ბაგა-ბაღის აღმზრდელის გზამკვლევი

ჰიგიენის და თავის მოვლის უნარ-ჩვევები
სასწავლო სტრატეგიები

ბაგა-ბაღის აღმზრდელის გზამკვლევი

ჰიგიენის და თავის მოვლის უნარ-ჩვევები

სასწავლო სტრატეგიები

თბილისი, 2015

© საქართველოს განათლებისა და მეცნიერების სამინისტრო, გაეროს ბავშვთა ფონდი.
ნოემბერი, 2015 წელი.

აღმზრდელის სახელმძღვანელო მომზადებულია გაეროს ბავშვთა ფონდის (იუნისეფი) ტექნიკური და ფინანსური მხარდაჭერით.

ავტორი: თამარ ლორია

სამუშაო ჯგუფი: ნანა ფრუიძე, ნინო ცინცაძე, თამთა კუხალეიშვილი, ნინუ კიკნაველიძე, ზურა ალხანიშვილი, მაია ყუფარაძე, თამარ ბაქრაძე, ანა ჯანელიძე, გიორგი მესხიძე, ნინო ბერიანიძე, ნატო ფანჩულიძე, ნია გიუაშვილი

ილუსტრატორი: ია გიგოლაშვილი

სარჩევი:

ნაწილი პირველი:

თემები 2–3 წლის ბავშვებისათვის 5

თემა 1. სუფთა ხელები 9
თემა 2. ჯანმრთელი კბილები 17
თემა 3. ბანაობა 25
თემა 4. ჰიგიენის წესები დახველების და დაცემინების დროს 31
თემა 5. ქოთნის/ტუალეტის მოხმარება 35

ნაწილი მეორე:

თემები 3–5 წლის ბავშვებისათვის 39

პირადი ჰიგიენა
თემა 1. ხელების სისუფთავე 41
თემა 2. ჰიგიენის წესები გაციების დროს 49
თემა 3. კბილების მოვლა და ჰიგიენა 54
თემა 4. ტანის და თმის მოვლა 61
თემა 5. ჰიგიენა საპირფარეშოს მოხმარებისას 69
თემა 6. კვება და სისუფთავე 75

სისუფთავე ჩვენს გარშემო.
თემა 7. სათამაშო ოთახის სისუფთავე 80
თემა 8. ეზო და ჰიგიენა 84

შემაჯამებელი აქტივობები/პროექტები 92

შესავალი

წინამდებარე გზამკვლევი წარმოადგენს ბაგა-ბაღების აღმზრდელებისთვის ჰიგიენის საკითხების სწავლების დამხმარე სახელმძღვანელოს.

სკოლამდელ ასაკში ჰიგიენის საკითხების სწავლება ხელს უწყობს ბავშვებში თავის მოვლის უნარ-ჩვევების განვითარებას და ზრდის დამოუკიდებლობას ყოველდღიურ აქტივობებში. აღნიშნული პროცესი ჯანსაღი ცხოვრების წესის დამკვიდრების საწინდარია და ხელს უწყობს ბაქტერიული და ვირუსული ინფექციების გავრცელების პრევენციას.

გზამკვლევი განკუთვნილია 2-3 და 3-5 წლის ბავშვებთან სამუშაოდ და შეესაბამება როგორც ბავშვის განვითარების სტანდარტს, ასევე ბაგა-ბაღების სააღმზრდელო სასწავლო პროგრამას. ჰიგიენის საკითხები, რომლებიც 5-6 წლის ბავშვებთან სამუშოდ არის განსაზღვრული, გადატანილია სასკოლო მზაობის პროგრამაში (სასკოლო მზაობის პროგრამა. თამაში სწავლისა და განვითარებისთვის. აღმზრდელის სახელმძღვანელო, 2015წ).

კონკრეტულ ასაკობრივ ჯგუფებში აღმზრდელს მოეთხოვება სწორედ იმ უნარ-ჩვევების განვითარებაზე მუშაობა, რომელიც ბავშვის განვითარების სტანდარტის მიხედვით მოცემულია სფეროში - ჯანმრთელობა და ფიზიკური განვითარება, ქვესფერო - ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება, პირადი ჰიგიენა და თავის მოვლის უნარ-ჩვევები (ადრეულ ასაკში სწავლისა და განვითარების სტანდარტი, 2010წ).

გზამკვლევის მეთოდოლოგია - თემატური სწავლება შეესაბამება ბაგა-ბაღების სასწავლო სააღმზრდელო პროგრამას. მსგავსია ისეთი სასწავლო სტრატეგიები, როგორიც არის დემონსტრირება, წრეში შეხვედრა, როლური თამაშები. გზამკვლევში მოცემული თემები შესაძლებელია აღმზრდელმა შეუთავსოს ბაგა-ბაღის სასწავლო სააღმზრდელო პროგრამის ჰიგიენის და ჯანსაღი კვების თემებს (სასწავლო სააღმზრდელო პროგრამა თბილისის ბაგა-ბაღებისთვის, 2012).

გზამკვლევი დაყოფილია ორ ძირითად ნაწილად: 2-3 წლის და 3-5 წლის ბავშვებისთვის. 2-3 წლის ბავშვების ნაწილი მოიცავს შემდეგ თემებს: სუფთა ხელები, ჯანმრთელი კბილები, ბანაობა, ჰიგიენის წესები დახველების და დაცემინების დროს, ქოთნის/ტუალეტის მოხმარება.

ხოლო 3-5 წლის ბავშვების ნაწილი შედგება პირადი ჰიგიენის შემდეგი თემებისგან: ხელების სისუფთავე, ჰიგიენის წესები გაციების დროს, კბილების მოვლა და ჰიგიენა, ტანის და თმის მოვლა, ჰიგიენა საპირფარეშოს მოხმარების დროს, კვება და ჰიგიენა, ასევე საკითხებს, რომლებიც უკავშირდება სისუფთავეს ჩვენს გარშემო - სათამაშო ოთახის სისუფთავე, ეზო და ჰიგიენა.

თითოეული თემა მოიცავს მიზანს და მიზნის მისაღწევად საჭირო აქტივობებს. სახელმძღვანელოს გარკვეული ნაწილი ასევე ეთმობა ფიზიკურ და სოციალურ გარემოს.

გზამკვლევში ასახულია ფიზიკური და სოციალური გარემოს მნიშვნელობა კონკრეტული თემის მიმართ. ფიზიკური გარემო ასახავს იმ ძირითად მახასიათებლებს გარემოში, რომელთა მორგება/ადაპტირება ხელს უწყობს ბავშვებში დამოუკიდებლობის გაზრდას.

სოციალური გარემო მოიცავს აღმზრდელის და თანაშემწის როლს და მშობლებთან თანამშრომლობის სტრატეგიებს მიზნის მიღწევის პროცესში.

ნაწილი 1.

თემები 2–3 წლის ბავშვებისათვის

გზამკვლევის პირველი ნაწილი შედგება 2-3 წლის ბავშვებთან სამუშაოდ განსაზღვრული ხუთი თემისგან: სუფთა ხელები, ჯანმრთელი კბილები, ბანაობა, ჰიგიენის წესები დახველების და დაცემინების დროს, ქოთნის/ტუალეტის მოხმარება.

აღნიშნული თემები ეყრდნობა ბავშვის განვითარების სტანდარტებში მოცემულ თავის მოვლის უნარ-ჩვევებს. მაგალითად: ხელების დაბანა, ცხვირის მოხოცვა უფროსის დახმარებით, კბილების გამოხეხვა უფროსის დახმარებით, ტანსაცმლის ჩაცმა/გახდა, უთასმო ფეხსაცმლის ჩაცმა.

კონკრეტულ თემაზე მუშობისას აღმზრდელს აქვს შემდეგი მიზნები: 1) ბავშვებისათვის იმ ნივთების, მასალის და პროცესის გაცნობა, რომელიც ამა თუ იმ აქტივობის განსახორციელებლად გვჭირდება; 2) ბავშვების დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა კონკრეტული აქტივობის განხორციელებისას.

ყოველ თემაზე, და შესაბამისად, მიზანზეც, მუშაობა წრეში შეხვედრით, დილის წრით იწყება. დილის წრეზე შემოტანილი დრამატული ელემენტები უფრო საინტერესოს გახდის შეხვედრას და წაახალისებს ბავშვების ჩართულობას.

დილის შეხვედრა იწყება ჯადოსნური ტომრის გახსნით, რომლიდანაც ბავშვებისთვის უცნობი სათამაშო (ხელზე ჩამოსაცმელი) კურდღელი ამოდის. ამ შემთხვევაში კურდღელი წარმოდგენილია როგორც ჯანმრთელი კბილების და ჯანსაღი კვების სიმბოლო, თუმცა შესაძლებელია აღმზრდელმა გაითვალისწინოს ბავშვების ინტერესი ნებისმიერი სხვა სათამაშოს მიმართ და გამოიყენოს აღნიშული აქტივობისთვის. მნიშვნელოვანია ეს სათამაშო ბავშვებს წინასწარ არ ჰქონდეთ ნანახი, რაც უფრო გაზრდის მათ ინტერესს აქტივობის მიმართ. ასევე გასათვალისწინებელია, რომ დილის წრის დასრულების შემდეგ კურდღელი ისევ ჯადოსნურ ტომარაში ჩადის, რომელსაც აღმზრდელი შემდეგი შეხვედრისთვის ინახავს.

დილის წრის გარდა თითოეულ თავში მოცემულია სხვადასხვა სახის აქტივობების ნიმუში, რომელიც ეხმარება აღმზრდელს ბავშვებთან კონკრეტულ თემაზე მუშაობაში. რეკომენდებულია აქტივობების მცირე ჯგუფებში განხორციელება და ოთახში სხვადასხვა სათამაშო კუთხეების გამოყენება. ბავშვებში დამოუკიდებლობის წახალისების მიზნით თითოეული თემა მოიცავს რეკომენდაციებს. რეკომენდაციები განსხვავდება იმის მიხედვით, თუ რამდენად არის შესაძლებელი კონკრეტული აქტივობის დამოუკიდებლობის წახალისება ბაღის გარემოში.

რეკომენდაციების ნაწილია ფიზიკური გარემოს მორგება იმ შემთხვევაში, როდესაც აღმზრდელს შეუძლია დამოუკიდებლობის გაზრდაზე მუშაობა ბაღის გარემოში.

აღმზრდელის და თანაშემწის პედაგოგიური მიდგომები, მათი როლი მუშაობის პროცესში და მშობლებთან აქტიური თანამშრომლობის სტრატეგიები მოცემულია ასევე რეკომენდაციების სახით.

ზოგიერთი თავი მოიცავს სპეციალისტების რჩევებს. მაგალითად, ჯანმრთელ კბილებზე საუბრისას გვხვდება სტომატოლოგის რჩევები.

თემა 1.

სუფთა ხელები

მიზანი:
1) ბავშვები გაეცნონ შემდეგ საკითხებს:
- ხელის დასაბანად საჭირო ნივთები
- ხელების დაბანის დრო და პროცესი
2) ბავშვების დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა ხელის დაბანის დროს.

აქტივობა: დილის წრე. შეხვედრა კურდღელთან.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა.

საჭირო მასალა: სათამაშო კურდღელი, სასურველია იყოს ხელზე ჩამოსაცმელი, პატარა ტომარა, სხვადასხვა ფერის და ფორმის საპონი, პატარა სხვადასხვა ფერის პირის პირსახოცები ან ხელის საწმენდი ერთჯერადი ქაღალდები, წყლით სავსე პატარა ბოთლები, 1 ცალი სტაფილო.

აქტივობისთვის მზადება: მნიშვნელოვანია შეხვედრას აღმზრდელი და თანაშემწე ერთად ატარებდნენ. შეხვედრამდე გაინაწილეთ როლები. მაგალითად, თანაშემწე ხელით ათამაშებს კურდღელს და საუბრობს კურდღლის მაგივრად, აღმზრდელი კი ცდილობს ბავშვების ჩართულობის წახალისებას.

აქტივობამ ბავშვებში თავიდანვე რომ აღძრას ინტერესი, მნიშვნელოვანია სათამაშო კურდღელი ბავშვებს წინასწარ არ ჰქონდეთ ნანახი. საჭირო მასალა და სათამაშო კურდღელიც მოათავსეთ ტომარაში.

იმ შემთხვევაში, თუ ბაღს ჰყავს მუსიკის პედაგოგი, აღმზრდელი ამ პროცესში ცდილობს მის ჩართვასაც და მასთან თანამშრომლობით დილის წრის ფარგლებში თემატური მუსიკალური აქტივობების შემოტანას. მაგალითად, ხელის დაბანის პროცესს აღმზრდელი ნაბიჯებად დაშლის: ონკანის მოშვება, ხელების დასველება, ხელებზე საპნის დასხმა, ხელების ერთმანეთზე კარგად გადასმა, ცერა თითის გასაპვნა, ფრჩხილების ხელის გულებზე გასმა, წყლით საპნის მოცილება, ონკანის დაკეტვა და ხელების გამშრალება, და მუსიკის პედაგოგთან ერთად ამ ნაბიჯებს გარითმავს.

სასურველია, მუსიკის პედაგოგთან ერთად შეარჩიოთ ბაჭიაზე სიმღერაც.

აქტივობის აღწერა: დილის წრეზე მისალმების შემდეგ ბავშვებს უთხარით, რომ მათ დღეს სტუმარი ეწვია. ტომარა ნელ-ნელა გახსენით და ბაჭია ამოიყვანეთ. სასურველია კურდღელზე შერჩეული სიმღერა ამ დროს იმღეროთ.

კურდღელი იწყებს ბავშვებთან საუბარს და უხსნის მოსვლის მიზანს. ეუბნება, რომ მათ თავის ხელებზე უნდა უამბოს. შემდეგ სთხოვს ბავშვებს თავიანთი ხელები აჩვენონ, მერე კი ჩამოივლის და ყველას ხელით ხელზე შეხებით მიესალმება.

იმისათვის, რომ ბავშვებისთვის ნაცნობი იყოს აღნიშნული აქტივობა, კურდღელს პირველი აღმზრდელი მიესალმება.

