**CỘNG HOÀ XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM  
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc**

**BÁO CÁO SÁNG KIẾN**

**ĐỀ TÀI: MỘT SỐ BIỆN PHÁP GIÚP TRẺ CÓ THÓI QUEN GIỮ GÌN VỆ SINH CÁ NHÂN.**

**1. Mô tả bản chất của sáng kiến:**

Sức khoẻ là vốn tài sản quý giá nhất của mỗi con người và của quốc gia, có nhiều yếu tố liên quan mật thiết với nhau, tác động ảnh hưởng đến sức khoẻ con người trong đó chăm sóc sức khoẻ cho trẻ em là việc làm hết sức cần thiết. Mỗi cá nhân, gia đình, 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 kĩ năng sống đơn giản ban đầu, góp phần tạo cơ hội cho trẻ sống, phát triển một cách khoẻ mạnh.

Trẻ em là thời kì cơ thể đang phát triển, hệ thần kinh chưa hoàn chỉnh, sức chống đỡ với bệnh tật nói chung cũng như khả năng thích ứng của da còn yếu nên trẻ dễ mắc bệnh nhiễm khuẩn cũng như dễ bị ảnh hưởng của yếu tố thời tiết và môi trường. Vì vậy, việc giáo dục trẻ em có thói quen vệ sinh dựa trên sự hình thành phản xạ có điều kiện sẽ giúp trẻ có được những thói quen tốt có lợi cho sức khoẻ.

**1.1. Các giải pháp thực hiện, các bước và cách thức thực hiện:**

Trước khi bước vào nghiên cứu vấn đề, tôi nghĩ rằng việc đầu tiên tôi cần phải làm đó là phải chuẩn bị tất cả các điều kiện tốt nhất dành cho trẻ thực hiện, bên cạnh đó tôi nghĩ chỉ có điều kiện không thì chưa đủ mà các điều kiện đó phải cần đảm bảo tính an toàn tuyệt đối dành cho trẻ, luôn tạo hứng thú cho trẻ. Nên tôi đã đưa ra giải pháp đầu tiên cho nội dung nghiên cứu đó là:

**Giải pháp 1.Giáo dục trẻ qua hoạt động vệ sinh.**

Đối với trẻ nhỏ để có một sức khỏe tốt, có được sự phát triển toàn diện thì vấn đề cần đảm bảo đầu tiên là vệ sinh cá nhân cho trẻ.

Ngay từ đầu năm học, công việc đầu tiên của tôi dành cho trẻ đó là giáo dục vệ sinh cá nhân. Ở hoạt động này, tôi chuẩn bị đầy đủ đồ dùng vệ sinh cá nhân như: Ca, xô, chậu, nước, khăn, xà phòng…để đảm bảo đồ dùng cá nhân cần thiết cho trẻ. Tôi trực tiếp hướng dẫn từng cháu một các thao tác vệ sinh cơ bản, từ đánh răng, rửa mặt, lau mặt, rửa tay…Sau đó tôi cho trẻ tự thực hiện để tôi kiểm tra **(Hình 1).**

Với hoạt động vệ sinh rửa tay với xà phòng, đối với trẻ nhỏ thao tác thật khó khăn không giống như trẻ lớn. Trẻ chỉ “ nghịch nước với xà phòng” không theo hướng dẫn của cô vì trẻ chưa hiểu hết tầm quan trọng của việc rửa tay với xà phòng trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh. Trước hết tôi trò chuyện với trẻ, cho trẻ đọc các bài thơ, bài hát về giáo dục vệ sinh.

Ví dụ: Bài hát: “ Rửa tay trước khi ăn”

*Cô ơi cô! Mẹ cháu dặn*

*Trước khi ăn, phải rửa tay.*

*Mẹ ơi mẹ! Cô giáo dạy*

*Trước khi ăn, phải rửa tay.*

*Hay! Hay ! Hay!.*

Tôi đặt những câu hỏi gợi mở cho trẻ trả lời:

+ Vì sao trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh, tay bẩn phải rửa tay?

+ Vì sao phải rửa tay với xà phòng?

Tôi cho trẻ nói lên suy nghĩ của mình để trẻ ý thức và biết được tầm quan trọng của việc rửa tay với xà phòng. Sau đó tôi cho trẻ thực hiện theo thao tác cùng cô cách rửa tay, rửa đúng quy trình, rửa thật sạch nhưng không bắn nước ra ngoài và tiết kiệm nước. Sau đó tôi cho trẻ lần lượt ra rửa tay, tôi theo dõi, nhắc nhở trẻ…Hằng ngày thành nề nếp và thói quen cho trẻ. Từ đó trẻ có ý thức tự giác biết cách rửa tay và giữ gìn vệ sinh.

