

BIỆN PHÁP HÌNH THÀNH THÓI QUEN TỰ VỆ SINH THÂN THỂ CHO TRẺ MẪU GIÁO 4 - 5 TUỔI Ở TRƯỜNG MẦM NON TỈNH ĐỒNG THÁP

• Ngô Thị Bình An(*)

Tóm tắt

Những năm gần đây số lượng trẻ tuổi mầm non được đến trường ngày càng nhiều, bên cạnh đó các dịch bệnh ở trẻ em diễn biến ngày một đa dạng, phức tạp hơn, mà sức đề kháng của trẻ rất thấp, nên dễ nhiễm bệnh. Do đó, vấn đề hình thành cho trẻ có thói quen tự vệ sinh thân thể là rất cần thiết. Một số biện pháp được áp dụng như tăng cường rèn luyện ngoài tiết học, lồng ghép vào các hoạt động trong ngày, tổ chức hội thi cho trẻ tự thực hiện các thao tác vệ sinh đã mang lại hiệu quả khá tốt.

Từ khóa: thói quen, tự vệ sinh thân thể, rèn luyện, thao tác vệ sinh, trẻ mẫu giáo.

1. Đặt vấn đề

Việc đảm bảo cơ thể sạch sẽ thường xuyên sẽ giúp trẻ hạn chế bệnh tật, nâng cao sức khỏe, thoải mái hơn trong vui chơi, học hành... đã góp phần vào việc hình thành, phát triển toàn diện, chuẩn bị cho trẻ vào lớp một. Tuy nhiên, hiện nay số trẻ 4 - 5 tuổi có thói quen tự vệ sinh thân thể không nhiều. Vì thế cần có những biện pháp giúp trẻ 4 - 5 tuổi có thói quen tự vệ sinh thân thể thật tích cực.

Với khuôn khổ của bài báo, chúng tôi đưa ra một số ý kiến nhận xét về thực trạng thói quen tự vệ sinh thân thể của trẻ 4 - 5 tuổi ở một số trường mầm non tỉnh Đồng Tháp, đồng thời đề xuất những biện pháp giúp hình thành thói quen tự vệ sinh thân thể của trẻ 4 - 5 tuổi ở trường mầm non.

2. Thực trạng thói quen tự vệ sinh thân thể của trẻ 4 - 5 tuổi ở một số trường mầm non tỉnh Đồng Tháp

Thói quen tự vệ sinh thân thể là những hành vi, là cách sống biết tự giữ gìn thân thể sạch sẽ giúp tăng cường sức khỏe.

Để đánh giá thói quen tự vệ sinh rửa tay, lau mặt của trẻ 4 - 5 tuổi ở một số trường mầm non tỉnh Đồng Tháp, chúng tôi đã tiến hành khảo sát 75 trẻ ở 3 trường mầm non: Trường Mầm non Hồng Gấm (thành phố Cao Lãnh), Trường Mầm non Vĩnh Thạnh và Trường Mầm non Lấp Vò (huyện Lấp Vò). Chúng tôi đánh giá trẻ dựa trên 3 tiêu chí: kiến thức, kĩ năng, thái độ và được chia thành 3 mức độ: tốt, trung bình, yếu.

2.1. Tốt

- Kiến thức

+ Trẻ **nắm chắc** được hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt, **biết rõ** phải dùng xà phòng, khăn sạch, nước sạch để rửa tay, lau mặt: 2đ.

+ Trẻ **nắm chắc được** trình tự, vị trí để lau mặt, rửa tay: 2đ.

+ Trẻ **biết rõ** việc rửa tay, lau mặt giúp tránh bệnh tật lây truyền: 2đ.

- Kĩ năng

+ Trẻ biết dùng xà phòng, nước sạch, khăn sạch gọn gàng khi rửa tay, lau mặt: 2đ

+ Trẻ **thực hiện đúng** theo trình tự, vị trí của hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt: 2đ.

+ Trẻ thực hiện **rất thành thạo** hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt, đảm bảo vệ sinh: 2đ.

- Thái độ

+ Trẻ **chủ động, tự giác, hứng thú** thực hiện hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt: 2đ.

+ Trẻ **tự cố gắng** thực hiện hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt: 2đ.

+ Trẻ **rất hứng thú**, thích thực hiện hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt: 2đ.

2.2. Bình thường

- Kiến thức

+ Trẻ **biết được** hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt, có biết dùng khăn sạch, nước sạch để rửa tay, lau mặt: 1đ.