მისალმების შემდეგ კურდღელი უყვება ბავშვებს, თუ როგორ არ უყვარდა ხელების დაბანა. ეზოში ხშირად თამაშობდა და სახლში მოსული პირდაპირ სტაფილოს დასტაცებდა ხელს და ჩაახრამუნებდა. ხელების დაბანა კი სულაც არ ახსენდებოდა (ამოიღებს კურდღელი ტომრიდან სტაფილოს და ჩაახრამუნებს), მაგრამ ერთ დღესაც გადაწყვიტა დაეჯერებინა თავისი დიდი ძამიკო კურდღლისთვის და ხელების დაბანა დაეწყო. თურმე როგორი სახალისო ყოფილა საპნით ხელების აქაფება და წყალში ცოტახანი თამაშიც. ახლა კი ყოველთვის როცა ეზოში თამაშს დაამთავრებს, ჯერ ხელებს იბანს და სტაფილოსაც მერე ახრამუნებს.

კურდღელი აჩვენებს ბავშებს ტომარას და ეუბნება, რომ დღეს ყველა ის ნივთი მოიტანა, რასაც ხელების დასაბანად იყენებს. აღმზრდელი კურდღელთან ერთად ჩამოატარებს ტომარას, ბავშვები სურვილის მიხედვით ყოფენ ტომარაში ხელს და თითო-თითო ნივთი ამოაქვთ. კურდღელი ეკითხება, თუ რა ნივთები ამოაქვთ ტომრიდან და ყურადღებას ამახვილებს აღნიშნული ნივთის დანიშნულებაზე. მაგალითად, ეს რა არის? საპონი. საპონი აუცილებლად გვჭირდება, როცა ხელებს ვიბანთ, რათა კარგად გავისუფთაოთ ხელები. ბავშვებს ვაძლევთ საშუალებას საპონს დასუნონ, ფერი ამოიცნონ, ხელში გაათამაშონ, ნახონ როგორი სრიალაა. თხევადი საპონი შეანჯღრიონ, ფერი ამოიცნონ, შეგვიძლია მოვხადოთ თავი და ბავშვებმა უყნოსონ.

ბოლოს კურდღელი სთხოვს ბავშვებს ისე მოიქცნენ, თითქოს ხელებს იბანენ.

ბავშვები, კურდღელი, აღმზრდელი, თანაშემწე და მუსიკის პედაგოგი სიმღერით ხელების დაბანის გათამაშებას იწყებენ.

ბოლოს კურდღელი ბავშვებს ემშვიდობება, ხელს უქნევს და უმეორებს, რომ ხელებს ვიბანთ ჭამის წინ და ჭამის შემდეგ, ეზოში თამაშის შემდეგ, საპირფარეშოს მოხმარების შემდეგ და ყოველთვის, როცა ჭუჭყიანი გვაქვს. კურდღელი ხელს უქნევს ბავშვებს და ისევ ტომარაში ხტება. მერე უცებ ტომრიდან ამოხტება და ბავშვებს შეახსენებს, სულ დამავიწყდა იმის თქმა, თუ თითები პირში ან ცხვირში შემთხვევით მოგიხვდათ, ხელების დაბანა არ დაგავიწყდეთო. ბაჭია ისევ ემშვიდობება ბავშვებს და ტომარაში ხტება. აღმზრდელი და თანაშემწე კი ბავშვებთან ერთად აჯამებენ აქტივობას.

დილის წრის დასრულების შემდეგ ბავშვები საუზმისთვის ემზადებიან და როგორც კურდღელმა დაუბარათ, გადიან ხელების დასაბანად.

აქტივობა: ხელით ხატვა.

რეკომენდებულია აქტივობის მცირე ჯგუფებში განხორციელება.

საჭირო მასალა: ფორმატის ფურცლები, ხელის საღებავები.

აქტივობისთვის მზადება: გაათავისუფლეთ იატაკზე ადგილი ისე, რომ რამდენიმე ფორმატის გაშლა შეძლოთ. ბავშვები წაახალისეთ გადანაწილდნენ ფორმატების გარშემო პატარა ჯგუფებად.

აღმზრდელმა და თანაშემწემ გადაინაწილეთ როლები აქტივობის განსახორციელებლად.

აქტივობის აღწერა: შესთავაზეთ ბავშვებს საღებავების შერჩევა და ფორმატზე ხელით ხატვა. წაახალისეთ აღნიშნული აქტივობა. სასურველია, თქვენც დაისვაროთ ხელები ბავშვებთან ერთად.

აქტივობის დასრულების შემდეგ გაამახვილეთ ყურადღება ხელების დაბანის საჭიროებაზე და მიეცით ბავშვებს საშუალება დაიბანონ ხელები.

აქტივობა: პლასტელინით საპნების დამზადება.

რეკომენდებულია აქტივობის მცირე ჯგუფებში განხორციელება.

საჭირო მასალა: სხვადასხვა ფერის პლასტელინი, პლასტელინის დასაჭრელი ფორმები, პლასტელინის სამუშაო დაფები.

აქტივობისთვის მზადება: მოამზადეთ საჭირო მასალა და გადაანაწილეთ მაგიდებზე.

აღმზრდელმა და თანაშემწემ გაინაწილეთ როლები აქტივობის განსახორციელებლად.

აქტივობის აღწერა: შესთავაზეთ ბავშვებს, პლასტელინისგან სხვადასხვა ფორმის საპნები დაამზადონ. ბავშვებს მიეცით საშუალება პლასტელინი ხელით დაამუშაონ და ფორმების გამოყენებით სხვადასხვა ფორმის საპნები დაამზადონ. გაამახვილეთ ყურადღება საპნების ფერზე. შეგიძლიათ გაითამაშოთ დამზადებული საპნით ხელის დაბანის პროცესი. აქტივობის დასრულების შემდეგ გაამახვილეთ ყურადღება ხელების დაბანის აუცილებლობაზე და მიეცით ბავშვებს საშუალება დაიბანონ ხელები.

დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა ხელის დაბანის დროს

რეკომენდაციები:

ფიზიკური გარემოს მოწყობა

ხელების დაბანის დროს, დამოუკიდებლობის გაზრდის მიზნით, ყურადღება უნდა მივაქციოთ ფიზიკურ გარემოს. წყლის ნიჟარა უნდა იყოს ბავშვისთვის მისაწვდომ სიმაღლეზე. ბავშვი თავისუფლად, ფეხის წვერებზე დადგომის გარეშე უნდა სწვდებოდეს ონკანს. იმ შემთხვევაში, თუ ნიჟარა მაღალია, სასურველია ნიჟარასთან იდოს პატარა მყარი და სტაბილური სკამი, რომელზეც ბავშვს არ გაუჭირდება დადგომა ხელის დაბანის დროს.

საპონი და ხელების გასამშრალებელი ისე უნდა იყოს მოთავსებული, რომ ბავშვმა დამოუკიდებლად შეძლოს მათი აღება.

სასურველია, ხელსაბანთან ბავშვებს გაუკრათ ვიზუალური მასალა, რაც დაეხმარებათ ხელების დაბანაში. მნიშვნელოვანია, ვიზუალური მასალა გახდეს ფუნქციური და მხოლოდ კედლის დეკორაციად არ გადაიქცეს. ბავშვებისთვის ესა თუ ის მასალა ფუნქციური აღმზრდელის და თანაშემწის დახმარებით ხდება. სასურველია, ბავშვებს სურათი კედელზე გაკვრამდე გააცნოთ. შემდეგ ასწავლეთ მისი გამოყენება. ვიზუალური მინიშნება ბავშვებს კონკრეტულ აქტივობას უნდა ახსენებდეს, განხორციელების გზებს უთითებდეს. იხ. დანართი 1.

ჰიგიენური თვალსაზრისით რეკომენდებულია:

თხევადი საპნის გამოყენება.

ერთჯერადი ხელის საწმენდი ქაღალდის გამოყენება პირსახოცის ნაცვლად.

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

დამოუკიდებლად ან მცირედი დახმარებით ხელის დაბანა შესაძლებელია იყოს ერთ-ერთი მიზანი მუშაობის პროცესში, რასაც აღმზრდელმა და თანაშემწემ შესაბამისი დრო უნდა დაუთმონ. ხელის დაბანა რუტინული, არცთუ ისე სახალისო აქტივობაა. შეეცადეთ ეს პროცესი ბავშვებისთვის სასიამოვნო გახადოთ. ითანამშრომლეთ მუსიკის პედაგოგთან და შექმენით სახალისო სიმღერა ხელების დაბანის წინ და დაბანის პროცესში. იმისათვის, რომ ბავშვებმა დამოუკიდებლად ან მცირედი დახმარებით შეძლონ ხელის დაბანა, მნიშვნელოვანია, აღმზრდელმა სპეციალური გეგმა შეიმუშაოს. მაგალითად, განსაზღვროს ხელის დაბანის პროცესის საფეხურები - ონკანის მოშვება, ხელების დასველება, საპნის დასხმა ხელზე, ხელების გასაპვნა (ცერა თითი, ფრჩხილები), საპნის წყლით მოცილება, ონკანის დაკეტვა და ხელების შემშრალება, ხელსახოცის შემთხვევაში, გამოყენებული ხელსახოცის ურნაში მოთავსება. აღმზრდელი უნდა დააკვირდეს ბავშვის ხელის დაბანის ყველა საფეხურს, ასევე ფიზიკურ გარემოს და განსაზღვროს, თუ რომელი საფეხურის განხორციელებისას საჭიროებს ბავშვი დახმარებას და რა სახის დახმარება სჭირდება. ეცადეთ პირველ ეტაპზე გაუწიოთ ფიზიკური დახმარება. მაგალითად, დაეხმაროთ საპნის ხელზე დასხმაში ან ონკანის დაკეტვაში, თუკი ბავშვს სჭირდება დახმარება. თქვენი მიზანია, ეს აქტივობა ბავშვმა მინიმალური დახმარებით განახორციელოს. შესაბამისად, შეეცადეთ, ხელები კი არ გაუსაპნოთ ან მოუშვათ ონკანი ბავშვის მაგივრად, არამედ დაეხმაროთ ამ აქტივობის განხორციელებისას, აჩვენოთ ან ეცადოთ ერთად გააკეთოთ. მაგალითად, აჩვენეთ როგორ უნდა გაისაპნოს ხელი, თითები თითებშუა როგორ უნდა მოაქციოს, ფრჩხილები როგორ გაისვას ხელისგულებზე და ა.შ. თავად განახორციელეთ ეს აქტივობები მისი თანდასწრებით და მასთან ერთად.

ბაღის თითოეული თანამშრომელი არის მისაბაძი ბავშვებისთვის. ბავშვებთან ერთად დაიბანეთ ხელები, ბავშვებს დაანახეთ და გააგებინეთ, როდის მიდიხართ ხელების დასაბანად.

მშობლებთან თანამშრომლობა

მშობლებს გააცანით მუშაობის სტილი აღნიშნულ თემატიკასთან დაკავშირებით, მათი ბავშვის თანდასწრებით მოუყევით კურდღლის დღევანდელი სტუმრობის შესახებ, იმაზე, თუ რა გვასწავლა კურდღელმა. ურჩიეთ ბავშვი ჩართონ იმ ნივთების შეძენის პროცესში, რაც ხელის

დასაბანად გვჭირდება. მაგალითად, საპნის ყიდვის დროს ბავშვებს აარჩევინონ საპონი ფერის და სუნის მიხედვით. სახლში წაახალისონ ხელის დაბანა საჭმლის წინ და შემდეგ, ეზოში თამაშის, ცხოველებთან ურთიერთობის და საპირფარეშოს მოხმარების შემდეგ. ურჩიეთ ბავშვთან ერთად დაიბანონ ხელები და თავად გახდნენ მაგალითის მიმცემი, თუ როდის და როგორ ვიბანთ ხელს. აჩვენონ ხელის დაბანის პროცესი საკუთარ ხელებზე და ასევე დააკვირდნენ, თუ როდის სჭირდება ბავშვს დახმარება. აუხსენით ის საფეხურები, რომლისგანაც ხელის დაბანის პროცესი შედგება, რადგან არცთუ ისე ადვილია ამ ასაკში ბავშვისთვის ყველა საფეხურის ხარისხიანად და დამოუკიდებლად განხორციელება.

ესაუბრეთ მშობლებს ფიზიკური გარემოს მნიშვნელობაზე, ბავშვისთვის ნივთების ხელმისაწვდომობაზე, ასევე დახმარების გაწევის ფორმატზე (ფიზიკური, ვერბალური, ვიზუალური) ხელის დაბანის პროცესში.

აჩვენეთ მშობლებს საპირფარეშოში გაკეთებული ვიზუალური მინიშნება ხელსაბანთან და აუხსენით, თუ როგორ ეხმარება ის ბავშვებს.

სასურველია, ბავშვებთან ერთად დავამზადოთ პატარა პლაკატი A4 ზომის ფურცელზე, სადაც ასახული იქნება „ბაჭიას რჩევები“ ხელის დაბანასთან დაკავშირებით. პლაკატზე შესაძლებელია დავხატოთ ან დავაწებოთ ბაჭიას სურათი და ჩამოვწეროთ ყველა ის რჩევა, რაც დღეს ბავშვებმა კურდღლისგან მიიღეს. რეკომენდებულია „რჩევების“ შესატყვისი სურათებით გაფორმება, იმის გათვალისწინებით, თუ რა სახის ვიზუალური მასალა მოგვეპოვება. პლაკატი გავატანოთ მშობლებს, რათა ყურადღება გაამახვილონ სახლში იმ საკითხებზე, რაც დღეს ბაღში ბავშვებისთვის აქტუალური იყო.

მშობლებთან კომუნიკაციის თვალსაზრისით რეკომენდებულია ჯგუფის ოთახში ან ჯგუფის დერეფანში განთავსდეს დაფა და მისი მეშვეობით აღმზრდელი ან თანაშემწე დღის მუშაობის შესახებ ყველაზე მნიშვნელოვან ინფორმაციას აწვდიდეს მშობელს. ასეთ შემთხვევაში, დაფაზე ყოველდღე უნდა იცვლებოდეს ინფორმაცია და ის კონკრეტული დღის აქტივობების განხორციელებაზე უნდა მოუთხრობდეს მშობელს. მნიშვნელოვანია აღმზრდელმა გაითვალისწინოს, რომ დაფაზე დაწერილ ტექსტში არ იყოს ინფორმაცია კონკრეტული ბავშვის შესახებ. ეს უნდა იყოს ზოგადი, მოკლე აღწერა ჯგუფის დღევანდელი აქტივობებისა.

თემა 2.