Ngoài sự hướng dẫn trực tiếp, tôi còn sử dụng những tranh, ảnh có tính giáo dục vệ sinh cao, như: “ Bé tập đánh răng”, “ Bình kem diệu kỳ”, “Bánh xà phòng xinh”, “ hành vi nào đẹp”…để dán vào phòng vệ sinh bên cạnh những đồ dùng cá nhân của trẻ **(Hình 2).** Trẻ sẽ nhìn thấy hằng ngày, từ đó giúp trẻ có thói quen vệ sinh cá nhân tốt hơn.

Nhờ vậy mà lớp tôi đã có một nhà vệ sinh thật đẹp với những hình ảnh dễ thương. Bên cạnh đó học sinh tôi trở nên nhanh nhẹn hơn, tích cực hơn và thực hiện vệ sinh cá nhân tốt hơn.

**Giải pháp 2. Tạo thói quen vệ sinh qua hoạt động nêu gương.**

Đối với trẻ mầm non, việc chăm sóc sức khỏe là nhiệm vụ hàng đầu. Do vậy, vai trò của người giáo viên hết sức quan trọng. trước tiên là cô giáo phải làm gương cho trẻ; Vì : “ Dạy trẻ như trồng cây non, nếu như trồng cây non tốt thì sau này cây lớn lên sẽ tốt, dạy trẻ nhỏ tốt thì sau này trẻ sẽ thành người tốt”.

Biện pháp dưới đây nhằm động viên, khích lệ tinh thần của trẻ kịp thời đó là hình thức: “Cắm hoa bé ngoan”. Với biện pháp này tôi áp dụng ngay từ đầu năm học. vào những giờ hoạt động đầu giờ tôi đưa ra những tiêu chuẩn bé ngoan và hướng trẻ phải thực hiện theo những tiêu chuẩn đó, đặc biệt là những tiêu chuẩn về giữ gìn vệ sinh cá nhân. Những biện pháp này vừa có ý thức giáo dục vệ sinh cá nhân vừa giúp cho trẻ có thói quen vệ sinh tốt qua việc giám sát của cô giáo, bạn bè.

Tại sao tôi phải dùng biện pháp này, bởi lớp tôi là lớp mẫu giáo nhỡ với số lượng học sinh khá đông, trẻ còn nhỏ nên ý thức về vệ sinh chưa được tốt. chính biện pháp này là một hoạt động giáo dục cho trẻ biết giữ gìn vệ sinh cá nhân. Đây là việc làm cần thiết, thường xuyên và theo trình tự để giữ cho đôi tay của mình luôn luôn sạch sẽ, không bụi bẩn. Tôi thường xuyên kiểm tra, giám sát và hướng dẫn trẻ rửa tay theo đúng trình tự và rửa tay dưới vòi nước chảy, rửa cổ tay trước, rửa mu bàn tay, kẽ tay và các ngón tay, sau đó đến lòng bàn tay. Để trẻ làm đảm bảo vệ sinh, không cắt xén một thao tác nào.

Chính nhờ ý thức trách nhiệm về vệ sinh của các cháu cùng với việc bình chọn phê và tự phê của các bạn trong hoạt động cắm cờ mà lớp tôi dần dần đã đi vào nề nếp vệ sinh cao, trẻ tự giác đi làm vệ sinh mà không cần cô giáo nhắc nhở. Đây là việc làm thường xuyên, trở thành một thói quen thường ngày của trẻ. Bên cạnh đó, tôi còn tặng nhiều phiếu bé ngoan, làm cho trẻ thích thú hơn khi đến lớp. Không những thế, khi trở về nhà trẻ còn nhắc nhở những người thân của mình phải thường xuyên rửa tay để giữ gìn vệ sinh cho bản thân mà chống lại một số dịch bệnh.

**Giải pháp 3.** **Giáo dục vệ sinh cá nhân qua hoạt động góc.**

Trẻ đến trường trong một ngày được tham gia nhiều hoạt động, trong đó hoạt động góc đóng vai trò chủ đạo trong việc chăm sóc, giáo dục trẻ.

Giáo dục vệ sinh thông qua hoạt động góc là một việc làm cần thiết và hiệu quả nhất. Ở lớp tôi phụ trách, tôi đã đưa hoạt động vệ sinh vào hoạt động góc cụ thể như sau:

Ở góc phân vai tôi bố trí riêng cửa hàng, từ cửa hàng này tôi sẽ cho trẻ tham gia vào công việc thực hiện vệ sinh: Cửa hàng bán đồ dùng vệ sinh cá nhân, làm người hướng dẫn vệ sinh cá nhân, phòng khám răng **(Hình 3).** Ngoài ra tôi còn lồng giáo dục vệ sinh qua góc học tập như: Tôi cho trẻ sưu tầm, cắt dán những hành vi vệ sinh tốt thành một bộ sưu tập vệ sinh cá nhân cho trẻ **(Hình 4).** Ở góc nghệ thuật tôi cho trẻ xé dán những đồ dùng vệ sinh cá nhân, trẻ tự tay cắt những mảnh vải bỏ thành những chiếc khăn lau thật xinh xắn, dùng những hộp đựng đông sương để làm thành những cái ca dễ thương để phục vụ cho công tác vệ sinh hằng ngày **(Hình 5).** Qua hoạt động này cũng thấy rõ việc tự làm ra đồ dùng của trẻ để phục vụ cho vấn đề vệ sinh cá nhân.