+ Trẻ **có biết trình tự, vị trí** lau mặt, rửa tay: 1đ.

+ Trẻ **có biết** việc rửa tay, lau mặt giúp tránh bệnh tật lây truyền: 1đ.

- Kĩ năng

+ Trẻ **có cố gắng** dùng xà phòng, nước sạch, khăn sạch gọn gàng hơn khi rửa tay, lau mặt: 1đ.

(*) Sinh viên, lớp ĐHGDMN10C, Khoa Giáo dục Tiểu học - Mầm non, Trường Đại học Đồng Tháp.

+ Trẻ thực hiện **chưa theo trình tự, vị trí** của hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt: 1đ.

+ Trẻ thực hiện **tương đối** hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt, có vệ sinh: 1đ.

- Thái độ

+ Trẻ **chỉ thực hiện khi có mặt giáo viên**: 1đ.

+ Nhờ sự **động viên** của cô, trẻ mới thực hiện hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt: 1đ.

+ Trẻ **không hứng thú lắm** khi thực hiện hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt: 1đ.

2.3. Yếu

- Kiến thức

+ Trẻ thấy **khó khăn** khi nhận biết hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt, dù có sự hướng dẫn của cô, **không biết** dùng khăn sạch, nước sạch để rửa tay, lau mặt: 0đ

+ Trẻ **không biết trình tự, vị trí** để lau mặt, rửa tay: 0đ.

+ Trẻ **không biết việc** vệ sinh rửa tay, lau mặt

giúp tránh bệnh tật lây truyền: 0đ.

- Kỹ năng

+ Trẻ **lúng túng khi sử dụng xà phòng, nước, khăn để** rửa tay, lau mặt: 0đ.

+ Trẻ thực hiện **thiếu hoặc không thực hiện** được theo trình tự, vị trí của hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt: 0đ.

+ Trẻ **chưa thực hiện được** hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt, chưa sạch: 0đ.

- Thái độ

+ Giáo viên **nhắc nhở** trẻ: 0đ.

+ Trẻ **không thực hiện** hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt: 0đ.

+ Trẻ **không hứng thú** (không thích) khi thực hiện hành động vệ sinh rửa tay, lau mặt: 0đ.

Dựa vào tổng điểm của 3 tiêu chí: kiến thức, kỹ năng, thái độ, chúng tôi đánh giá thói quen tự vệ sinh rửa tay, lau mặt của trẻ ở 3 mức độ:

Mức độ	Nội dung	Tổng điểm
Tốt	Trẻ có thói quen tự vệ sinh rửa tay, lau mặt tốt	14 - 18
Bình thường	Trẻ có thói quen tự vệ sinh rửa tay, lau mặt bình thường	9 - 13
Yếu	Trẻ có thói quen tự vệ sinh rửa tay, lau mặt yếu	dưới 9

Kết quả điều tra thực trạng cho thấy, tổng số trẻ đạt loại tốt về thói quen tự vệ sinh rửa tay, lau mặt tốt là 12/75 trẻ chỉ chiếm tỉ lệ 16,6%, có đến 50/75 trẻ đạt loại bình thường chiếm tỉ lệ 67,1% và có 13/75 trẻ loại yếu chiếm tỉ lệ 16,2%.

Xem xét kết quả điều tra từ thực trạng thói quen tự rửa tay, lau mặt của trẻ 4 - 5 tuổi ở 3 trường mầm non, chúng tôi nhận thấy rằng các giáo viên chưa quan tâm đúng mức đến việc sử dụng các biện pháp nhằm hình thành thói quen tự rửa tay, lau mặt cho trẻ 4 - 5 tuổi, từ đó có ảnh hưởng chưa tốt đến thói quen tự rửa tay, lau mặt của trẻ.

3. Một số biện pháp nhằm hình thành thói quen tự vệ sinh thân thể của trẻ 4 - 5 tuổi ở trường mầm non tỉnh Đồng Tháp

3.1. Cơ sở định hướng việc xây dựng biện pháp hình thành thói quen tự vệ sinh thân thể của trẻ 4 - 5 tuổi

Để xây dựng các biện pháp, chúng tôi dựa trên một số cơ sở như: quan điểm chú ý đặc điểm cá nhân từng trẻ, quan điểm hoạt động, quan điểm "Giáo dục lấy trẻ làm trung tâm".