ჯანმრთელი კბილები

მიზანი:

მიზანი:

1) ბავშვები გაეცნობიან შემდეგ საკითხებს:

- კბილების სისუფთავე
- კბილების გამოსახეხად საჭირო ნივთები
- კბილების „მეგობარი“ საკვები

2) დამოუკიდებლობის წახალისება კბილების გამოხეხვის დროს.

აქტივობა: დილის წრე, შეხვედრა კურდღელთან.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტოვობა.

საჭირო მასალა: სათამაშო კურდღელი, 2 პატარა სხვადასხვა ფერის ტომარა, კბილის ჯაგრისები, საბავშვო კბილის პასტა, წყლის პატარა ბოთლი, ბოსტნეულის და ხილის რამდენიმე სახეობა.

შენიშვნა: იმ შემთხვევაში, თუ სათამაშო კურდღელს კბილები არ უჩანს, შეგიძლიათ თეთრი ნაჭრისგან ორი პატარა წინა კბილი მიაკეროთ.

აქტივობისთვის მზადება: მნიშნელოვანია შეხვედრას აღმზრდელი და თანაშემწე ერთად ატარებდნენ. შეხვედრამდე გაინაწილეთ როლები. მაგალითად, თანაშემწემ კურდღელი ხელით ათამაშოს და კურდღლის მაგივრად ისაუბროს, აღმზრდელი კი აღნიშნულ აქტივობაში ბავშვების ჩართულობის წახალისებას შეეცადოს.

კბილის ჯაგრისები, პასტები და წყლის ბოთლები ერთ ტომარაში მოათავსეთ, ხოლო ხილი და ბოსტნეული - მეორეში. ბაჭიაც ერთ-ერთ ტომარაში ჩასვით.

იმ შემთხვევაში, თუ ბაღს ჰყავს მუსიკის პედაგოგი, აღმზრდელი ცდილობს მის ამ პროცესში ჩართვას და მასთან თანამშრომლობით დილის წრის ფარგლებში თემატური მუსიკალური აქტივობების შემოტანას, მაგალითად, კბილების გამოხეხვაზე, ჯანსაღ საკვებზე ლექსის მოძიებას და მუსიკალური ნომრის მომზადებას.

აქტივობის აღწერა: დილის წრეზე ბავშვებს უთხარით, რომ მათ დღეს სტუმარი ეწვია. ტომარა ნელ-ნელა გახსენით და ბაჭიაც ამოიყვანეთ. ბაჭია ბავშვებს ტრადიციულად ხელის ხელზე შეხებით მიესალმება.

შემდეგ უყვება, რომ დღეს მათთან თავის ძლიერ კბილებზე სასაუბროდ მოვიდა. ბაჭია ძალიან ამაყობს თავისი კბილებით. ბავშვებს ეკითხება, ხომ არ იციან, როგორ უნდა მოუარონ კბილებს, რომ მასავით ძლიერი კბილები ჰქონდეთ?

ბაჭია უყვება, რომ ის ყოველ დილას და ძილის წინ იხეხავს კბილებს. დღეს კი მათთან მოვიდა, რათა აჩვენოს ის ნივთები, რითაც თავის კბილებს უვლის, რის შემდეგაც ტომრიდან ამოაქვს კბილის ჯაგრისები, პასტა, წყლის ბოთლი და ბავშვებს ამ ნივთების დასახელებას სთხოვს.

ბაჭია ბავშვებს სთავაზობს, ნახონ რა ფერი და სუნი აქვს კბილის პასტას. ის წრეში ჩამოატარებს გახსნილ პასტას და ბავშვები სურვილის მიხედვით ამოწმებენ.

ბაჭია ყვება, რომ დილას კარგად ისაუზმა სტაფილოთი, ახლა კი კბილების გამოხეხვას აპირებს. შემდეგ ბავშვებს სთავაზობს, თუ სურვილი აქვთ, წინა დიდი კბილების გამოხეხვაში დაეხმარონ. აღზრდელი ეხმარება ბავშვებს გაუხეხონ ბაჭიას კბილები. ბავშვები სურვილისამებრ მიდიან ბაჭიასთან, ჯაგრისზე აღმზრდელის დახმარებით ცოტაოდენ პასტას ათავსებენ და ბაჭიას კბილებს უხეხავენ.

ამის შემდეგ ბაჭიას წყლის ბოთლი ამოაქვს ტომრიდან და ეუბნება ბავშვებს, რომ კბილების გამოხეხვის შემდეგ წყალი აუცილებლად უნდა გამოივლონ პირში. მერე წყლის ბოთლი პირთან მიაქვს და ვითომ ივლებს.

ბაჭია მეორე ტომარას იდებს წინ და ბავშვებს უხსნის, რომ ტკბილეულს ერიდება. მხოლოდ ახალ წელს ჭამს ძალიან ცოტა შოკოლადს, ნამცხვარს კი მხოლოდ დაბადების დღეზე. არც კოკა-კოლას სვამს და არც ჩიფსებს ეტანება. ბოსტნეულს და ხილს კი იმისათვის, რომ ძლიერი კბილები ჰქონდეს, ყოველდღე მიირთმევს. აი ჩემი საჭმლის ტომარაც, - ამბობს ბაჭია. შემდეგ აღმზრდელი და ბაჭია ტომარას ჩამოატარებენ, ბავშვები სურვილის მიხედვით ყოფენ ტომარაში ხელს და ამოაქვთ, რაც შეხვდებათ. აღმზრდელი ყურადღებას ამახვილებს, თუ რა ხილი ან ბოსტნეულია, და ამბობს, რომ კბილების სიძლიერისთვის ის ძალიან მნიშვნელოვანია.

ბაჭია ბავშვებს ემშვიდობება და უბარებს, არ დაავიწყდეთ დილით და საღამოს კბილების გამოხეხვა, ტკბილეულს მოერიდნონ და რაც შეიძლება მეტი ხილი და ბოსტნეული მიირთვან.

შენიშვნა: სასურველია ამ დღეს ბავშვებს ხილი და ბოსტნეული ჰქონდეთ სადილზე ან სამხარზე. აღმზრდელი კი ჯანსაღი კბილებისთვის ჯანსაღი საკვების მნიშვნელობაზე ესაუბროს.

აქტივობა: კბილების გასუფთავება.

სასურველია აქტივობა მცირე ჯგუფებში განხორციელდეს.

საჭირო მასალა: მუყაოს ქაღალდები, კბილის ჯაგრისები, თეთრი საღებავი.

აქტივობისთვის მზადება: მუყაოს ქაღალდებზე A4 ზომაზე დახატეთ კბილი. დაგჭირდებათ იმდენი ცალი, რამდენი ბავშვიც იმყოფება ჯგუფში. აქტივობის განხორციელებისთვის აღმზრდელმა და თანაშემწემ როლები გადაინაწილეთ.

აქტივობის აღწერა: ბავშვები წაახალისეთ გადანაწილდნენ პატარა ჯგუფებში. შესთავაზეთ მუყაოსგან დამზადებული კბილები ჯაგრისით და თეთრი საღებავით გაათეთრონ. საჭიროების შემთხვევაში დაეხმარეთ ბავშვებს აქტივობის განხორციელების პროცესში.

აქტივობა: კბილების დამზადება.

მცირე ჯგუფებში განსახორციელებელი აქტოვობა.

საჭირო მასალა: სახატავი ქაღალდები, პლასტელინი.

აქტივობისთვის მზადება: სახატავ ქაღალდზე დახატეთ ღიმილი თითოეული ბავშვისთვის. აქტივობის განსახორციელებლად აღმზრდელმა და თანაშემწემ გადაინაწილეთ როლები.

აქტივობის აღწერა: ბავშვები წაახალისეთ გადანაწილდნენ პატარა ჯგუფებში. შესთავაზეთ პლასტელინით გააკეთონ კბილები და ღიმილის ნახატზე დაამაგრონ. მიეცით საშუალება, თავად აირჩიონ, მათ ღიმილს სუფთა კბილები ექნება თუ ჭუჭყიანი. შესაბამისად, თავად შეარჩიონ კბილების ფერი.

აქტივობა: კბილების მეგობარი საკვები.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა. შესაძლებელია დილის წრის გამოყენება.

საჭირო მასალა: ფორმატის ორი ფურცელი, წებო. ხილის, ბოსტნეულის, ტკბილეულის - კანფეტების, შოკოლადების, ნამცხვრის, ნაყინის და ა.შ. სურათები. იხ. დანართი 2, 3.

აქტივობისთვის მზადება: ფორმატის ერთ ფურცელზე დახატეთ თეთრი ჯანსაღი კბილი, მეორეზე კი გაფუჭებული. ჟურნალ-გაზეთებიდან გამოჭერით ხილის, ბოსტნეულის და ტკბილეულის სურათები და ტომარაში მოათავსეთ.

აღმზრდელმა და თანაშემწემ გადაინაწილეთ როლები აქტივობის განსახორციელებლად.

აქტივობის აღწერა: ფორმატები დააწყვეთ იატაკზე და ბავშვებს უთხარით, მათზე როგორი კბილები ხატია. ტომარა ჩამოატარეთ და თითოეულ ბავშვს სურვილისამებრ მიეცით საშუალება ერთი ნახატი ამოიღოს. შეეკითხეთ, რა ხატია. მაგალითად, ვაშლი. როგორ ფიქრობს, ვაშლი კბილებს აფუჭებს თუ არა. ნახატი ბავშვთან ერთად შესაბამის ფორმატზე დააწებეთ. ასე შეავსეთ გაფუჭებული და ჯანსაღი კბილის ფორმატი. შეგიძლიათ დასრულების შემდეგ ჯგუფში ბავშვებთან ერთად გამოაკრათ.

დამოუკიდებლობის წახალისება კბილის გამოხეხვის დროს სახლის გარემოში.

რეკომენდაციები:

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

გამოკითხეთ ბავშვებს, როგორ იხეხავენ კბილებს სახლში, რა ფერის ჯაგრისი და როგორი კბილის პასტა აქვთ, ვინ ეხმარებათ კბილების გამოხეხვაში.

კვების დროს გაამახვილეთ ყურადღება საკვებზე, რომელიც დადებით გავლენას ახდენს კბილების სიჯანსაღეზე. მოიძიეთ ლიტერატურა აღნიშნულ თემაზე და წაუკითხეთ ბავშვებს. მაგალითად, „ტოპო-ტიპი კბილებს არ იხეხავს“, „კარიუსი და ბაქტუსი“.

მშობლებთან თანამშრომლობა

მშობლებს მოუყევით დღევანდელი დღის შესახებ. უთხარით, რომ დღეს მათ ბავშვებს ბაჭია ისევ ესტუმრა და ამჯერად კბილების მოვლაზე ესაუბრა. აუხსენით, რომ მნიშვნელოვანია მათი დახმარება, რათა ბავშვებმა კბილის გამოხეხვის პროცედურა დღეში ორჯერ შეასრულონ.

აუხსენით მშობლებს ამ ასაკში ბავშვის უნარები კბილების გამოხეხვასთან დაკავშირებით.

ურჩიეთ ბავშვების ჩართვა კბილის ჯაგრისის და პასტის შერჩევის/შეძენის პროცესში. ასევე აუხსენით მშობლებს, რომ მნიშვნელოვანია ბავშვებს გამოუმუშავდეთ კბილების გახეხვის ჩვევა, რისთვისაც აუცილებელია, რომ ეს აქტივობა ყოველდღე განხორციელდეს.

ურჩიეთ, ბავშვებთან ერთად გამოიხეხონ კბილები, რათა ბავშვებმა მათ მიბაძონ, დაინახონ, თუ როგორ ათავსებენ კბილის პასტას ჯაგრისზე, როგორ ივლებენ წყალს პირის ღრუში და ა.შ.

დაეხმარეთ იმ აქტივობების განხორციელებაში, რომელიც ბავშვებს უჭირთ. მაგალითად, ეს შესაძლებელია იყოს კბილის პასტისთვის თავსახურის მოხსნა ან შესაბამისი რაოდენობის პასტის მოთავსება ჯაგრისზე. შეგიძლიათ შესთავაზოთ, წინა კბილები თავად გაიხეხოს, უკანა კბილების გახეხვაში კი თქვენ დაეხმაროთ.

ურჩიეთ, ბავშვს ჰქონდეს საშუალება, თავის საყვარელ სათამაშოს გამოუხეხოს კბილები.

მიეცით რჩევები ფიზიკური გარემოს შესახებ. კბილის გახეხვის დროს ბავშვი აუცილებლად უნდა სწვდებოდეს ხელსაბანს და სარკეს. ურჩიეთ მშობლებს ხელსაბანთან დადგან პატარა, მყარი სკამი, რომელზეც ბავშვი შეძლებს დადგომას და სარკეში ჩახედვას კბილის გამოხეხვის დროს. ასევე დაავალეთ ბავშვს თავად მიხედოს თავის ჯაგრისს, მოათავსოს ჭიქაში კბილის გამოხეხვის შემდეგ.

დადებითი განმამტკიცებლებით განუმტკიცეთ სასურველი ქცევა. ბავშვები დაინახავენ, რომ თქვენ აფასებთ მათ მცდელობას, გამოიხეხოს კბილები. შეგიძლიათ მოიწონოთ ბავშვის ქცევა სიტყვიერად ან ჩაეხუტოთ. შესაძლებელია ურჩიოთ მშობლებს დააჯილდოვონ ბავშვები. მაგალითად, გამოიყენონ „ღიმილები“ და გარკვეული რაოდენობის „ღიმილის“ შეგროვების შემდეგ განსაკუთრებული, მისთვის სასურველი აქტივობა შესთავაზონ.

სასურველია, ბავშვებთან ერთად დავამზადოთ პატარა პლაკატი A4 ზომის ფურცელზე, სადაც ასახული იქნება „ბაჭიას რჩევები“ კბილის გახეხვაზე. პლაკატზე შესაძლებელია დავხატოთ ან დავაწებოთ ბაჭიას სურათი და ჩამოვწეროთ ყველა ის რჩევა, რაც დღეს ბავშვებმა კურდღლისგან მიიღეს. რეკომენდებულია „რჩევების“ შესატყვისი სურათებით გაფორმება იმის გათვალისწინებით, თუ რა სახის ვიზუალური მასალა მოგვეპოვება. პლაკატი გავატანოთ მშობლებს, რათა ყურადღება გაამახვილონ სახლში იმ საკითხებზე, რაც დღეს ბაღში ბავშვებისთვის აქტუალური იყო.