Những công việc này tôi đã tổ chức cho trẻ thực hiện thường xuyên vào hoạt động góc ở các chủ đề phù hợp. Nhờ vậy hoạt động vệ sinh cá nhân ở lớp tôi luôn đạt kết quả cao và trẻ cũng có thêm nhiều đồ dùng cá nhân do chính trẻ tạo ra.

**Giải pháp 4.Giáo dục vệ sinh thông qua các câu chuyện kể.**

Đây là biện pháp có hiệu quả để giáo dục ý thức giữ gìn vệ sinh cá nhân cho trẻ, bởi trẻ nhỏ rất thích được nghe cô kể chuyện và làm theo những tình tiết xảy ra trong câu chuyện, đặc biệt những câu chuyện có kèm theo hình ảnh minh họa, nó vừa tác động đến sự phát triển tư duy của trẻ thông qua các câu hỏi mang tính giáo dục vệ sinh cá nhân như: “ Gấu con bị sâu răng”, “ Quần áo của tôi ở đâu?”. Ngoài ra tôi tự sáng tạo ra một số câu chuyện để giáo dục những trẻ chưa có ý thức vệ sinh cá nhân tốt như : “ Cậu bé mặt mèo”, “ Ai ngoan sẽ được thưởng”, “ Bình kem ngộ nghĩnh”.

Tôi dùng biện pháp này trong giờ giải lao, giờ mà tôi và trẻ cùng ngồi bên nhau để trò chuyện, thảo luận với nhau, như câu chuyện “ Gấu con bị sâu răng” . Câu chuyện này nói về một chú gấu con thích ăn bánh ngọt nhưng lại lười đánh răng. Một buổi tối Gấu con không đánh răng mà đi ngủ nên bị con sâu răng đục khoét các kẽ răng làm gấu con bị đau nhức răng. Sau khi nghe lời dặn của bác sĩ Gấu con lại chăm chỉ đánh răng. Từ đó răng của chú ngày càng chắc khỏe hơn.

Từ câu chuyện này mà trẻ có thể hiểu rõ hơn về vệ sinh răng miệng, có ý thức đánh răng trước và sau khi ăn, trước và sau khi đi ngủ. “ Răng có đẹp thì cười mới tươi”, răng bị sâu là do tự bản thân mình . Do đó trẻ con muốn có hàm răng đẹp thì cần phải ăn các chất dinh dưỡng hợp lí và thường xuyên đánh răng.

Từ những lần trò chuyện như vậy tôi thấy trẻ có ý thức tốt trong việc giữ gìn vệ sinh răng miệng. Trẻ cười một cách hồn nhiên và số trẻ bị sâu răng giảm đáng kể. Thông qua biện pháp này mà trẻ có thể mạnh dạn tự nhận xét, phê phán về vấn đề vệ sinh của mình, của bạn. Chính vì thế, tôi tin rằng nếu thực hiện tốt biện pháp này sẽ góp phần không nhỏ vào việc giữ gìn vệ sinh cá nhân cho trẻ.

**Giải pháp 5. Giáo dục vệ sinh lồng vào các hoạt động học.**

Tôi lồng công tác giáo dục vệ sinh vào các hoạt động học trong từng môn học tùy theo từng chủ đề, chú trọng vào các chủ đề bản thân, gia đình…

Ví dụ: Qua hoạt động học: Khám phá khoa học “ Tìm hiểu về cơ thể của bé” tôi lồng ghép giáo dục vệ sinh vào vừa nhẹ nhàng vừa lôi cuốn trẻ giúp trẻ nhớ lâu và trẻ rất thích thú qua câu chuyện “ Tại ai?”. Câu chuyện có nội dung:

“ Bạn Mũi tâm sự: Mấy hôm nay tôi bị ngứa như có con gì nằm trong đấy. Còn Mắt thì vừa buồn vừa than: Tôi đỏ tấy lại còn nhức nữa chứ. Không biết vì sao? Khi ra đường cô chủ đeo khẩu trang và kính che tụi mình rồi mà! Mũi và Mắt tìm chưa ra nguyên nhân thì Miệng lên tiếng: “ Tôi nghe tâm sự của hai bạn rồi, các bạn biết không? Chỉ tại cô chủ, mấy hôm nay cô chủ cho tay làm việc nhiều quá, nào là vẽ giữa sân, xếp hình, chơi đùa với các bạn mà không chịu rửa tay còn ngoáy vào bạn Mũi, nhụi vào bạn Mắt làm các bạn đau và ngứa đó thôi. Để Miệng nói với cô chủ phải thường xuyên rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh, khi chơi xong…kẻo còn ảnh hưởng đến bạn Tai, bạn Bụng và cả tôi nữa đấy”. Mắt còn nói thêm: Nhờ Miệng nói với cô chủ là: Khi nào dùng khăn lau chúng tôi phải nhớ rửa tay thật sạch với xà phòng mới lấy khăn lau nhé, kẻo chúng tôi sợ lắm rồi”.