3.2. Biện pháp hình thành thói quen tự vệ sinh thân thể của trẻ 4 - 5 tuổi

Biện pháp 1: Lồng ghép giáo dục kỹ năng vệ sinh rửa tay, lau mặt vào các hoạt động trong ngày.

Mục tiêu của biện pháp: Thông qua các hoạt động trong ngày, giúp trẻ tiếp thu bài nhanh, hiểu được tầm quan trọng của việc tự vệ sinh rửa tay, lau mặt và thực hiện thao tác rửa tay, lau mặt một cách thuần thực giúp bảo vệ thân thể.

Nội dung của biện pháp: Giáo dục trẻ vệ sinh ở mọi lúc mọi nơi trong giờ học, giờ chơi, các hoạt động vui chơi hay các hoạt động khác. Ví dụ: Trong giờ đón trẻ, trò chuyện với trẻ, khi trẻ thức dậy đã làm những việc gì phục vụ cho bản thân, trẻ có tự làm vệ sinh (đánh răng, rửa mặt...).

Cách thức tiến hành biện pháp: Thời điểm tổ chức là vào các hoạt động trong ngày. Địa điểm tổ chức mọi lúc, mọi nơi. Tổ chức cung cấp kiến thức và quy trình thực hiện thao tác vệ sinh rửa tay, lau mặt cho trẻ thật thuần thực.

Các bước tiến hành: Cô lên kế hoạch tổ chức → Xác định mục đích, yêu cầu → Chuẩn bị dụng cụ, đồ dùng → Chọn thời gian và địa điểm thực hiện → Tiến hành thực hiện (trẻ thực hiện thao tác vệ sinh, cô theo dõi, động viên, khen ngợi kịp thời trẻ) → Kết thúc hoạt động: Cô cho trẻ cất đồ dùng đúng nơi quy định. Tổng kết, đánh giá, khen thưởng và rút kinh nghiệm.

Biện pháp 2: Tăng cường cho trẻ tự thực hiện kỹ năng vệ sinh rửa tay, lau mặt ngoài tiết học.

Mục tiêu của biện pháp: Nhằm giúp trẻ nắm vững thao tác vệ sinh rửa tay, lau mặt, phát triển tính tích cực, tự giác vệ sinh thân thể khi cần thiết.

Nội dung của biện pháp: Trẻ tự rửa tay, lau mặt sau khi đi vệ sinh, trước và sau các hoạt động trong ngày (ăn, ngủ, vui chơi...).

Cách thức tiến hành biện pháp: Khi tổ chức cho trẻ thực hiện kỹ năng vệ sinh rửa tay, lau mặt, giáo viên nên tổ chức dưới hình thức hoạt động vui chơi, hoạt động lao động tự phục vụ. Giáo viên cần cung cấp, trao đổi với trẻ về lợi ích của việc vệ sinh thân thể, rửa tay, lau mặt.

Các bước tiến hành: Cô lên kế hoạch tổ chức → Xác định mục đích, yêu cầu → Cô giới thiệu nội dung của hoạt động sắp tiến hành, những đồ dùng cần có trong hoạt động đó → Cô giới thiệu thao tác mẫu và hướng dẫn cho trẻ làm theo → Trẻ tiến hành làm, cô theo dõi, động viên, khen ngợi và giúp đỡ trẻ kịp thời → Kết thúc: trẻ thu dọn, cất đồ dùng, cô khen ngợi trẻ.

Biện pháp 3: Tổ chức hội thi cho trẻ tự rửa tay, lau mặt.

Mục tiêu của biện pháp: Tạo động lực thúc đẩy sự vui thích và tạo được nề nếp thói quen cho trẻ, nhằm rèn luyện thói quen rửa tay, lau mặt cho trẻ.

Nội dung của biện pháp: Qua các hội thi trẻ biết được ý nghĩa, cách tự thực hiện các thao tác một cách thành thạo, nhanh, gọn và đảm bảo vệ sinh.