სტომატოლოგის რჩევები

გამოიყენეთ კბილის პასტა შესაბამისი ასაკობრივი კატეგორიისა და ასაკის შესაბამისი ფტორის შემცველობით. აუცილებლად წაახალისეთ ბავშვებში დილა-საღამოს კბილების გამოხეხვის პროცედურა.

ბავშვები მოარიდეთ ტკბილ სასმელებს, როგორიც არის წვენები, კომპოტები, გაზიანი სასმელები. გაითვალისწინეთ, რომ ამ ასაკში ყველაზე ჯანსაღი სასმელი წყალია.

შეამცირეთ ტკბილეულის რაოდენობა და ძილის წინ კბილების გამოხეხვის შემდგომ ბოთლით კვება, რათა კბილების კარიესული დაზიანება თავიდან ავირიდოთ.

მნიშვნელოვანია, რომ ტკბილეულის მირთმევის შემდეგ, თუ კბილების გამოხეხვას ვერ მოახერხებს, ბავშვმა წყალი მაინც გამოივლოს, ვინაიდან, კარიესის განვითარების თვალსაზრისით, პირის ღრუში ტკბილეულის დაყოვნების ხანგძრლივობაა მნიშვნელოვანი და არა მისი რაოდენობა. შესაბამისად, სასურველია, თავი ავარიდოთ საწუწნ კანფეტებს.

კბილების მოვლას ვიწყებთ პირველი კბილის ამოჭრისთანავე 6-8 თვის ასაკში, რაც პირის ღრუს ჯანმრთელობისთვისა და ჩვევის ჩამოყალიბებისთვისაა მნიშვნელოვანი. სტომატოლოგთან ვიზიტებიც სწორედ ამ დროს იწყება. ადრეული ვიზიტები სტომატოლოგიური მომსახურებისა და პირადი ჰიგიენის მიმართ პოზიტიური დამოკიდებულების ფორმირებაში გვეხმარება.

გაითვალისწინეთ, რომ მეექვსე კბილი, რომელიც დაახლოებით 5 წლის ასაკში ამოიჭრება, მუდმივია და გაფრთხილება სჭირდება. სწორედ ამიტომ, მორიგი პროფილაქტიკური ვიზიტი 5 წლის ასაკში უნდა მოხდეს, რათა მოხდეს ფისურების ჰერმეტიზაცია, რომელიც კბილების საღეჭ ზედაპირებს კარიესისგან დაიცავს.

სასურველია, ბავშვთა ასაკში გამოვიყენოთ ჩვეულებრივი ჯაგრისები. ელექტრო ჯაგრისების გამოყენება თინეიჯერობის ასაკიდანაა რეკომენდებული. ჯაგრისი ინახება ღია სივრცეში, თავსახურის გარეშე. ჯაგრისი უნდა შევცვალოთ 2 თვეში ერთხელ, ასევე ავადმყოფობის შემდეგ.

თემა 3.
ბანაობა

მიზანი:

1) ბავშვები გაეცნობიან შემდეგ საკითხებს:
- სუფთა და უსუფთაო სხეული
- ბანაობისთვის საჭირო ნივთები
2) ბავშვების ჩართულობის ხელშეწყობა ბანაობის პროცესში სახლის გარემოში.
3) ბავშვების დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა ჩაცმა/გახდის დროს როგორც სახლის, ასევე ბაღის გარემოში.

აქტივობა: დილის წრე.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა.

საჭირო მასალა: პატარა ტომარა, დასაბანი ღრუბელი, საპონი, პატარა ზომის პირსახოცი. ორი ბოთლი, ერთი თბილი წყლით, მეორე - ცივით, პატარა ზომის პირსახოცი.

აქტივობისთვის მზადება: აქტივობის განსახორციელებლად საჭიროა აღმზრდელიც და თანაშემწეც ჩართული იყოს აქტივობის პროცესში. აქტივობის დაწყებამდე გაინაწილეთ როლები, ერთ-ერთმა თქვენგანმა ათამაშეთ კურდღელი, ხოლო მეორე შეეცადოს ბავშვების ჩართულობის წახალისებას აქტივობაში. ყველა საჭირო ნივთი და ბაჭიაც მოათავსეთ ტომარაში.

იმ შემთხვევაში, თუ ბაღს ჰყავს მუსიკის პედაგოგი, აღმზრდელი ამ პროცესში ცდილობს მის ჩართვასაც და დილის წრის ფარგლებში მასთან თანამშრომლობით თემატური მუსიკალური აქტივობების შემოტანას, მაგალითად, ბანაობაზე, სუფთა სხეულზე, სუფთა ტანსაცმელზე სიმღერის, ლექსის მოძიებას და შემდეგ მუსიკალური ნომრის მომზადებას.

აქტივობის აღწერა: დილის წრე დაიწყეთ კურდღლის სტუმრობით. ბაჭია ტომრიდან ნელ-ნელა ამოიყვანეთ. პირსახოცი მხრებზე მოაფარეთ. ბაჭია ტრადიციულად ესალმება ბავშვებს.

მისალმების შემდეგ ბაჭია ბავშვებს ეუბნება, დღეს თქვენთან პირსახოცით იმიტომ მოვედი, რომ ბანაობაზე უნდა გესაუბროთო. შემდეგ ეკითხება, აბა ვის გიყვართ ბანაობაო. აღმზრდელი ახალისებს ბავშვების პასუხებს. ამის შემდეგ კურდღელი ამბობს, რომ ბანაობა ძალიან უყვარს. მთელი დღე ბევრს თამაშობს ეზოში, სახლში კარგად დასვრილი ბრუნდება და მთელი დღის ჭუჭყის მოსაცილებლად თავისი მშობლების დახმარებით ყოველ საღამოს ბანაობს.

ბანაობისთვის იცით როგორ ვემზადები? ტანსაცმელს ვიხდი, ჩემს პირსახოცს მოვძებნი და მერე წყალშიც ვისკუპებ. თქვენც ხომ იხდით ტანსაცმელს ბანაობის წინ? თან ჩაიცინებს ბა-

ჭია. აბა ტანსაცმლით ხომ არ იბანავებთ. მაშინ მთელი თქვენი ტანსაცმელიც დასველდება და თან ისე კარგადაც ვერ დაიბანთ ტანს. იცით მაინც რატომ მიყვარს ყველაზე ძალიან ბანაობა? წყალში ჩემს საყვარელ სათამაშოებს ვყრი და იმათაც კარგად ვაბანავებ ხოლმე. თქვენ რატომ გიყვართ? დღეს ტომრით საბანაო ნივთები მოგიტანეთ. ხომ არ ჩახედავთ?

აღმზრდელი ტომარას ჩამოატარებს და ბავშვები სურვილის მიხედვით ტომრიდან ნივთებს იღებენ. აღმზრდელი და ბაჭია ეკითხებიან ბავშვებს, რა ნივთი ამოიღეს ტომრიდან. მაგალითად, ღრუბელი. ეს რა არის? რა ფერია? რისთვის გვჭირდება ღრუბელი? შენ გაქვს შენი საბანაო ღრუბელი? წყლის ბოთლებში ჩასხმულ ცივ და ცხელ წყალზეც ამახვილებს ყურადღებას. ეკითხება ბავშვებს, როგორი წყალი ასხია ბოთლში. საბანაოდ გამოგვადგება თუ არა. ცივი წყლით რატომ არ ვბანაობთ? და ა.შ. პირსახოცის ამოღებისას ბაჭია თავის ყურებზე ყვება, ერთხელ ბანაობის შემდეგ ყურების გამშრალება დავიწყნია და ეს ორი გრძელი ყური ძალიან ასტკივებია, ისე რომ მთელი ღამე ვერ დაიძინა. ამიტომ სთხოვს ბავშვებს ბანაობის შემდეგ ყურების პირსახოცით გამშრალება არ დაავიწყდეთ.

ბაჭია ბავშვებთან ერთად ბანაობის იმიტაციას აკეთებს სიმღერის თანხლებით. ვიბანთ თავს, შემდეგ სახეს, შემდეგ ყურებს, კისერს, ზურგს, გულმკერდს, მუცელს, ფეხებს.

დამშვიდობებისას ბაჭია ბავშვებს სათამაშოებით და ღრუბლებით სავსე ერთ პატარა ტომარას უტოვებს.

აქტივობა: ბანაობა.

მცირე ჯგუფებში განსახორციელებელი აქტივობა.

საჭირო მასალა: წყლის სათამაშოები, დიდი ზომის წყლის ჯამები, ღრუბელი, თხევადი საპონი, გასამშრალებლები.

აქტივობისთვის მზადება: წაახალისეთ ბავშვები გადანაწილდნენ ჯგუფებში. თითოეული ჯგუფისთვის გამოყავით ერთი მოზრდილი ჯამი და სათამაშოები ისე, რომ ყველა ბავშვს შეხვდეს ერთი სათამაშო. ასევე გამოყავით თითოეული ჯგუფისთვის რამდენიმე ღრუბელი.

აქტივობის განხორციელება: სასურველია აქტივობა ეზოში ჩაატაროთ. ტომრიდან ბავშვებს სათითაოდ ამოაღებინეთ სათამაშოები, წყლიან ჯამში ჩაუსხით თხევადი საპონი, რომ წყალი აქაფდეს, ჩაუწყეთ ღრუბლებიც. ბავშვებს მიეცით საშუალება წყალში სურვილისამებრ ითამაშონ სათამაშოებით. აქტივობის დასრულების შემდეგ ბავშვებს შესთავაზეთ სათამაშოები გაამშრალონ პირსახოცებით.

აქტივობა: ქაფით თამაში.

მცირე ჯგუფებში განსახორციელებელი აქტივობა.

საჭირო მასალა: მუყაო, პირის საპარსი ქაფი.

მომზადება: ქაღალდზე დახატეთ ადამიანი. ფურცელს გაუკეთეთ ლამინირება და გამოჭერით ადამინის ფორმა (ლამინირებული ფურცლის ნაცვლად შესაძლებელია სქელი მუყაოს გამოყენებაც).

აქტივობის განხორციელება: წაახალისეთ ბავშვები გადანაწილდნენ ჯგუფებში. თითოეულ ბავშვს თითო ადამიანის ნახატი დაუდეთ. სასურველია აქტივობა იატაკზე განხორციელდეს. გაამახვილეთ ყურადღება სხეულის ნაწილებზე. ბავშვებმა ვითომ უნდა აბანაონ ეს ადამიანები. ქაფი ჯერ თავზე უნდა წაუსვან ხელებით, მერე ხელებზე, მერე ტანზე, ფეხებზე და ა.შ.

ბავშვების ჩართულობის ხელშეწყობა ბანაობის პროცესში სახლის გარემოში
ბავშვების დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა ჩაცმა/გახდის დროს როგორც სახლის ასევე ბაღის გარემოში

რეკომენდაციები:

ფიზიკური გარემოს მოწყობა

სასურველია ბაღში ბავშვებს ჰქონდეთ საკუთარი ტანსაცმლის კარადა, რომელსაც ექნება მინიშნება ბავშვის სახელით და სურათით. ასევე მნიშვნელოვანია, შემოსასვლელში, სადაც ბავშვი იცვლის ფეხზე, იყოს პატარა ჩამოსაჯდომი ან დავრთოთ ბავშვს ძირს დაჯდომის ნება, რათა გაუიოლდეთ ფეხსაცმლის გახდა ან ჩაცმა.

კარადაში ქურთუკების ჩამოსაკიდი ისეთ სიმაღლეზე იყოს, რომ ბავშვმა შეძლოს დამოუკიდებლად ჩამოკიდოს ან ჩამოხსნას საკუთარი ტანსაცმელი.

მნიშვნელოვანია შემოსასვლელში იყოს უსაფრთხო სარკე, რათა ბავშვებმა შეძლონ ტანსაცმლის ჩაცმის დროს ან შემდეგ სარკეში ჩახედვა. მაგალითად, თუ ქუდი არასწორად დაიხურა, სარკეში ამას კარგად დაინახავს და გაისწორებს.

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

აღმზრდელს და თანაშემწეს ბაღში ბავშვების დამოუკიდებლობის წახალისების პროცესში ტანსაცმლის ჩაცმის და გახდის დროს უდიდესი როლი აკისრიათ. წაახალისეთ ბავშვები ბაღში შემოსვლისას თავად გაიხადონ ქურთუკი და მოათავსონ კარადაში. დააკვირდით, რა ეტაპის განხორციელება უჭირთ და რის გაკეთება შეუძლიათ. შეაქეთ, როდესაც დამოუკიდებლად შეასრულებენ თავიანთ ამოცანას და შეეცადეთ ფიზიკურად ან სიტყვიერად დაეხმაროთ საჭიროების შემთხვევაში. მაგალითად, თუ ელვას დამოუკიდებლად ვერ იკრავს, ეცადეთ ელვის ერთი ნაწილი მეორეში თქვენი დახმარებით მოათავსოს, ხოლო ელვა უკვე დამოუკიდებლად აიწიოს.

სათამაშო ოთახში გქონდეთ ისეთი სათამაშოები, რომელზეც ბავშვები ითამაშებენ ელვის შეკვრა-გახსნით, ზონრების შეკვრით.

მშობლებთან თანამშრომლობა

ურჩიეთ მშობლებს, ბანაობა გახადონ სახალისო პროცესი ბავშვებისთვის. დართონ ნება ბავშვებს აბანაონ სათამაშოები. ბავშვები ჩართონ საბანაო ღრუბლის შერჩევის და ყიდვის პროცესში. ბანაობისთვის მომზადება დაავალეთ ბავშვებს. თავად გაიხადონ ტანსაცმელი თქვენი მცირეოდენი დახმარებით, მოძებნონ პირსახოცი და დასაბანი სათამაშოები. ბანაობის დროს გაამახვილეთ ყურადღება სხეულის ნაწილებზე. მიეცით საშუალება ღრუბელი თავად წაისვან ტანზე.

მიაწოდეთ ინფორმაცია მშობლებს ამ ასაკში ბავშვის თავის მოვლის, ჩაცმა/გახდის უნარების განვითარების შესახებ. მაგალითად, ამ ასაკში ბავშვებს შეუძლიათ ჩაიცვან და გაიხადონ ტანსაცმელი, უთასმო ფეხსაცმელი. დახმარება შესაძლოა დასჭირდეთ ღილის გახსნისა და შეკვრის, და ზონრებისა და ელვის შეკვრის დროს. ურჩიეთ მშობლებს წაახალისონ ჩაცმა/გახდის პროცესი.