Với chủ đề Gia đình trong giờ Giáo dục âm nhạc, tôi kết hợp vừa dạy hát vừa giáo dục vệ sinh cho trẻ một cách nhẹ nhàng, trẻ trả lời các gợi ý tôi đưa ra một cách hứng thú.

Ví dụ: Qua bài hát: “Chiếc khăn tay” nhạc và lời Văn Tấn. Tôi giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ một cách nhẹ nhàng. “ Chiếc khăn mẹ may cho bạn, bạn rất yêu quí chiếc khăn của mẹ tặng cho mình. Bạn dùng khăn để mỗi khi rửa tay xong bạn lau cho sạch sẽ, để đôi tay không bị bẩn thì áo quần, sách vở cũng được sạch sẽ đấy các cháu ạ. Các con phải học tập bạn giữ vệ sinh cơ thể sạch sẽ nhé.

Qua giờ hoạt động tạo hình: “Nặn 3-4 loại quả” trong chủ đề nghề nghiệp. Ngoài việc chuẩn bị đầy đủ cho trẻ về khăn lau tay ướt trong khi nặn để trẻ lau tay không bôi bẩn, tôi còn giáo dục trẻ yêu quí sản phẩm của bác nông dân làm ra. Khi mẹ mua các loại quả về ăn, các con nhớ để mẹ rửa sạch, gọt vỏ ( tùy theo loại quả).

+ Nhớ trước khi ăn các con phải làm gì?

Các con nhớ rửa tay bằng xà phòng để diệt các con vi trùng bám trên tay nhớ chưa nào!

Qua hoạt động học: Làm quen với toán: “Nhận biết phân biệt to hơn - nhỏ hơn”. Tôi cho trẻ nhận biết, phân biệt to hơn - nhỏ hơn bằng đồ dùng vệ sinh cá nhân của trẻ và bố mẹ ( Khăn mặt to hơn, khăn mặt nhỏ hơn. Bàn chải to hơn, bàn chải nhỏ hơn…) Từ đó trẻ còn hiểu thêm: Người lớn sử dụng đồ dùng to hơn, trẻ con sử dụng đồ dùng nhỏ hơn. Qua bài học tôi không những giáo dục trẻ vệ sinh bằng lời nói mà tôi còn tự sáng tác các bài thơ cho trẻ đọc từ đó trẻ hứng thú và nhớ lâu hơn.

Bài thơ: “ Chiếc bàn chải nhỏ”

*Mẹ mua cho bé*

*Chiếc bàn chải nhỏ*

*In hình gấu trúc*

*Thật là xinh xinh*

*Mỗi sáng thức dậy*

*Bé tự đánh răng*

*Mẹ khen bé giỏi*

*Giữ răng trắng đều*

Hoặc qua giờ học: phát triển ngôn ngữ: Thơ: “ Đôi mắt của em”.Tôi lồng giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ theo cách khác tránh sự lặp lại và nhàm chán cho trẻ. Tôi cho trẻ trò chuyện về đôi mắt.

+ Đôi mắt giúp chúng ta những gì?

+ Nếu mắt bị bệnh, đau không nhìn thấy thì điều gì sẽ xảy ra?

+ Muốn cho đôi mắt sáng trong veo, không bị đau, các con phải làm gì?

Từ đó không những giúp trẻ tiếp thu bài nhanh mà còn hiểu được và biết cách bảo vệ mắt: Không dụi tay bẩn lên mắt, rửa mặt thường xuyên bằng nước sạch, đi ra đường phải có kính bảo vệ mắt…

**Giải pháp 6. Giáo dục vệ sinh thông qua các hoạt động mọi lúc mọi nơi.**

Tôi thường xuyên 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. “Mỗi buổi sáng, trong giờ đón trẻ tôi trò chuyện với trẻ về công việc khi trẻ thức dậy làm những việc gì phục vụ cho bản thân, trẻ tự làm vệ sinh( đánh răng, rửa mặt..) hay phải có sự giúp đỡ của mẹ.

+ Các con chải răng như thế nào? Mẹ cho con dùng loại kem có cay không?

+ Sau khi chải răng xong con thấy miệng thế nào?

+ Các con có thích chải răng không? Vì sao?

+ Ở nhà các con có khăn mặt riêng để rửa mặt không?

+ Con tự lau mặt hay mẹ lau mặt cho con?

+ Khi lau mặt xong con thấy thế nào? Có thoải mái, sảng khoái không?