Cách thức tiến hành biện pháp: Thời gian tổ

Bảng 1. So sánh kết quả thử nghiệm khảo sát thói quen tự vệ sinh rửa tay, lau mặt ở 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm qua hội thi “Bé chăm ngoan, sạch đẹp” ở 2 trường Mầm non Vĩnh Thạnh và Hồng Gấm

Tên trường	Nhóm	Số trẻ	Xếp loại					
			Loại Tốt (MĐ1)		Loại BT (MĐ2)		Loại Yếu (MĐ3)	
			SL	TL(%)	SL	TL(%)	SL	TL(%)
Trường MN Vĩnh Thạnh	ĐC	25	3	12	15	60	7	28
	TN	25	4	16	17	68	4	16
Trường MN Hồng Gấm	ĐC	25	3	12	17	68	5	20
	TN	25	5	20	13	52	7	28

Từ kết quả bảng 1 cho thấy thói quen tự vệ sinh thân thể của trẻ 4 - 5 tuổi ở 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm của 2 trường mầm non như sau:

- Ở Trường Mầm non Vĩnh Thạnh: Nhóm đối chứng: MĐ1: 12%, MĐ2: 60%, MĐ3: 28%; Nhóm thực nghiệm: MĐ1: 16%, MĐ2: 68%, MĐ3: 16%.
- Ở Trường Mầm non Hồng Gấm: Nhóm đối

chức và số lượng tham gia tùy thuộc vào hình thức giáo viên tổ chức và kinh phí hỗ trợ (thi đua giữa các trẻ trong lớp thì tổ chức vào các hoạt động phù hợp trong ngày, thi đua giữa các lớp với nhau hoặc các trẻ trong trường thì có 1 buổi dành riêng cho trẻ hoặc 1 ngày nghỉ thứ 7, chủ nhật...).

Các bước tiến hành: Cô lên kế hoạch tổ chức → Xác định mục đích, yêu cầu → Chuẩn bị dụng cụ và đồ dùng cho trẻ → Chọn thời gian và địa điểm; thành phần tham gia là trẻ mẫu giáo 4 - 5 tuổi → Tiến hành cuộc thi (trẻ tiến hành, cô theo dõi, động viên, khen ngợi kịp thời đối với trẻ) → Kết thúc: trẻ thu dọn, cất đồ dùng. Tổng kết, đánh giá, khen thưởng và rút kinh nghiệm.

3.3. Thử nghiệm và kết quả sư phạm

Cách thử nghiệm sư phạm:

Chúng tôi đã tiến hành thử nghiệm cho trẻ tham gia các hội thi ở 2 trường mầm non thuộc tỉnh Đồng Tháp: Trường Mầm non Hồng Gấm (thành phố Cao Lãnh) và Trường Mầm non Vĩnh Thạnh (huyện Lấp Vò).

Mỗi trường chúng tôi chọn 50 trẻ gồm 25 trẻ nhóm đối chứng (ĐC) và 25 trẻ nhóm thực nghiệm (TN). Cả hai nhóm tương đương với nhau về mặt thể chất và tâm sinh lí. Ở cả hai nhóm, chúng tôi sử dụng cùng một nội dung bài dạy như quy định của chương trình; tuy nhiên với nhóm thực nghiệm, hình thức, phương pháp tổ chức được áp dụng theo những biện pháp mà đề tài nghiên cứu đề xuất.

Kết quả thử nghiệm sư phạm:

chứng: MĐ1: 12%, MĐ2: 68%, MĐ3: 20%; Nhóm thực nghiệm: MĐ1: 20%, MĐ2: 52%, MĐ3: 28%.

Từ kết quả trên, chúng tôi có thể rút ra kết luận: nhìn chung thói quen tự vệ sinh thân thể của trẻ nhóm đối chứng và thực nghiệm ở 2 trường là tương đương nhau, không có sự khác biệt lớn và đều còn ở mức bình thường.

Bảng 2. So sánh kết quả thử nghiệm kiểm chứng thói quen tự vệ sinh rửa tay, lau mặt của trẻ 4 - 5 tuổi ở nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm qua hội thi “Tay thơm, tay ngoan” ở 2 trường mầm non Vĩnh Thạnh và Hồng Gấm

Tên trường	Nhóm	Số trẻ	Xếp loại					
			Loại Tốt (MĐ1)		Loại BT (MĐ2)		Loại Yếu (MĐ3)	
			SL	TL (%)	SL	TL (%)	SL	TL (%)
Trường MN Vĩnh Thạnh	ĐC	25	8	32	12	48	5	20
	TN	25	18	72	4	16	3	12
Trường MN Hồng Gấm	ĐC	25	9	36	10	40	6	24
	TN	25	19	76	4	16	2	8

Kết quả thu về từ bảng 2 cho thấy, mức độ thói quen tự vệ sinh thân thể của cả hai nhóm đều tăng lên một phần là do trẻ có được một ít kinh nghiệm từ các lần trước nên trẻ thao tác thành thạo hơn, trẻ có hứng thú hơn, trong đó nhóm thực nghiệm tăng mạnh, cụ thể:

- Trường Mầm non Vĩnh Thạnh: Nhóm đối chứng: MĐ1: 32%, MĐ2: 48%, MĐ3: 20%; Nhóm thực nghiệm: MĐ1: 72%, MĐ2: 16%, MĐ3: 12%.