მიეცით ამის მაგალითი თავად, როცა ბავშვს დახვდებით დერეფანში და წაახალისებთ თავად გაიხადოს ქურთუკი, მოათავსოს კარადაში, გამოიცვალოს ფეხსაცმელი.

აუხსენით მშობლებს ბაღში ტანსაცმლის გამოცვლის მნიშვნელობა და ურჩიეთ, ყველა ბავშვს ჰქონდეს ბაღში გამოსაცვლელი ტანსაცმელი.

სასურველია, ბავშვებთან ერთად დავამზადოთ პატარა პლაკატი A4 ზომის ფურცელზე, სადაც ასახული იქნება „ბაჭიას რჩევები“ ბანაობის შესახებ. პლაკატზე შესაძლებელია დავხატოთ ან დავაწებოთ ბაჭიას სურათი და ჩამოვწეროთ ყველა ის რჩევა, რაც დღეს ბავშვებმა კურდღლისგან მიიღეს. რეკომენდებულია „რჩევების“ შესაფერისი სურათებით გაფორმება იმის გათვალისწინებით, თუ რა სახის ვიზუალური მასალა მოგვეპოვება. პლაკატი გავატანოთ მშობლებს, რათა ყურადღება გაამახვილონ სახლში იმ საკითხებზე, რაც დღეს ბაღში ბავშვებისთვის აქტუალური იყო.

თემა 3.

ჰიგიენის წესები დახველების და დაცემინების დროს

მიზანი:

1) ბავშვებს გავაცნოთ შემდეგი საკითხი:

- ერთჯერადი ხელსახოცის მოხმარება დახველების და დაცემინების დროს
- დახველების და დაცემინების დროს მკლავის აფარება, იმ შემთვევაში თუ ხელსახოცი არ მოგვეპოვება

2) დამოუკიდებლობის წახალისება ხელსახოცის მოხმარებისას.

აქტივობა: დილის წრე.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა.

საჭირო მასალა: პატარა ტომარა, პატარა კაშნე, ერთჯერადი ხელსახოცები.

მომზადება: ბაჭია ჩასვით ტომარაში. აღმზრდელმა და თანაშემწემ გადაინაწილეთ როლები.

აქტივობის განხორციელება: დილის წრეზე ტომრიდან ბაჭია ნელ-ნელა ამოიყვანეთ, ქუდი და კაშნე მოაფარეთ. ის ჩვეულებისამებრ მიდის ბავშვებთან მისასალმებლად, თან ეუბნება, რომ დღეს ცოტა გაციებულია. ბავშვებსაც ეკითხება, ვინმე ხომ არ არის დღეს გაციებული? ხომ არ ახველებს ან აცემინებს ვინმეს?

ვიდრე ხელის ხელზე შეხებით ესალმება ერთ-ერთ ბავშვს, ბაჭია დაახველებს და ხელს პირზე აიფარებს. უცებ შეცბება და ბავშვებს ეტყვის, სულ დამავიწყდა, როცა დავახველებ ან დავაცემინებ, პირზე ხელი არ უნდა ავიფარო, ასე ჩემი ხელები დაისვრება, მერე ხელით ხელზე შეგეხებით და შეიძლება სურდოც გადმოგდოთო. თავისი ტომრიდან ხელსახოცს იღებს, ხელს იწმენდს და თან ბავშვებს ეუბნება, როცა გაციებული ვარ, ეს ჯადოსნური ხელსახოცი სულ თან დამაქვსო. შემდეგ იღებს ხელსახოცს და ცხვირს იხოცავს. მერე ბავშვებს ეკითხება, ნაგვის ურნა სად არის. ეს ცხვირსახოცი უკვე დაისვარა და ჯიბეში ვეღარ ჩავიდებ, ამიტომ ახლა ურნას ვიპოვი და შიგნით ჩავაგდებო.

ბაჭია ბავშვებს ეუბნება, რომ თუ ხელსახოცი გაუთავდება, მაშინ ერთი ხრიკი იცის, თუ დაახველა ან დააცემინა, ხელის მაგივრად პირზე მკლავს იფარებს. ბაჭია ბავშვებს სთავაზობს, დახველება და დაცემინება გაითამაშონ. თამაშის პროცესში აღმზრდელი ბავშვებს აჩვენებს, როგორ უნდა აიფარონ მკლავი დაცემინების დროს.

ბაჭია ბავშვებს ემშვიდობება და თან უბარებს, რომ მათ ტომრით ერთჯერადი ხელსახოცები მოუტანა და დღეს შეუძლიათ ითამაშონ, ვითომ გაციებულები არიან, ახველებენ და აცემინებენ.

დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა ხელსახოცის მოხმარებისას

რეკომენდაციები:

ფიზიკური გარემო

ჯგუფში გამოყავით ადგილი, სადაც ყოველთვის იდება ერთჯერადი ქაღალდის ცხვირსახოცები.

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

ბავშვებს ამ ასაკში აქვთ უნარი დამოუკიდებლად მოიწმინდონ ცხვირი. შესაძლებელია დასჭირდეთ თქვენი მინიმალური დახმარება, მაგალითად, ერთჯერადი ცხვირსახოცის შეკვრის გახსნაში ან ცხვირის ბოლომდე მოწმენდაში. თქვენ არასოდეს მოწმინდოთ ცხვირი, მხოლოდ ვერბალურად მიანიშნეთ და მიუთითეთ, რომ ცხვირი მოსაწმენდი აქვს. შეიძლება სარკეც გამოიყენოთ. მაქსიმალურად მიეცით საშუალება, რომ ეს აქტივობა დამოუკიდებლად, თქვენი მინიმალური დახმარებით განახორციელოს. ასავე წაახალისეთ ნახმარი ხელსახოცის ურნაში დამოუკიდებლად ჩაგდება.

მშობლებთან თანამშრომლობა

მნიშვნელოვანია აღმზრდელმა და თანაშემწემ მშობლებს გააცნონ დღევანდელი დღის მუშაობის თემა, ბავშვების თანდასწრებით უამბონ ბაჭიას სტუმრობის შესახებ, იმაზე თუ დღეს რაზე ისაუბრეს. ურჩიეთ მშობლებს ბავშვებს ყოველთვის ჰქონდეთ თან ერთჯერადი ცხვირსახოცი. სახლში ისაუბრეთ ჰიგიენის წესებზე დახველების და დაცემინების დროს. ურჩიეთ მშობლებს მისცენ მაგალითი ბავშვებს, თუ როგორ უნდა მოიქცნენ ამ დროს. ყოველთვის წაახალისეთ ბავშვის მცდელობა, დამოუკიდებლად მოიხოცოს ცხვირი და მოიხმაროს ერთჯერადი ხელსახოცი.

სასურველია, ბავშვებთან ერთად დავამზადოთ პატარა პლაკატი A4 ზომის ფურცელზე, სადაც აისახება „ბაჭიას რჩევები“ დახველების და დაცემინების დროს. პლაკატზე შესაძლებელია დავხატოთ ან დავაწებოთ ბაჭიას სურათი და ჩამოვწეროთ ყველა ის რჩევა, რაც დღეს ბავშვებმა კურდღლისგან მიიღეს. რეკომენდებულია „რჩევების“ შესაფერისი სურათებით გაფორმება იმის გათვალისწინებით, თუ რა სახის ვიზუალური მასალა მოგვეპოვება. პლაკატი გავატანოთ მშობლებს, რათა სახლში ყურადღება გაამახვილონ იმ საკითხებზე, რაც დღეს ბაღში ბავშვებისთვის აქტუალური იყო.

ჰიგიენური თვალსაზრისით რეკომენდებულია:

ნაჭრის ცხვირსახოცების ნაცვლად, ქაღალდის ცხვირსახოცების გამოყენება.

თემა 5.

ქოთნის/ტუალეტის მოხმარება

მიზანი:
- დამოუკიდებლობის წახალისება ქოთნის/ტუალეტის მოხმარებისას.

აქტივობა: დილის წრე.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა.

საჭირო მასალა: პატარა ტომარა, თოჯინები, რბილი სათამაშოები, ხელსახოცები, ბავშვის საფენები, ქოთანი.

აქტივობისთვის მზადება: მოამზადეთ საჭირო მასალა. ტომარაში მოათავსეთ სათამაშოები, სველი ხელსახოცები და საფენები. ქოთანს ნაჭერი გადააფარეთ. აღმზრდელმა და თანაშემწემ გაინაწილეთ როლები.

აქტივობის განხორციელება: ბავშვებს უთხარით, რომ დღეს მათთან სტუმარი მოვიდა. ბაჭია ნელ-ნელა ამოიყვანეთ ტომრიდან. ბაჭია ბავშვებს ჩვეულებისამებრ, ხელის ხელზე შეხებით ესალმება.

ბაჭიას ტომრიდან ამოაქვს საფენები და ბავშვებს ეკითხება, ხომ არ იციან რა უჭირავს მას ხელში. შემდეგ უხსნის, რისთვის გვჭირდება საფენები.

ბაჭია ქოთანს მიუახლოვდება და გადაფარებულ ნაჭერს მოხსნის. ამ ნივთზეც ეკითხება ბავშვებს, თუ იციან, რა არის, და ხომ არ აქვთ სახლში ან ბაღში.

ბაჭია უყვება თავის თავზე, რომ თვითონაც საფენებს ხმარობდა. როდესაც თამაშის დროს ტუ-

ალეტში წასვლა გადაავიწყდებოდა, საფენები ეხმარებოდა არ დასველებოდა ტანსაცმელი. ახლა რაც ცოტა წამოიზარდა, ქოთნის მოხმარებაც დაიწყო. როცა გრძნობს, რომ ტუალეტში უნდება, მაშინვე გარბის ქოთნისკენ.

ვიდრე დაემშვიდობება, ბაჭია ბავშვებს სთავაზობს, რომ დაუტოვებს სათამაშოდ ტომარას თოჯინებით, საფენებით და ქოთნით.

სათამაშოების ტომარას ბაჭია წრეში ტოვებს და ბავშვებს ემშვიდობება.

დილის წრის დასრულების შემდეგ აღმზრდელი ბავშვებს ეხმარება რამდენიმე მცირე ჯგუფად გადანაწილებაში, სათამაშოებს უნაწილებს და ახალისებს ბავშვების თამაშს თოჯინებით, რბილი სათამაშოებით, ქოთნით და საფენებით.

რეკომენდაციები:

ფიზიკური გარემო

სასურველია ჯგუფში იყოს სათამაშო ქოთანი და თოჯინები, რათა ბავშვებმა შეძლონ ამ თემასთან დაკავშირებული თამაში.

იმ შემთხვევაში, თუ სახლში ბავშვი ქოთანს ეჩვევა, რეკომენდებულია ბაღშიც ჰქონდეს ინდივიდუალური ქოთანი, რომელიც მოთავსებული იქნება საპირფარეშოში.

თუ ბავშვი უნიტაზზე დაჯდომას სწავლობს, უნდა გავითვალისწინოთ უნატაზის სიმაღლე. ბავშვი უნიტაზზე ჯდომისას ფეხებს ძირს უნდა დებდეს. სასურველია უნიტაზს ჰქონდეს სპეციალური საბავშვო დასაფენი.

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

აღმზრდელი და თანაშემწე აქტიურად უნდა თანაშრომლობდნენ ბავშვის მშობელთან. მნიშვნელოვანია ქოთნის მოხმარება მშობლებთან შეთანხმებულად წაახალისონ.

მშობლებთან თანამშრომლობა

მიაწოდეთ მშობლებს შემდეგი ინფორმაცია: ქოთნის გამოყენების დასაწყებად ბავშვის მზაობის სტანდარტული ასაკი არ არის განსაზღვრული. ეს პერიოდი დაახლოებით 18 თვიდან 3 წლამდე მერყეობს. ბავშვის მზაობის დასადგენად მნიშვნელოვანია, მშობელი აკვირდებოდეს

ბავშვის ფიზიკურ, კოგნიტურ და ქცევის მზაობის ნიშნებს.

მზაობის ფიზიკური ნიშნები: რეგულარული დეფეკაცია, ხშირად მშობელს შეუძლია ამოიცნოს დროის ეს მონაკვეთი. დეფეკაცია არ ხდება ღამის პერიოდში.

მზაობის კოგნიტური ნიშნები: ბავშვს ესმის და მიყვება მარტივ ინსტრუქციებს. მაგალითად, კითხვაზე თუ სად არის მისი ქოთანი, შეუძლია მისი ჩვენება. ბავშვის ლექსიკაში მოიპოვება შარდვის და დეფეკაციის აღმნიშვნელი სიტყვები.

აცნობიერებს შარდვის ან დეფეკაციის პროცესს. მაგალითად, თამაშის დროს ჩერდება, სხვა ადგილას გადის ან გეუბნებათ/განიშნებთ.

შესაძლებელია გაგაფრთხილოთ შარდვის ან დეფეკაციის წინ.

მზაობის ქცევითი ნიშნები: ისწრაფის დამოუკიდებლობისკენ, მოსწონს და სიამოვნებს ჯილდო, გამოხატავს დისკომფორტს თუ მისი საფენი სველია ან დასვრილია. გამოხატავს ინტერესს ტუალეტის მიმართ.

მშობლებს აუხსენით, რომ არ არის აუცილებელი ამ ჩამონათვალს ბავშვი სრულად ასრულებდეს, რათა დავიწყოთ ქოთნის მოხმარებაზე მუშაობა.

მშობლებს ურჩიეთ დაგეგმონ აღნიშნული პროცესი, განსაზღვრონ მოსახერხებელი დრო, თუ როდის უნდა დაიწყონ საფენებიდან ქოთანზე გადასვლა. იმ შემთხვევაში, თუ ოჯახში რაიმე ახალი, ღირსშესანიშნავი ხდება, სასურველია, ამ დროს არ დაამთხვიოთ. ბავშვებს უყვართ დღის რეჟიმი და ოჯახში დიდ ცვლილებებზე განსაკუთრებით რეაგირებენ. შეარჩიეთ მშვიდი, სტაბილური პერიოდი.

დაგეგმეთ სწავლების სტრატეგია, მაგალითად, ბავშვს შეარჩევინეთ ტრუსები, ქოთანი. გამოიყენეთ წახალისების და დადებითი განმამტკიცებლის მექანიზმები, ყოველი მისი მცდელობა გამოიყენოს ქოთანი, შეაფასეთ დადებითად. მიეცით საშუალება დამოუკიდებლად ჩაიწიოს/აიწიოს შარვალი. კვების ან წყლის დალევის შემდეგ შესთავაზეთ ქოთანზე დაჯდომა. მოიფიქრეთ სახალისო აქტივობა ამ პროცესში.

