau khi thực hiện đạt tỉ lệ %		
	Kĩ năng rửa tay	Kĩ năng rửa mặt	Cắt và sắp xếp đồ dùng cá nhân	Kĩ năng rửa tay	Kĩ năng rửa mặt	Cắt và sắp xếp đồ dùng cá nhân
Tốt	20%	16%	36%	92%	88%	92%
Khá	36%	36%	40%	8%	12%	8%
Trung bình	44%	48%	24%	0%	0%	0%

Từ bảng khảo sát trên cho thấy trẻ chủ động tham gia làm vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường, có kỹ năng sống trong việc chăm sóc sức khỏe cho bản thân, hình thành thói quen gọn gàng, ngăn nắp, hành vi văn minh. Biết rửa tay lúc tay bẩn, trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh và rửa mặt đúng thao tác.

III. KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ

1. Kết luận.

Biện pháp “Rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ mẫu giáo 3 – 4 tuổi” không chỉ áp dụng với trẻ lớp 3 tuổi C1 mà có thể áp dụng nhân rộng biện pháp tới tất cả các lớp, tất cả các độ tuổi trong trường mầm non. Không những vậy biện pháp có thể thực hiện ở bất kì nơi đâu, bất kì lúc nào và ở tất cả các lĩnh vực.

Từ việc làm cụ thể và kết quả đã đạt được tôi thấy dạy kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ là một trong những nội dung giáo dục trẻ phát triển toàn diện. Song thực tế giữ gìn vệ sinh cá nhân giúp trẻ có thể lực khỏe mạnh, phòng chống được các loại bệnh. Trẻ khỏe mạnh, nhanh nhẹn là niềm hạnh phúc của mỗi gia đình và của toàn xã hội. Muốn vậy cần giúp trẻ có ý thức, có kỹ năng giữ gìn vệ sinh cơ thể sạch sẽ, vệ sinh cá nhân tự giác và nắm vững các thao tác vệ sinh. Do đó người lớn cần luyện tập cho trẻ những thao tác vệ sinh một cách thành thạo.

Hướng dẫn trẻ nhằm rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ không phải là nhiệm vụ riêng của giáo viên hay phụ huynh mà là nhiệm vụ chung của những người chăm sóc giáo dục trẻ. Do vậy việc tìm ra những biện pháp hướng dẫn trẻ thực hiện các kỹ năng vệ sinh cá nhân là một việc làm rất thiết thực. Vì thế cần tăng cường công tác tuyên truyền với phụ huynh trong việc rèn luyện kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ, tạo ra tiếng nói chung giữa gia đình và nhà trường.

2. Bài học kinh nghiệm.

Qua thực tế tổ chức hoạt động cho trẻ và từ những kết quả đạt được, tôi cũng rút ra được một số bài học kinh nghiệm như sau:

Giáo dục vệ sinh cá nhân giữ vai trò quan trọng trong việc hình thành nhân cách cho trẻ. Vì thế việc giáo dục vệ sinh cá nhân và hình thành kỹ năng làm vệ sinh cá nhân là vấn đề được quan tâm đặc biệt đối với trẻ mẫu giáo.

Giáo viên cần lập kế hoạch cụ thể phù hợp với trẻ, thực hiện kế hoạch một cách nghiêm túc. Tích cực học hỏi, tham khảo tài liệu, sách báo, trên mạng internet, trau dồi kiến thức với đồng nghiệp để tìm ra những biện pháp linh hoạt, sáng tạo nhằm rèn luyện các thao tác chăm sóc, giữ gìn vệ sinh cá nhân cho trẻ.

Thực hiện đúng chương trình, thời gian biểu, nâng cao giờ hoạt động góc, chăm sóc vệ sinh cá nhân...lồng ghép các nội dung phù hợp có liên quan đến giáo dục vệ sinh nhằm giúp trẻ biết giữ gìn vệ sinh thân thể sạch sẽ. Phối hợp các biện pháp thi đua khen thưởng để tạo hứng thú cho trẻ.