Tôi cho trẻ nói lên suy nghĩ của mình: Vì sao thích chải răng, rửa mặt sạch. Vì sao không thích?. Sau đó tôi trò chuyện với trẻ về tầm quan trọng của việc đánh răng, rửa mặt, vệ sinh cá nhân cho cơ thể sạch sẽ.

Hay trong giờ hoạt động ngoài trời, tôi lồng giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ bằng những câu chuyện ngộ nghĩnh, hay bài thơ thật gần gũi với trẻ, trẻ rất hứng thú. Ví dụ: Tôi kể cho trẻ nghe câu chuyện: “ Bạn Diệu bị tay-chân-miệng” do không rửa tay bằng xà phòng thường xuyên.

Mấy hôm trước vào một buổi tối bạn Diệu đang ngủ, bỗng dưng bạn lên cơn sốt dữ dội, bạn khóc à lên, ba mẹ bạn chở đến gặp bác sĩ, lúc đó bác sĩ bảo bạn xòe đôi tay ra cho bác sĩ khám thì phát hiện tay bạn có rất nhiều đốm nhỏ li ti màu đỏ mọc trên tay, sau đó bác sĩ xem bàn chân thì cũng thấy như vậy, bạn Diệu sợ quá lại khóc to hơn, bác sĩ ôn tồn hỏi.

+ Hằng ngày cháu có thường xuyên rửa tay bằng xà phòng không?

+ Bạn Diệu trả lời: Dạ cháu rất ít rửa tay ạ.

+ Thế thì đúng rồi căn bệnh của cháu là do không thường xuyên rửa tay bằng xà phòng nên những con vi khuẩn từ đôi tay đã đi vào cơ thể của con khi con cầm thức ăn để ăn đấy.

+ Nghe vậy bạn Diệu nghĩ cũng tại mình làm biếng không chịu rửa tay thường xuyên nên mới bị bệnh như thế này.

+ Bác sĩ dặn dò con cần phải rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh và khi tay bẩn con nhớ chưa nào.

+ Từ đó bạn Diệu luôn nhớ lời bác sĩ dặn, phải rửa tay thường xuyên bằng xà phòng để không bị bệnh mà còn giúp cho cơ thể phát triển khỏe mạnh nữa đấy.

Trong giờ hoạt động ngoài trời như: Dạo chơi sân trường, tôi cho trẻ quan sát các tranh tuyên truyền về giáo dục vệ sinh (Chải răng đúng cách, giữ cho đôi mắt sáng, khỏe, thao tác rửa tay đúng…)

Hay trước giờ ăn, tôi thường xuyên nhắc nhở và cho trẻ rửa tay có sự hướng dẫn, giám sát của cô trẻ ăn xong đánh răng, vệ sinh cá nhân mới vào ngủ.

Khi trẻ ngủ dậy tôi không cho trẻ ra ăn ngay mà cho trẻ đi vệ sinh, sau đó cho trẻ rửa tay, rửa mặt sạch sẽ cho tỉnh táo rồi sau đó mới ăn xế.

Mỗi buổi chiều nêu gương cuối ngày, tôi thường xuyên chú trọng và đưa tiêu chí thi đua: “Học giỏi, chăm ngoan, vâng lời cô, yêu thương bạn và giữ gìn vệ sinh cá nhân sạch sẽ …”. Được các bạn trong lớp bầu chọn và nhất trí thì sẽ được cắm cờ.

Tôi đã tạo môi trường vệ sinh trong lớp như: Vẽ những hình ảnh về chăm sóc- giáo dục vệ sinh, quy trình rửa tay, rửa mặt, đánh răng vui ngộ nghĩnh ở khu vực trẻ làm vệ sinh cá nhân.

Làm bảng tin tuyên truyền với nội dung phong phú, hình ảnh đẹp để tuyên truyền đến các bậc phụ huynh và các cháu.

**Giải pháp 7. Tuyên truyền và phối hợp giữa nhà trường và gia đình.**

Ngoài những biện pháp tôi đã thực hiện ở trên thì một biện pháp không thể thiếu trong việc giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ đó chính là biện pháp phối hợp giữa nhà trường và gia đình.

Như chúng ta đã biết thời gian trẻ đến trường nhiều hơn so với thời gian ở nhà. Những bài học trẻ được học ở trường giúp trẻ phát triển đúng yêu cầu ở độ tuổi, giúp trẻ phát triển một cách toàn diện cả về thể chất lẫn tinh thần và nhận thức, giúp trẻ tự tin, mạnh dạn, tích cực và chủ động khi tham gia các hoạt động cùng cô và bạn. Tuy nhiên để công tác chăm sóc giáo dục trẻ ở trường đạt kết quả tốt nhất, tránh trường hợp cô giáo ở lớp thì giáo dục trẻ thói quen giữ gìn vệ sinh cá nhân còn về nhà cha mẹ lại không nhắc trẻ thực hiện. Chính vì không muốn tình trạng đó xảy ra nên tôi thường xuyên trao đổi với cha mẹ trong những giờ đón trả trẻ, trong các buổi họp cha mẹ về mọi vấn đề có liên quan đến trẻ ở trường và đặc biệt là giáo dục vệ sinh cho trẻ. Bởi ở lớp tôi không phải phụ huynh nào cũng có điều kiện quan tâm đến con em mình. Chính vì vậy mà công tác giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ ở lớp còn gặp nhiều khó khăn. Một số trẻ đến lớp đầu tóc chưa gọn gàng, quần áo ẩm ướt, móng tay không được cắt tỉa…Do đó bản thân tôi trở thành một tuyên truyền viên để vận động phụ huynh cùng thực hiện việc chăm sóc sức khỏe cho trẻ.