გაითვალისწინეთ, რომ ქოთნის მოხმარების სწავლების პროცესში, იქნება ტრუსების დასვრის შემთხვევები. მნიშვნელოვანია, ბავშვი ამის გამო არ დაისაჯოს ან თქვენგან გაბრაზებული რეაქცია არ მიიღოს.

მშობლის მიერ დაგეგმილი სტრატეგია მნიშვნელოვანია გადავიდეს ბაღის გარემოშიც და აღმზრდელმა და თანაშემწემ მსგავსი მიდგომით იმუშაონ.

ნაწილი მეორე.

თემები 3–5 წლის ბავშვებისათვის

გზამკვლევის მეორე ნაწილი 3-5 წლის ბავშვებისთვის განსაზღვრულ სამუშაო თემებს მოიცავს. საკითხები გაყოფილია ორ ძირითად კატეგორიად: პირადი ჰიგიენა და სისუფთავე ჩვენს გარშემო. პირადი ჰიგიენის კატეგორიაში მოცემულია შემდეგი თემები: ხელების სისუფთავე, ჰიგიენის წესები გაციების დრო, კბილების მოვლა და ჰიგიენა, ტანის და თმის მოვლა, ჰიგიენა საპირფარეშოს მოხმარებისას, კვება და სისუფთავე. კატეგორია სისუფთავე ჩვენს გარშემო მოიცავს სათამაშო ოთახის და ეზოს სისუფთავეს.

გზამკვლევის 3-5 წლის ბავშვებთან სამუშაო თემები ეფუძნება ბავშვის განვითარების სტანდარტებში ამ კონკრეტული ასაკობრივი ჯგუფისთვის მოცემულ თვითმოვლის უნარ-ჩვევებს. მაგალითად, ბავშვი ჭამის დროს თავისუფლად იყენებს კოვზს და ჩანგალს, ასხამს წყალს დოქიდან, ისე რომ არ დაეღვაროს, შეუძლია დიდი ღილის და ელვის შეკვრა, ცნობს ჰიგიენის საშუალებებს, დამოუკიდებლად იხეხავს კბილებს, ასევე დამოუკიდებლად სარგებლობს ტუალეტით.

თითოეულ თემაზე მუშაობისას გათვალისწინებულია სასწავლო სააღმზრდელო პროგრამა, რომლითაც აღმზრდელები 3-5 წლის ბავშვებთან მუშაობენ. მსგავსია სასწავლო სტრატეგიები და მეთოდიკა. ყოველი თემის გაცნობა იწყება დილის წრით. დილის წრეზე აღმზრდელი ცდილობს თემა საინტერესო გახადოს ბავშვებისთვის, შესაბამისად არ იფარგლება მხოლოდ საუბრით და შემოაქვს სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი მარტივი აქტივობა ან იყენებს ვიზუალურ მასალას. დილის წრის დასრულების შემდეგ, აღმზრდელს ეძლევა შესაძლებლობა განაგრძოს თემაზე მუშაობა. გზამკვლევში მოცემული აქტივობების უმეტესობა მცირე ჯგუფებისთვის არის განკუთვნილი და ამა თუ იმ ცენტრში შეგვიძლია განვახორციელოთ, მაგალითად, დრამატული თამაშის, სამაგიდო ან ხელოვნების ცენტრი.

გზამკვლევის მეორე ნაწილშიც დიდი ყურადღება ეთმობა ფიზიკურ გარემოს, აღმზრდელის და თანაშემწის როლს, ასევე აქტიურ თანამშრომლობას მშობლებთან. თითოეულ თემასთან დაკავშირებით მოცემულია რეკომენდაციები, რომლებიც ეხმარება აღმზრდელს და თანაშემწეს იმუშაოს ბავშვის დამოუკიდებლობის წახალისებაზე.

პირადი ჰიგიენა

თემა 1.

ხელების სისუფთავე

მიზანი:

1) ბავშვები გაეცნონ შემდეგ საკითხებს:
   - ბაქტერიები და მათი გავრცელება
   - ფრჩხილების სისუფთავე
   - აქტივობები, რომლის შემდგომ/წინ ვიბანთ ხელებს
   - ხელების დაბანის 10 საფეხური

2) ბავშვების დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა ხელის დაბანის პროცესში.

აქტივობა: დილის წრე.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა

აქტივობისთვის საჭირო მასალა: ისეთი ზომის ბურთი, რომ ბავშვებმა ადვილად შეძლონ დაჭერა, ბრჭყვიალა წებო, სურათები - ჭუჭყიანი, მოუჭრელი ფრჩხილებით და სუფთა, ლამაზად დაჭრილი ფრჩხილებით. იხ. დანართი 4, 5.

აქტივობისთვის მზადება: ითანამშრომლეთ მუსიკის პედაგოგთან და მარტივად გარითმეთ ხელების დაბანის 10 ნაბიჯი - ონკანის მოშვება, ხელების დასველება, ხელებზე საპნის დასხმა, ხელების ერთმანეთზე კარგად გადასმა, თითების თითებშუა მოქცევა, ცერა თითის გასაპვნა, ფრჩხილების ხელის გულებზე გასმა, წყლით საპნის მოცილება, ონკანის დაკეტვა და ხელების გამშრალება, რათა ბავშვებისთვის თამაში უფრო სახალისო იყოს. აღმზრდელმა და თანაშემწემ დილის წრისთვის გადაინაწილეთ როლები.

გაითვალისწინეთ, რომ ბაქტერიებზე საუბრისას ბავშვებს შფოთი არ გაუჩინოთ და შემდეგ ხელების დასვრის არ შეეშინდეთ.

აქტივობის განხორციელება: დილის წრეზე ბავშვებს უთხარით, რომ დღეს უცნაურ არსებებზე, ბაქტერიებზე, ისაუბრებთ და ითამაშებთ. ჰკითხეთ ბავშვებს, რატომ ვიბანთ ხელებს? ხომ არ გაუგიათ ბაქტერიების შესახებ? მოუყევით მარტივად ბაქტერიებზე, როგორც ძალიან პატარა არსებებზე, რომელთა თვალით დანახვა შეუძლებელია.

სთხოვეთ დახედონ ხელებს და ამოიცნონ უსუფთაო თუ სუფთა ხელებია. მიუხედავად იმისა, რომ ხელებზე ჭუჭყი არ გვეტყობა, მაინც შეიძლება იყვნენ ბაქტერიები, ისინი ხომ ისეთი პატარები არიან, რომ ჩვენ თვალით ვერ ვხედავთ.

ჰკითხეთ ბავშვებს, მათი აზრით ბაქტერიები რამეს გვიშავებენ თუ არა?

გაამახვილეთ ყურადღება იმაზე, რომ ბაქტერიების მიუხედავად ძალიან კარგად ვთამაშობთ თამაშებს, რომელთა დროსაც ხელები გვესვრება, მაგალითად, სიამოვნებით ვთამაშობთ ქვი-

შაში, საღებავებით, პლასტელინებით და ძალიან კარგადაც ვისვრით ხელებს, იმიტომ რომ ბაქტერიების მოცილება არცთუ ისე ძნელია. ჰკითხეთ ბავშვებს, როგორ მოვიცილოთ ბაქტერიები ხელიდან? როდის უნდა დავიბანოთ ხელები? განიხილეთ ყველა მნიშვნელოვანი აქტივობა, რომლის შემდეგ ან მანამდე აუცილებელია ხელების დაბანა (ეზოში თამაში, საპირფარეშოს მოხმარება, ცხოველებთან თამაში, ასევე კვების და კულინარიული აქტივობის წინ და შემდგომ). განხილვის დროს სასურველია აჩვენოთ ბავშვებს სურათი. დანართი 6.

უთხარით, რომ ბაქტერიებს უყვართ ფრჩხილებში შემალვა და თუ გვინდა მათი იოლად დამარცხება, ფრჩხილები კარგად უნდა დავიჭრათ. აჩვენეთ სურათი ჭუჭყიანი, დაუჭრელი ფრჩხილებით და სუფთა, დაჭრილი ფრჩხილებით. განიხილეთ, რომელში უფრო მეტი ჭუჭყი და ბაქტერიაა. რომელი უფრო ლამაზად გამოიყურება. იხ. დანართი 4,5.

ისიც უთხარით, რომ ბაქტერიები ერთი ადამიანიდან მეორეზე გადადის. შესთავაზეთ შემდეგი თამაში: აღმზრდელმა ხელზე ბრჭყვიალა წებო დაიწვეთოს და ხელები ერთმანეთზე გაის-

ვას. შემდეგ ბურთი ხელებში ისე აათამაშოს, რომ ბრჭყვიალა წებო ბურთზე კარგად გადავიდეს. ბურთი ბავშვებს გადაუგდეთ. თამაშის დასრულების შემდეგ ყველამ ხელებს დახედოს და ნახონ „ბაქტერიები“ გადაედოთ თუ არა.

ჰკითხეთ ბავშვებს, რა გჭირდებათ ახლა ხელის დასაბანად (საპონი, თბილი წყალი)? იცოდით, რომ თურმე ხელის დაბანის დროს ყველაზე მეტად ცერა თითი „გვეჩაგრება“? აღმზრდელი და თანაშემწე ცერა თითს აწევენ და ბავშვებსაც სთხოვენ ცერა თითი დაანახონ. სწორედ თქვენს ცერა თითს ყველაზე ნაკლებად ხვდება საპონი და წყალი. ხელების დაბანისას ასევე „გვეჩაგრებიან“ ფრჩხილები, რადგან ისინიც ხშირად საპნის გარეშე რჩებიან.

ხელების დასაბანად საჭიროა მომზადება. აღმზრდელი ეკითხება ბავშვებს, როგორ ემზადებიან ხელების დასაბანად (თუ გრძელსახელოიანი პერანგი გვაცვია, სახელურებს ვიკეცავთ). ამის შემდეგ კი სთავაზობს სიმღერით ხელების დაბანის 10 ნაბიჯს და მოძრაობებს ხელებით.

ამ აქტივობის დასრულების შემდეგ ბავშვებს ეძლევათ საშუალება გავიდნენ და დაიბანონ ხელები.

აქტივობა: ბაქტერიებზე ვიდეოს ჩვენება და განხილვა.

მცირე ან სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა. შესაძლებელია გამოვიყენოთ მეცნიერების ცენტრი.

საჭირო მასალა: ასაკის შესაბამისი ვიდეომასალა ბაქტერიებზე, სასურველია ანიმაცია, კომპიუტერი, ეკრანი, პროექტორი (შესაძლებელია მხოლოდ კომპიუტერის გამოყენება, ამ შემთხვევაში ყურადღება მიაქციეთ, რომ ყველა ბავშვი ხედავდეს ვიდეომასალას ან შეგიძლიათ წაახალისოთ ბავშვების ჯგუფებში გადანაწილება, რიგრიგობით სანახავად. ჯერ ერთმა ჯგუფმა უყუროს, მაშინ როცა სხვა ბავშვები სხვადასხვა ცენტრებში იქნებიან დაკავებულები, ხოლო შემდეგ მეორე ჯგუფმა ნახოს ვიდეო მასალა).

აქტივობისთვის მზადება: მოიძიეთ ისეთი ვიდეომასალა ბაქტერიებზე, რომელიც ბავშვებს დაეხმარება დაინახონ, როგორ შეიძლება გამოიყურებოდნენ ბაქტერიები. რეკომენდებულია იყოს მოკლე, სახალისო, ასაკის შესაბამისი ანიმაცია. რადგან ქართულად ასეთი მასალა მწირია, შეგიძლიათ გამოიყენოთ უცხოური, ხმა ჩაუწიოთ და თავად გაუკეთოთ კომენტარები ჩვენების დროს. მოამზადეთ კითხვები აღნიშნულ მასალასთან დაკავშირებით. მოაწყვეთ გარემო ისე, რომ ყველა ბავშვი ხედავდეს ეკრანს.

განხორციელება: ვიდეოჩვენების შემდეგ მოაწყვეთ განხილვა. დაუსვით ბავშვებს კითხვები და წაახალისეთ, რათა ყველამ მიიღოს დისკუსიაში მონაწილეობა.

აქტივობა: სუფთა და ჭუჭყიანი ფრჩხილები.

მცირე ჯგუფებში განსახორციელებელი აქტივობა. შესაძლებელია ხელოვნების ცენტრის გამოყენება.

მასალა: თხელი მუყაო, მაკრატელი, წებო, თეთრი ქაღალდები.

აქტივობისთვის მზადება: დაეხმარეთ ბავშვებს ჯგუფებში გადანაწილებაში. მაგიდაზე მოუმზადეთ საჭირო მასალა. აღმზრდელმა და თანაშემწემ გადაინაწილეთ როლები მუშაობის პროცესში.

აქტივობის განხორციელება: ბავშვებს შესთავაზეთ დაამზადონ ხელები, ერთი - სუფთა ფრჩხილებით, მეორე - ჭუჭყიანით. მუყაოზე ხელის კონტური გააკეთეთ, შემდეგ გამოჭერით და ბავშვებმა სურვილისამებრ გაუკეთონ სუფთა და ჭუჭყიანი ფრჩხილები. შეგიძლიათ ბავშვებს სთხოვოთ აღწერონ, როგორ დაისვარა ფრჩხილები მისმა ერთმა ხელმა და როგორ მოახერხა, რომ მეორეს ასეთი სუფთა ფრჩხილები აქვს. ჰკითხეთ, რა უნდა გააკეთოს იმ ხელმა, რომელსაც ასეთი ჭუჭყიანი ფრჩხილები აქვს.

დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა ხელების დაბანის პროცესში

რეკომენდაციები:

ფიზიკური გარემო

დააკვირდით, რამდენად აქვთ ბავშვებს შესაძლებლობა, მისწვდნენ ხელსაბანს, ონკანს, ონკანის მოსაშვებს, ან რა სიმაღლეზე დევს საპონი და ხელის გასამშრალებელი. როდესაც გვსურს ამა თუ იმ აქტივობას ბავშვები დამოუკიდებლად ახორციელებდნენ, მნიშვნელოვანია, რომ ნივთები, რომელიც ამ შემთხვევაში სჭირდებათ, მათთვის ხელმისაწვდომი იყოს. სასურველია, ონკანთან იყოს ხელის დაბანის ვიზუალური მინიშნება - ხელის დაბანის საფეხურები. იხ. დანართი 7. რეკომენდებულია ეს მინიშნება ბავშვებთან ერთად დაამზადოთ და მათთან ერთადვე გამოაკრათ ხელსაბანთან. მიაქციეთ ყურადღება, რა სიმაღლეზე აკრავთ პლაკატს, რამდენად არის შესაძლებელი ბავშვებისთვის მისი დანახვა. ხელის დაბანის პროცესში, საჭიროების შემთხვევაში, ბავშვს მიუთითეთ ვიზუალურ მინიშნებაზე.