Giáo dục trẻ có ý thức tự chăm sóc phục vụ vệ sinh cá nhân là một việc làm phù hợp, mang lại nhiều lợi ích thiết thực góp phần giúp trẻ khỏe mạnh và phát triển toàn diện, trẻ trở thành chủ nhân tương lai với cách sống văn minh và trí tuệ.

3. Đề xuất, kiến nghị.

Để giúp cho quá trình thực hiện tốt Biện pháp “**Rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ mẫu giáo 3 – 4 tuổi**” bản thân tôi xin có một số kiến nghị, đề xuất như sau:

*** Về nhà trường.**

Thường xuyên sinh hoạt bồi dưỡng giáo dục vệ sinh trẻ để nâng cao chuyên môn nghiệp vụ cho giáo viên.

Tăng cường cho giáo viên đi tham quan, dự giờ ở những đơn vị thực hiện tốt rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ. Đầu tư sách, tài liệu có liên quan đến rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ.

*** Về phụ huynh.**

Thường xuyên phối kết hợp với nhà trường, giáo viên để rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ khi ở nhà. Cho trẻ được thực hành một số công việc lao động tự phục vụ để hoàn thiện dần nhân cách cho trẻ, giúp trẻ phát triển một cách toàn diện.

Trên đây là những việc làm thực tế cũng là những kinh nghiệm của bản thân mà tôi đã nghiên cứu thực hiện. Tôi rất mong được sự đóng góp ý kiến của các cấp lãnh đạo và các đồng nghiệp để biện pháp thực hiện có hiệu quả hơn./.

Tôi xin chân thành cảm ơn!

XÁC NHẬN CỦA NHÀ TRƯỜNG

Trung Lập, ngày tháng năm

HIỆU TRƯỞNG

NGƯỜI VIẾT

.....

.....

TÀI LIỆU THAM KHẢO

STT	Tên tài liệu	Tên nhà xuất bản	Năm xuất bản
1	Tâm lý học trẻ em lứa tuổi mầm non	Đại học sư phạm Hà Nội	2007
2	Tài liệu tập huấn hướng dẫn triển khai chương trình “Tăng cường công tác truyền thông và giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ mầm non”	Nhà xuất bản Hà Nội	2010
3	Giáo trình hướng dẫn chương trình chăm sóc giáo dục trẻ mẫu giáo 5 - 6 tuổi	Nhà xuất bản giáo dục	2007

MỤC LỤC

PHẦN I	I. LÝ DO CHỌN ĐỀ TÀI	1
---------------	----------------------	---

MỞ ĐẦU	II. MỤC ĐÍCH	1
	III. KẾT QUẢ ĐẠT ĐƯỢC	2
	IV. ĐỐI TƯỢNG PHẠM VI NGHIÊN CỨU	2
PHẦN II NỘI DUNG	I. CƠ SỞ LÝ LUẬN	2
	II. THỰC TRẠNG	3
	1. Thuận lợi	3
	2. Khó khăn	3
	III. MỘT SỐ BIỆN PHÁP THỰC HIỆN	4
	Biện pháp 1: Nghiên cứu tài liệu, lập kế hoạch	4
	Biện pháp 2: Xây dựng vệ sinh môi trường cho trẻ	6
	Biện pháp 3: Rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ ở mọi lúc, mọi nơi, trọng mọi hoạt động	7
	Biện pháp 4: Phối hợp với phụ huynh để rèn kỹ năng vệ sinh cá nhân cho trẻ	9
	IV. KẾT QUẢ ĐẠT ĐƯỢC	11
PHẦN III KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ	I. NHỮNG ĐÁNH GIÁ CƠ BẢN	12
	II. CÁC KHUYẾN NGHỊ ĐƯỢC ĐỀ XUẤT	12
	1. Bài học kinh nghiệm	12
	2. Đề xuất	13
	TÀI LIỆU THAM KHẢO	14