Cụ thể như sau: Tôi chủ động trao đổi với phụ huynh về vấn đề vệ sinh cá nhân trong cuộc họp phụ huynh đầu năm. Tại đây tôi sẽ nêu ra yêu cầu cần thiết của trẻ trong công tác thực hiện vệ sinh cá nhân. Phụ huynh nắm được những công việc cần thực hiện cùng phối hợp với giáo viên trong công việc chăm sóc giáo dục trẻ nhằm đem lại kết quả cao.

Ngoài ra, tôi còn trao đổi với phụ huynh về việc chăm sóc, giáo dục vệ sinh cho trẻ trong giờ đón và trả trẻ. Tại thời điểm này, phụ huynh sẽ trao đổi với tôi về thói quen vệ sinh của trẻ ở tại gia đình để có biện pháp giáo dục vệ sinh riêng cho từng cháu. Cũng như tôi đã phản ánh lại công tác vệ sinh của từng cháu ở trường để phụ huynh nắm rõ. Nếu trẻ có hành vi, thói quen tốt thì cô cùng phụ huynh tuyên dương kịp thời, còn những cháu chưa thực hiện tốt thì giáo viên cùng phụ huynh kết hợp để giáo dục cháu.

Ví dụ: trong học kỳ I lớp tôi có cháu Trâm Anh khi đến lớp thì thực hiện vệ sinh rất tốt nhưng khi về nhà thì lại lười đánh răng và hay ăn quà vặt, đến giờ đánh răng thì đòi mẹ bế xuống phòng vệ sinh, khi đến phòng vệ sinh thì chạy lên không chịu đánh răng. Nhờ phụ huynh trao đổi nên tôi có biện pháp kịp thời, hướng dẫn phụ huynh nhắc nhở trẻ bằng cách:

Đặt câu hỏi mang tính gợi mở như: “ Đến giờ đánh răng rồi ai sẽ bôi kem vào bót?”, “ Con và mẹ cùng thi nhau đánh răng nhé!”…

Cho trẻ nghe các bài hát mang tính giáo dục cao như: “Anh tí sún”, “Cái miệng thơm tho”, “ Dũng sĩ tí hon”…khi trẻ đánh răng, rửa mặt…Sau một thời gian cháu Toàn đã có sự thay đổi tốt trong việc thực hiện vệ sinh cá nhân tại nhà.

Ngoài ra hàng quý tôi mời phụ huynh của lớp đến để tuyên truyền, thảo luận về vấn đề giáo dục vệ sinh cho trẻ bằng cách: Tôi sưu tầm những bài viết, những mẫu chuyện vui (Chuyện về chàng lười, Cái răng của tôi đâu) có nội dung về giáo dục vệ sinh để đọc cho phụ huynh nghe.

Bên cạnh đó tôi còn sưu tầm tranh, ảnh về vệ sinh cá nhân treo ở góc tuyên truyền và phát cho phụ huynh mang về nhà xem.

Tôi cũng không quên nhắc nhở phụ huynh nên cho trẻ xem những chương trình trong ti vi về giáo dục vệ sinh khi ở nhà như: “ Con yêu của mẹ”, “ Chúc bé ngủ ngon”…để giáo dục trẻ.

Trong các cuộc họp hội đồng tôi thường đề xuất với nhà trường dành các bản tin phát vào buổi sáng trong giờ đón trẻ và buổi chiều trong giờ trả trẻ. Nội dung các bản tin có lồng ghép giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ và các bệnh thường gặp nguy hiểm nhất trên thế giới hiện nay đó là bệnh viêm đường hô hấp cấp do virut Corona gây ra. Nhà trường ghi nhận những ý kiến đề xuất của bản thân và đã thực hiện thường xuyên có hiệu quả.

Nhờ có những biện pháp trên và được sự ủng hộ nhiệt tình của các bậc phụ huynh nên việc thực hiện vấn đề vệ sinh cá nhân của lớp tôi mang lại hiệu quả cao.