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

ხელის სისუფთავეზე ზრუნვა რუტინული პროცესია. ხელების სწორად დაბანაც ბავშვებისთვის უნდა გახდეს რუტინული, თუმცა სახალისო აქტივობა. შესთავაზეთ სიმღერა ხელების დაბანის პროცესში. დაიბანეთ მათთან ერთად თქვენც. შეგიძლიათ გქონდეთ ხელის დაბანის კვირეული, როცა ბავშვები ერთმანეთს დააკვირდებიან სწორად იბანენ ხელებს თუ არა. რამე ხომ არ გამორჩათ, მაგალითად, ცერა თითის დაბანა, ფრჩხილების გასმა ხელის გულებზე, ხელების კარგად გამშრალება და ა.შ. თქვენც, როგორც აღმზრდელი, ჩაერთეთ ამ პროცესში. თქვენც დაგაკვირდეთ ერთ-ერთი ბავშვი. სთხოვეთ ბავშვებს, თავისი ცოდნა სხვებსაც გაუზიარონ, მათ გარშემო მყოფებსაც ურჩიონ ხელების სწორად დაბანის სტრატეგიები.

ვიდრე ხელის დასაბანად გაიყვანდეთ, ბავშვები დაყავით ჯგუფებად, რათა ერთდროულად ბევრი ბავშვი არ შევიდეს, რაც ქაოსს გამოიწვევდა და შეუძლებელს გახდიდა აქტივობის ხარისხიანად განხორციელებას.

ეცადეთ ყოველდღიურად ჩაინიშნოთ ბავშვების ინდივიდუალური საჭიროებები ხელის დაბანის პროცესში და მოძებნოთ სწავლების გზები.

მშობლებთან თანამშრომლობა

საბავშვო ბაღში გაზრდილი დამოუკიდებლობა ხელის დაბანის პროცესში არ ნიშნავს იმავეს სახლის გარემოში. გააცანით მშობლებს სამუშაო თემა და თემის მნიშვნელობა. აუხსენით, როგორი მეთოდით მუშაობთ. ურჩიეთ, აუცილებლად მიაქციონ ყურადღება ყველა იმ აქტივობას, რომლის შემდგომ/წინ ხელის დაბანას დიდი მნიშვნელობა აქვს. ასევე მიაქციონ ყურადღება ფიზიკურ გარემოს, ხომ არ არის ბავშვის დამოუკიდებლად მოქმედებისთვის ხელის შემშლელი ფაქტორები.

აუხსენით, რომ ბავშვისთვის ხელის დაბანა თუ ფრჩხილების სისუფთავე სახალისო და საინტერესო უნდა იყოს. აარჩევინეთ ბავშვებს ხელის საპონი, პირსახოცი. ერთად შეიძინეთ ფრჩხილების მაკრატელი. აჩვენეთ, თავად როგორ იჭრით ფრჩხილებს. სახლში გააკარით ბავშვებთან ერთად ხელის დაბანის პლაკატი. შეაქეთ, როცა ბავშვები თავად ინიცირებენ ხელის დაბანას, როცა ხელის დაბანის საფეხურებს ასრულებენ, მაგალითად, რა კარგად გაისაპნე ხელები, როგორი ყოჩაღი ხარ, რომ არც ფრჩხილები დაგვიწყნია და ა.შ.

ურჩიეთ მშობლებს მისცენ ბავშვებს დრო და მაქსიმალური დამოუკიდებლობა ხელების დაბანის პროცესში.

რჩევების მიცემის შემდეგ მნიშვნელოვანია ამ თემას რამდენიმე დღის შემდეგ დაუბრუნდეთ და ჰკითხოთ მშობლებს, როგორ ხორციელდება ეს აქტივობა სახლში. მოუყევით, როგორ იბანს მათი შვილი ხელებს ბაღში.

მშობლებისთვის დღის მუშაობის ძირითადი გზავნილების გასაცნობად, შეგიძლიათ გამოიყენოთ დაფა, რომელიც მოთავსებული იქნება ჯგუფის ოთახში ან ჯგუფში შემოსასვლელ დერეფანში. დაფაზე არ უნდა იყოს ინფორმაცია კონკრეტული ბავშვის შესახებ. დაფის დანიშნულებაა დღის აქტივობების, პროცესის, ჯგუფის გამოცდილების გაზიარება, ასევე, თემის შესახებ მნიშვნელოვანი რეკომენდაციების და გზავნილების გაცნობა.

თემა 2.

ჰიგიენის წესები გაცივების დროს

მიზანი:

1) ბავშვები გაეცნობიან შემდეგ საკითხებს:
   - ბაქტერიების გავრცელება დახველების და დაცემინების დროს
   - ბაქტერიების გავრცელების შემცირება დახველების და დაცემინების დროს
2) ბავშვების დამოუკიდებლობის გაზრდის ხელშეწყობა გაციების დროს ჰიგიენის წესების დაცვისას.

აქტივობა: დილის წრე.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა.

საჭირო მასალა: ერთჯერადი ცხვირსახოცები, გასაბერი ბუშტი, დაჭრილი ბრჭყვიალა ქაღალდები, პატარა ძაბრი, ბუშტების გასაბერი.

მომზადება: ბუშტზე დაამაგრეთ ძაბრი და მისი მეშვეობით ბუშტში ჩაყარეთ პატარებად დაჭრილი ბრჭყვიალა ქაღალდები. შემდეგ ბუშტი გაბერეთ და ძაფი შემოახვიეთ.

განხორციელება: ბავშვებს აჩვენეთ ერთჯერადი ცხვირსახოცები და ჰკითხეთ, ხომ არ იციან რისთვის გვჭირდება?

ჰკითხეთ, გაციებული ხომ არ არის ვინმე? ხომ არ ახსოვთ როგორ გრძნობდნენ თავს როცა გაციებულები იყვნენ? თქვენი გამოცდილებაც გაუზიარეთ. უთხარით, რომ გაციების გამო ხშირად სახალისო აქტივობებს ვეთიშებით. ამიტომ არცთუ ისე სასიამოვნოა გაციება. ვახველებთ, ვაცემინებთ და ცხვირიდან სითხეც ჩამოგვდის. აუხსენით, რომ სწორედ ბაქტერიების და ვირუსების, ამ პატარა არსებების გამო ვცივდებით. უთხარით, რომ ეს პატარა არსებები ძალიან სწრაფად დაფრინავენ. ჰკითხეთ ბავშვებს, რა დაფრინავს მათი აზრით სწრაფად?

ბუშტი ისე დაიჭირეთ, რომ შიგნით ჩაყრილი ქაღალდები ქვემოთ მოგროვდეს, შემდეგ მოხსენით ძაფი და ხელი გაუშვით. ბუშტი აფრინდება და ფერადი ქაღალდებიც აქეთ-იქით მიმოიფანტება. აუხსენით ბავშვებს, რომ ბაქტერიებიც ასე სწრაფად გამოფრინდებიან ჩვენი ცხვირიდან, როცა ვაცემინებთ.

ხელი რომ ავიფაროთ დაცემინებისას, მაშინ რა მოხდება? დააცემინოს აღმზრდელმა, ხელი აიფაროს, მერე ხელზე ბრჭყვიალა წებო დაისხას და თანაშემწეს ხელით ხელზე შეხებით მიესალმოს. ასე გადაედება გაციება თქვენს მეგობარსაც, როგორც ეს „ბაქტერიები“ გადაედო ხელზე.

როგორ შევაჩეროთ ბაქტერიები? აღმზრდელი ბავშვებს ერთჯერად ხელსახოცებს აჩვენებს. სწორედ ამ ჯადოსნური ხელსახოცებით ვაჩერებთ ბაქტერიებს.

აღმზრდელი აჩვენებს ბავშვებს როგორ ჩაბერონ ცხვირით ხელსახოცში და ხელსახოცი ნაგვის ყუთში ჩააგდონ. დაურიგეთ ბავშვებს ხელსახოცები და შესთავაზეთ გაიმეორონ იგივე სურვილისამებრ.

თანაშემწე კითხულობს, როგორ უნდა მოვიქცეთ თუ ხელსახოცი სახლში დაგვრჩა. აღმზრდელი დაფიქრდება. ხელში არასოდეს არ უნდა დავაცემინოთ ან დავახველოთ. ამბობს, ასეთ დროს ჩვენი მკლავები უნდა დავიხმაროთო და აჩვენებს ბავშვებს, როგორ უნდა დავახველოთ ან დავაცემინოთ მკლავში. ბავშვებსაც სურვილისამებრ გაამეორებინებს აქტივობას.

დასრულებისას აღმზრდელი და თანაშემწე შეაჯამებენ დღის თემას.

აქტივობა: გაციებული ადამიანები

მცირე ჯგუფებში განსახორციელებელი აქტივობა. შესაძლებელია ხელოვნების ან სამაგიდო ცენტრის გამოყენება.

საჭირო მასალა: მუყაო, ფერადი ქაღალდები, წებო, ერთჯერადი ხელსახოცები, ფანქრები.

მომზადება: მუყაოსგან გამოჭერით მრგვალი ფორმები. აღმზრდელმა და თანაშემწემ გაინაწილეთ როლები მუშაობის პროცესში.

აქტივობის განხორციელება: ბავშვებს მუყაოზე ჯერ ადამიანის სახის დახატვა შესთავაზეთ, შემდეგ ხელების გამოსახულება გააკეთეთ ქაღალდზე ხელის კონტურით. ხელი ნიკაპს მიაკარით და თითებს შუა ხელსახოცი ჩაუდეთ.

აქტივობის დასრულების შემდეგ შეაჯამეთ ეს პროცესი და ხელსახოცის გამოყენებაზე გაამახვილეთ ყურადღება.

გაციების დროს დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა ჰიგიენის წესების დაცვისას

რეკომენდაციები:

ფიზიკური გარემო

ჯგუფში გამოყავით ადგილი, სადაც ყოველთვის იდება ერთჯერადი ქაღალდის ცხვირსახოცები. ბავშვებს გაანახეთ ეს ადგილი. იმ შემთხვევაში, თუ პირადი ერთჯერადი ცხვისახოცი არ აქვთ, წაახალისეთ ბავშვი, დამოუკიდებლად აიღოს ჯგუფში არსებული ერთჯერადი ხელსახოცი.

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

წაახალისეთ ბავშვები დახველების და დაცემინების დროს გამოიყენონ ერთჯერადი ხელსახოცი. ყოველთვის შეაქეთ ბავშვები, როცა დამოუკიდებლად მოიხმარენ ხელსახოცს.

მშობლებთან თანამშრომლობა

მშობლებს მოუყევით დღევანდელი დღის შესახებ და შესთავაზეთ სახლში ისაუბრონ აღნიშნულ საკითხზე. სთხოვეთ ბავშვებს, სახლში ოჯახის წევრებს ასწავლონ დახველების და დაცემინების დროს როგორ უნდა მოიქცნენ.

ურჩიეთ მშობლებს ბავშვებს გამოატანონ ერთჯერადი ხელსახოცები. შეგიძლიათ ხელსახოცები ბავშვების კარადაში მოათავსოთ, რომელსაც მშობელი რეგულარულად შეამოწმებს და როგორც კი გათავდება, გამოატანს ბავშვს.

მშობლებს ესაუბრეთ ბავშვის უნარზე, დამოუკიდებლად მოიწმინდოს ცხვირი. ურჩიეთ წაახალისონ ეს პროცესი დადებითი განმამტკიცებლით.

თემა 3.

კბილების მოვლა და ჰიგიენა

მიზანი:

1) ბავშვები გაეცნობიან შემდეგ საკითხებს:
- კბილების დანიშნულება
- კბილების მოვლისა და ჰიგიენის მნიშვნელობა
- ჯანსაღი კვება, ჯანსაღი კბილები
- კბილის ექიმი, როგორც ჩვენი „კბილების მეგობარი“

2) ბავშვების დამოუკიდებლობის გაზრდის ხელშეწყობა კბილების მოვლის დროს.

აქტივობა: დილის წრე.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტოვობა.

საჭირო მასალა: კბილების მოდელი, ჯაგრისი, კბილის პასტა, ორი ფორმატის ქაღალდი, პატარა ტომარა, ჯანსაღი და არაჯანსაღი საკვების სურათები.

მომზადება: ფორმატის ერთ ქაღალდზე დახატეთ ჯანსაღი კბილი, ხოლო მეორეზე - დაზიანებული. მოიძიეთ ჯურნალ-გაზეთებში ჯანსაღი და არაჯანსაღი საკვების ფოტოები ან გამოიყენეთ დანართი 2,3.

აღმზრდელმა და თანაშემწემ ერთად დაგეგმეთ დილის წრის პროცესი და გაინაწილეთ როლები.

აქტივობის განხორციელება: ბავშვებს უთხარით, რომ დღეს კბილებზე ისაუბრებთ. ამოიღეთ კბილების მოდელი პატარა ტომრიდან. ჰკითხეთ, რისთვის გვჭირდება კბილები? რას ფიქრობენ, უნდა მოუარონ თუ არა კბილებს? როგორ უნდა მოუარონ? ჰკითხეთ, იხეხავენ თუ არა კბილებს სახლში და როდის იხეხავენ? რა ფერის ჯაგრისი აქვთ? ჯაგრისი საზიარო აქვთ თუ საკუთარი? რატომ არ ვუზიარებთ ჯაგრისს სხვებს?

ყურადღება გაამახვილეთ საკვებზე, რომელიც კბილებს აზიანებს და საკვებზე, რომელიც არ აზიანებს. წრის შუაგულში იატაკზე გაშალეთ ფორმატები და ბავშვებს მათი ჯანსაღი და არაჯანსაღი საკვებით შევსება შესთავაზეთ. ჩამოატარეთ ტომარა, რომელშიც საკვების პატარა სურათები იქნება. სურვილისამებრ ამოიღონ ბავშვებმა სურათები და განიხილეთ, ეს საკვები კბილებს აზიანებს თუ არა. რომელიც აზიანებს, დაზიანებული კბილის ფორმატზე გააკარით, რომელიც არ აზიანებს - ჯანსაღი კბილების.