- Trường Mầm non Hồng Gấm: Nhóm đối chứng: MĐ1: 36%, MĐ2: 40%, MĐ3: 24%; Nhóm thực nghiệm: MĐ1: 76%, MĐ2: 16%, MĐ3: 8%.

Qua quan sát, tìm hiểu tình hình thực tế của trẻ thông qua các hội thi ở cả 2 trường mầm non Vĩnh Thạnh và Hồng Gấm, chúng tôi nhận thấy rằng, trẻ ở nhóm thực nghiệm tham gia hội thi rất tốt, trẻ có hiểu biết về hành động rửa tay, lau mặt, biết các yêu cầu, cách thực hiện, ý nghĩa của hành động rửa tay, lau mặt. Thực hiện đúng các yêu cầu một cách tự giác, có thái độ đúng, thực hiện thành thạo hành động rửa tay, lau mặt, đảm bảo vệ sinh. Đồng thời, trẻ ở nhóm đối chứng các mức độ đều có tăng nhưng sự tăng lên rất ít, không đáng kể. Điều này chứng

minh các hình thức và biện pháp đưa ra là phù hợp, hiệu quả, tác động tốt đến trẻ, góp phần hình thành thói quen tự vệ sinh thân thể của trẻ 4 - 5 tuổi.

4. Kết luận

Qua bài báo ta thấy rằng việc tập cho trẻ thói quen tự thực hiện thao tác vệ sinh rửa tay, lau mặt để giữ cho thân thể luôn sạch sẽ, tránh được các vi khuẩn gây bệnh, giúp hình thành ở trẻ tính cẩn thận và tự bảo vệ bản thân mình. Những thói quen này có thể được hình thành vững chắc từ lứa tuổi mẫu giáo, ở lứa tuổi này trẻ rất dễ nhạy cảm và nhanh chóng tiếp thu những điều học được ở trường và hình thành dấu ấn lâu dài, đây là một trong những yêu cầu cần đạt để góp phần thực hiện thành công mục tiêu giáo dục mầm non, đó là giúp cho trẻ hình thành - phát triển về thể chất, tình cảm, trí tuệ, thẩm mỹ những yếu tố đầu tiên của nhân cách và chuẩn bị cho trẻ em vào lớp một. Qua đó, ta thấy việc áp dụng những biện pháp trên cho trẻ 4 - 5 tuổi có thói quen tự vệ sinh thân thể ở trường mầm non là rất cần thiết và cần được áp dụng ngay vào thực tế.

Tài liệu tham khảo

- [1]. Nguyễn Thị Phong, Trần Thanh Tùng (2001), *Vệ sinh trẻ em*, NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.
- [2]. Nguyễn Ánh Tuyết, Nguyễn Như Mai, Đinh Kim Thoa (2002), *Tâm lý học trẻ em lứa tuổi mầm non*, NXB Đại học Sư phạm.
- [3]. Trần Thị Ngọc Trâm, Lê Thu Hương, Lê Thị Ánh Tuyết (2009), *Hướng dẫn tổ chức thực hiện chương trình giáo dục mầm non, mẫu giáo nhỡ (4 - 5 tuổi)*, NXB Giáo dục Việt Nam.
- [4]. Đinh Văn Vang (2008), *Giáo trình giáo dục học mầm non*, NXB Giáo dục.

Summary

In recent years, the number of pre-school age children attending schools has been dramatically increasing. Along with this, epidemic diseases in children have been happening more diversely and complicatedly, meanwhile children are easily susceptible to these diseases because of their low physical resistance. Hence, it is necessary to form habits of personal hygiene for children. This article aims to introduce some measures applicable as extracurricular exercises integrated into the daily activities and effective models of contests in which children have to perform acts of personal hygiene.

Keywords: habits of personal hygiene, extracurricular exercises, hygiene operations.

Ngày nhận bài: 23/5/2014; ngày nhận đăng: 19/9/2014.