**1.2. Phân tích tình trạng của giải pháp đã biết**

Đối với giáo viên mầm non việc giúp trẻ có thói quen vệ sịnh cá nhân là rất cần thiết trong những năm tháng đầu tiên trẻ đến trường học. Trong tình hình thực tế hiện nay hình thành thói quen vệ sinh cho trẻ được đặt lên hàng đầu khi dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp do vitut Corona gây ra. Vì vậy, giáo viên phải tốn rất nhiều thời gian vào đầu năm học để giúp trẻ có được những thói quen vệ sinh cá nhân cho trẻ. Khi nghiên cứu đề tài **“**Một số biện pháp giúp trẻ có thói quen giữ gìn vệ sinh cá nhân” bản thân tôi đã gặp một số ưu điểm và nhược điểm như sau:

Việc giáo dục thói quen vệ sinh cá nhân cho trẻ là việc làm cần thiết nên đầu năm nhà trường đã trang bị cơ sở vật chất như tủ đựng đồ dùng cá nhân trẻ, kệ dép, đồ dùng đồ chơi cho các cháu đầy đủ cho các cháu tham gia hoạt động, và vận động phụ huynh mua đồ dùng vệ sinh cá nhân cho các cháu đầy đủ như: Xà phòng, bàn chải, khăn mặt…

Bản thân được sự quan tâm của nhà trường, được đi dự các chuyên đề, học hỏi ở đồng nghiệp và được phụ huynh tin tưởng, quan tâm. Bên cạnh, vẫn còn một vài phụ huynh chưa xác định được việc giúp trẻ có thói quen giữ gìn vệ sinh cá nhân cho trẻ là rất cần thiết nên thời gian đầu nhận lớp nhiều trẻ còn thực hiện theo ý thích, chưa tự ý thức được hành động, hành vi của mình, chưa có nề nếp thói quen tốt trong sinh hoạt. Trẻ đến trường còn bỡ ngỡ với một môi trường mới, cô giáo và bạn bè mới và không có sự rèn luyện giáo dục một cách đúng đắn từ phía phụ huynh, những kĩ năng rửa tay bằng xà phòng, đánh răng, rửa mặt trẻ thực hiện chưa đúng qui trình…

Mặc khác, nơi đây đời sống kinh tế của người dân còn gặp rất nhiều khó khăn nên phụ huynh chưa coi trọng đến việc giữ gìn vệ sinh cá nhân cho trẻ, điều này dẫn đến ý thức và thói quen giữ gìn vệ sinh cá nhân của trẻ chưa có. Trẻ chưa có thói quen rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh, chưa rửa trái cây trước khi ăn…..từ đó dẫn đến việc giữ gìn vệ sinh cá nhân chưa cao. Một số cháu được cha mẹ cưng chiều quá mức, muốn gì được nấy, nên việc tạo thói quen vệ sinh cá nhân cho trẻ chưa được thường xuyên. Hơn nữa chưa có sự phối kết hợp với gia đình cùng thực hiện để tạo nề nếp, thói quen vệ sinh cá nhân cho trẻ.

**1.3. Nội dung đã cải tiến, sáng tạo để khắc phục những nhược điểm hiện tại**

Từ thực tế nêu trên, nếu trẻ được chăm sóc tốt và hình thành những thói quen vệ sinh cá nhân cần thiết từ nhỏ thì sẽ tạo thành nền móng vững chắc về sau này.

Là một giáo viên mầm non hằng ngày tiếp xúc với trẻ, tôi luôn trăn trở và tìm mọi cách để có thể hình thành cho trẻ những thói quen, kĩ năng vệ sinh cần thiết. Do đó bản thân tôi luôn tìm tòi và tìm ra những giải pháp, cụ thể là:

Giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ thông qua tất cả các hoạt động trong ngày như: Hoạt động vệ sinh, hoạt động nêu gương, hoạt động góc, hoạt động học, hoạt động mọi lúc mọi nơi…

Bên cạnh đó, xác định được việc giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ không những là trách nhiệm của nhà trường là đủ mà cần phải kết hợp chặt chẽ giữa nhà trường với gia đình. Do đó tôi còn tăng cường phối hợp giữa nhà trường và gia đình trong việc chăm sóc và giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ bằng nhiều cách như: Tuyên truyền qua các cuộc họp phụ huynh, qua giờ đón, trả trẻ, thông qua qua góc phụ huynh, qua đài truyền thanh của trường, tuyên truyền qua nhóm Zalo phụ huynh của lớp.

**1.4. Khả năng áp dụng của sáng kiến:**

Việc áp dụng các giải pháp từ sáng kiến bản thân đã nhận thấy học sinh đã biết thực hiện các thao tác vệ sinh tự phục vụ cho bản thân như: Rửa tay, đánh răng, lau mặt đúng theo quy trình, có ý thức tư giác, thường xuyên mà không cần sự nhắc nhở của cô. Từ những kết quả trên cho thấy các giải pháp mà bản thân nghiên cứu áp dụng đạt được hiệu quả cao.

Ngoài ra những giải pháp nêu trên không những áp dụng tại lớp tôi trong thời gian qua đem lại những kết quả tốt mà được áp dụng ở một số lớp của trường cũng đem lại những kết quả cao theo như các đồng nghiệp đã phản ánh.

**1.5. Các điều kiện cần thiết để áp dụng sáng kiến:**

Nhà trường đầu tư cơ sở vật chất như mua sắm trang thiết bị - đồ dùng phục vụ cho các lớp mẫu giáo từng bước thực hiện theo hướng hiện đại hóa trong công tác giáo dục như phòng vệ sinh, khu vệ sinh cho trẻ thực hiện đánh răng, rửa mặt, rửa tay…sạch sẽ, rộng rãi, đảm bảo cho trẻ thực hiện. Một số đồ dùng khác như gương, lược chải tóc, tranh ảnh, pano, sách báo…

Đồ dùng vệ sinh cá nhân có kí hiệu đảm bảo riêng cho từng trẻ như: bàn chải, kem đánh răng, khăn mặt…

Cha mẹ trẻ cần phải nhiệt tình, có mối quan hệ chặt chẽ với giáo viên và kết hợp với nhà trường để nuôi dạy con cái ngày một tốt hơn.

**1.6. Hiệu quả sáng kiến mang lại:**

Bằng sự kết hợp hài hoà, linh hoạt các phương pháp giải pháp trên, đến nay việc giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ tại lớp tôi đạt được kết quả như sau:

**Đối với bản thân:**

Bản thân tôi tự giác luôn làm gương ở mọi lúc mọi nơi và thông qua các hoạt động hằng ngày tạo được niềm tin ở đồng nghiệp và cha mẹ trẻ, thực sự là tấm gương cho trẻ noi theo.

Bản thân tôi đã tích lũy được nhiều kinh nghiệm hơn trong việc chăm sóc giáo dục thói quen vệ sinh cá nhân cho trẻ. Trong các hoạt động tôi luôn phát huy tính chủ động sáng tạo của trẻ, luôn lấy trẻ làm trung tâm để giáo dục thói quen vệ sinh cho trẻ.

Bản thân đã đạt được được mục tiêu theo kế hoạch đặt ra, tự tin, sáng tạo hơn trong việc dạy giáo dục vệ sinh cá nhân cho trẻ.

Kết hợp chặt chẽ với cha mẹ trẻ, tạo uy tín đối với cha mẹ trẻ và với trẻ, được cha mẹ trẻ tin yêu.

Mạnh dạn khắc phục mọi khó khăn để giúp trẻ có được những thói quen vệ sinh cá nhân từ khi còn nhỏ.

**Đối với trẻ:**

Đến nay tất cả trẻ lớp tôi luôn có thói quen vệ sinh tốt và thường xuyên không cần cô nhắc nhở như: Rửa tay truớc khi ăn, khi tay bẩn và sau khi đi vệ sinh, giữ vệ sinh thân thể, đánh răng sau khi ăn, biết tự rửa mặt khi ngủ dậy, bên cạnh đó còn biết giữ vệ sinh môi trường lớp học…

Trẻ có kĩ năng thực hành vệ sinh như rửa tay với xà phòng, biết đánh răng … theo đúng qui trình.

**Đối với phụ huynh:**

Phụ huynh trẻ thấy rõ con mình có những thay đổi rõ rệt về thói quen vệ sinh cá nhân mà không phải đợi phụ huynh nhắc nhở.

Các bậc phụ huynh yên tâm gửi con tới trường lớp, nơi có các hành vi vệ sinh văn hóa và các cô giáo ở lớp luôn được sự tín nhiệm cao của cha mẹ trẻ.

Phụ huynh tích lũy được rất nhiều kinh nghiệm giáo dục con mình. Đặc biệt một điều đáng mừng là trong thời gian qua tại trường Mẫu giáo Đại Tân và tại lớp Bé Xuân Tây do tôi phụ trách không xảy ra dịch bệnh liên quan đến vấn đề vệ sinh.

**2. Những thông tin cần được bảo mật:** Không có

**3. Danh sách những thành viên đã tham gia áp dụng thử hoặc áp dụng sáng kiến lần đầu:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **TTT** | **Họ và tên** | **Nơi công tác** | **Nơi áp dụng sáng kiến** | **Ghi chú** |
| 1 | Lê Thị Xuân Hạnh | Trường mẫu giáo Đại Tân | Lớp Bé Xuân Tây |  |
| 2 | Võ Thị Diệu | Trường mẫu giáo Đại Tân | Lớp Bé Phú Phong |  |
| 3 | Trần Thị Hai | Trường mẫu giáo Đại Tân | Lớp Bé Mỹ Nam |  |
| 4 | Trần Thị Vui | Trường mẫu giáo Đại Tân | Lớp Bé Mỹ Nam |  |

Trên đây là bản báo cáo sáng kiến “Một số biện pháp giúp trẻ có thói quen giữu gìn vệ sinh cá nhân”. Tuy nhiên trong quá trình thực hiện báo cáo không tránh khỏi những thiếu sót, rất mong nhận được ý kiến đóng góp của Hội đồng khoa học các cấp.