ბავშვებს ჰკითხეთ, ვის უნდა მივაკითხოთ, როცა კბილები დაგვიზიანდება? ისაუბრეთ კბილის ექიმზე, როგორც ჩვენი კბილების მეგობარზე.

თემის დასასრულს შესთავაზეთ კბილის მოდელზე კბილების გახეხვა. აჩვენეთ კბილებზე ჯაგრისის სწორი მოძრაობა. იხ.დანართი 8. შემდეგ კი სურვილისამებრ მიეცით ბავშვებს შესაძლებლობა კბილის პასტა მოათავსონ ჯაგრისზე და გახეხონ კბილების მოდელი.

აღმზრდელი აჩვენებს ბავშვებს, როგორ დაიჭირონ ჯაგრისი სწორად ხელში, შემდეგ კბილის მოდელზე აჩვენებს, როგორ უნდა ვამოძრაოთ ჯაგრისი კბილებზე ისე, რომ ყველა კბილი გავასუფთაოთ.

მაგალითად: დავიწყოთ ზედა ყბით, ჯაგრისი კბილზე ისე მოვათავსოთ, რომ ცოტათი ღრძილსაც ეხებოდეს. ვამოძრაოთ ზემოდან ქვემოთ მიმართულებით, სამჯერ ერთ ადგილას და გადავიდეთ შემდეგ კბილზე. გავასუფთაოთ ყველა ზედა კბილის წინა ნაწილი და შემდეგ ქვედა ყბაზე გადავიდეთ, ჯაგრისი ვამოძრაოთ ქვემოდან ზევით მიმართულებით. შემდეგ ორივე ყბის კბილების შიდა მხარეც გავასუფთაოთ. ბოლოს კი კბილებს საღეჭი მხარეც გავუწმინდოთ ჯაგრისის წინ და უკან მოძრაობით.

აუხსენით ბავშვებს, რომ კბილის პასტა მხოლოდ კბილის გამოსახეხად გამოიყენება და არა საჭმელად, ამიტომ როგორც კი დავასრულებთ კბილების გამოხეხვას, მაშინვე წყლით უნდა გამოვირეცხოთ პირის ღრუ.

იმისათვის, რომ კარგად დაეუფლონ ჯაგრისის სწორ მოძრაობებს, აღმზრდელმა შესაძლებელია ბავშვებს შესთავაზოს ხელით-ხელზე ტექნიკა, ანუ ბავშვთან ერთად დაიჭიროს ჯაგრისი და ერთად ამოძრაონ კბილის მოდელზე, შემდეგ ხელი გაუშვას და დააკვირდეს, ბავშვი დამოუკიდებლად განაგრძობს თუ არა მსგავს მოძრაობებს.

შეაჯამეთ დილის წრის თემა ბავშვებთან ერთად და უთხარით, რომ დღის განმავლობაში სახალისო აქტივობებს შესთავაზებთ კბილის სისუფთავეზე.

აქტივობა: დაზიანებული კბილი.

მცირე ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა. შესაძლებელია გამოვიყენოთ მეცნიერების ცენტრი.

საჭირო მასალა: კვერცხი, „კოკა-კოლა“.

აქტივობისთვის მზადება: მოხარშეთ კვერცხი, სასურველია იმდენი, რამდენი ბავშვიც არის ჯგუფში, თუმცა შესაძლებელია ერთი კვერცხი 5-6 ბავშვმა მოიხმაროს.

აქტივობის აღწერა: ბავშვებს ჰკითხეთ, „კოკა-კოლა“ თუ უყვართ და რამდენად ხშირად სვამენ? კიდევ რა სახის გაზიან სასმელებს სვამენ? მათი აზრით ეს სასმელები კბილებს აზიანებს თუ არა? შემდეგ შესთავაზეთ, რომ ეს მოხარშული კვერცხი „კოკა-კოლით“ სავსე ჭიქაში მოათავსონ. ჭიქები ჯგუფში ერთ ადგილას შეინახეთ და უთხარით, მეორე დღეს ნახონ, კვერცხს რა დაემართება. მეორე დღეს ყველა ბავშვს მიეცით საშუალება, ნახოს რა დაემართა კვერცხს. შესთავაზეთ, კვერცხი ჯაგრისებით გაწმინდონ.

აქტივობა: კბილების გასუფთავება.

მცირე ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა. შესაძლებელია აქტივობა სამაგიდო ან დრამატულ ცენტრში განხორციელდეს.

საჭირო მასალა: კვერცხის ჩასადებები, ჯაგრისები და კბილის პასტა.

განხორციელება: ბავშვებს შესთავაზეთ, წარმოიდგინონ, რომ კვერცხის ჩასადებები კბილებია. მიეცით ჯაგრისები და კბილის პასტა და სთხოვეთ, რომ გახეხონ „კბილები“. დააკვირდით ჯაგრისის მოძრაობას „კბილებზე“.

დამოუკიდებლობის გაზრდის ხელშეწყობა კბილების მოვლის პროცესში

რეკომენდაციები:

ფიზიკური გარემო

მნიშვნელოვანია ფიზიკური გარემო ბავშვებს აძლევდეს საშუალებას ბაღში, საუზმის შემდეგ გამოიხეხონ კბილები. აბაზანაში უნდა იყოს გამოყოფილი სპეციალური ადგილი, სადაც თითოეული ბავშვის ჭიქა მოთავსდება, ჯაგრისით და კბილის პასტით.

გამოაკარით ნიჟარასთან კბილის გამოხეხვის აქტივობის ვიზუალური მასალა. იხ. დანართი 9.

ისევე როგორც ხელის დაბანის დროს, წყლის ნიჟარის სიმაღლეს და ონკანის მისაწვდომობას ბავშვისთვის უდიდესი მნიშვნელობა აქვს.

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

ბაღში კბილების გამოხეხვას ბავშვებისთვის უდიდესი მნიშვნელობა აქვს როგორც დამოუკიდებლობის გაზრდის, ისე კბილის მოვლის ჩვევად ჩამოყალიბების თვალსაზრისით.

საუზმის შემდეგ აღმზრდელმა და თანაშემწემ დრო უნდა გამოყონ კბილის გამოხეხვისთვის და წაახალისონ ეს პროცესი. ბაღში თან იქონიეთ თქვენი ჯაგრისი. საჭიროების შემთხვევაში აჩვენეთ ბავშვებს, როგორ ამოძრავებთ ჯაგრისს კბილებზე.

კვების დროს ესაუბრეთ საკვებზე და მის მნიშვნელობაზე კბილების სიჯანსაღისთვის.

მშობლებთან თანამშრომლობა

ესაუბრეთ მშობლებს კბილების მოვლის აუცილებლობაზე ამ ასაკში. ურჩიეთ, კბილის გახეხვის პროცესი სახალისო გახადონ ბავშვებისთვის.

მიეცით ბავშვებს საშუალება, თავად აირჩიონ კბილის ჯაგრისი და კბილის პასტა. გამოიხეხეთ ბავშვებთან ერთად კბილები, თუ ეს უფრო სახალისოს გახდის მათთვის ამ პროცესს, ასე უფრო ადვილად აჩვენებთ, როგორ ამოძრაონ ჯაგრისი კბილებზე.

ისაუბრეთ სახლში ჯანსაღ საკვებზე და საკვების გავლენაზე კბილების სიჯანსაღეზე. ჩართეთ ბავშვები კბილებისთვის ჯანსაღი საკვების შერჩევის პროცესში. მაღაზიაში ყოფნის დროს გაამახვილეთ ყურადღება ამ თემაზე.

გამოიყენეთ დადებითი განმამტკიცებლები და წახალისების მეთოდები აღნიშნული აქტივობის განხორციელებისას. გააცანით მშობლებს სტომატოლოგის რჩევები. იხ. გვ. 24.

თემა 4.

ტანის და თმის მოვლა

მიზანი:

1) ბავშვები გაეცნობიან შემდეგ საკითხებს:
   - ბანაობა
   - თმის მოვლა
   - ტილები
   - სუფთა ტანსაცმელი

2) ბავშვების დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა თმის დავარცხნის და ტანსაცმლის ჩაცმა/გახდის დროს.

აქტივობა: დილის წრე.

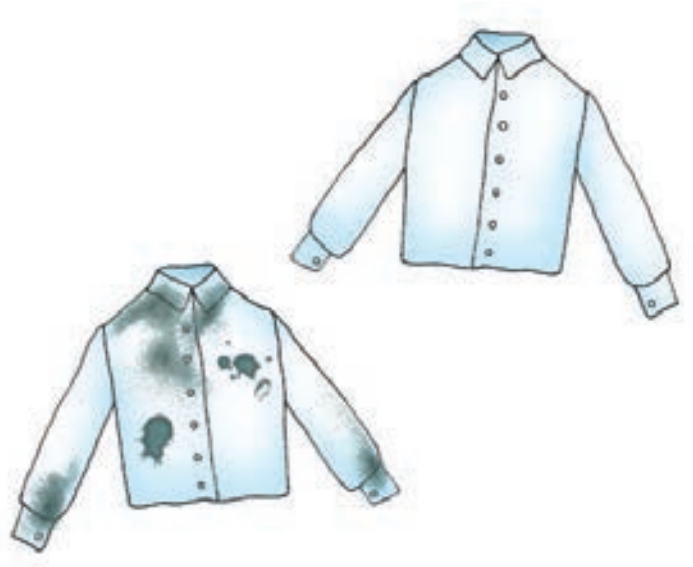
სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა.

საჭირო მასალა: მუყაო, ტომარა შემდეგი ნივთებით - საპონი, შამპუნი, ტანის ღრუბელი, სავარცხელი, სარკე, ჭუჭყიანი და სუფთა ტანსაცმელი.

მომზადება: მოიძიეთ საჭირო მასალა. აღმზრდელმა და თანაშემწემ გადაინაწილეთ როლები.

დილის წრე: გააცანით ბავშვებს დღის თემა. ჰკითხეთ, რატომ ვბანაობთ, როგორ ვგრძნობთ თავს დაბანის შემდეგ? ამოაღებინეთ ბავშვებს ტომრიდან სხვადასხვა ნივთები - საპონი, ღრუბელი, შამპუნი, გასამშრალებელი და განიხილეთ, რისთვის გვჭირდება ისინი. ისაუბრეთ სავარცხლის და სარკის დანიშნულებაზე. შეგიძლიათ სარკე ჩამოატაროთ წრეზე, ბავშვებმა ჩაიხედონ სარკეში და თავად ამოიცნონ თმა დასავარცხნი აქვთ თუ არა.

ამოიღეთ ტომრიდან დასვრილი და სუფთა ტანსაცმელი და ახლა მათზე ისაუბრეთ, ჰკითხეთ ბავშვებს, რომელი უფრო მოსწონთ და ბანაობის შემდეგ რომელი ტანსაცმელის ჩაცმას ამჯობინებენ.



ჰკითხეთ ბავშვებს, რა გაუგიათ ტილების შესახებ? აუხსენით, რომ ტილები ძალიან პატარა არსებები არიან, თუმცა ბაქტერიებისგან განსხვავებით, მათ ვხედავთ. შესაძლებელია აჩვენოთ სურათი. მოუყევით ტილების შესახებ მარტივად, რომ ბავშვები არ შეაშინოთ.

უთხარით, როგორ შეიძლება ტილები ერთმანეთს გადავდოთ. საჩვენებლად შეგიძლიათ კაშნე და ქუდი გამოიყენოთ. აუხსენით ბავშვებს, რომ ტილები რომ გყავდეთ და ეს კაშნე და ქუდი თქვენს მეგობარს ათხოვოთ (ჯერ თქვენ დაიფარეთ და მერე თქვენს თანაშემწეს დააფარეთ), მაშინ მასაც გადასდებდით.

სწორედ ამიტომ ქუდის და კაშნეს თხოვება არ შეიძლება. ასევეა სავარცხელიც. ჩვენ ყველას ჩვენი საკუთარი სავარცხელი უნდა გვქონდეს.

დილის წრის დასრულებისას შეგიძლიათ ბანაობის იმიტაცია გააკეთოთ, იმღეროთ სიმღერა და გაითამაშოთ ბანაობა. ჯერ თავი, მერე სახე, მკლავები, მუცელი, გულმკერდი და ფეხები.

აქტივობა: ფანტაზია

მცირე ჯგუფებში განსახორციელებელი აქტივობა. შესაძლებელია გამოვიყენოთ დრამატული თამაშის ცენტრი.

საჭირო მასალა: სხვადასხვა სახის ტანსაცმელი, სარკე, ინდივიდუალური სავარცხლები (იმ შემთხვევაში, თუ გვაქვს ბაღში), ჩანთები, ხალიჩა ან დიდი მუყაო.

აქტივობისთვის მზადება: საჭირო მასალა დაულაგეთ ბავშვებს დრამატულ ცენტრში და შესთავაზეთ თავიანთი ფანტაზიით თამაში.

აქტივობის განხორციელება: ბავშვებს მიეცით სრული თავისუფლება ითამაშონ საკუთარი ფანტაზიით, მოირგონ ტანსაცმელი, ჩაიხედონ სარკეში, დაივარცხნონ თმა და ა.შ.

აქტივობა: ტანსაცმლის რეცხვა

მცირე ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა. შესაძლებელია გამოვიყენოთ კონსტრუქციული და დრამატული თამაშის ცენტრი.

საჭირო მასალა: დიდი მუყაოს ყუთი, სუფთა და ჭუჭყიანი ტანსაცმელი

მომზადება: მოიმარაგეთ საჭირო მასალა და აქტივობის განხორციელებისთვის აღმზრდელმა და თანაშემწემ გადაინაწილეთ როლები. ბავშვებს შესთავაზეთ კონსტრუქციულ ცენტრში სარეცხის მანქანის აწყობა, დრამატულ ცენტრში კი ტანსაცმლის დახარისხება.

აქტივობის განხორციელება: კონსტრუქციულ ცენტრში მუყაოს ყუთისგან ააწყვეთ სარეცხის მანქანა. შესაძლებელია სარეცხის მანქანა გადავიტანოთ დრამის ცენტრში და მივცეთ ბავშვებს შესაძლებლობა საკუთარი ფანტაზიით ითამაშონ - გარეცხონ გადარჩეული ჭუჭყიანი ტანსაცმელი, დააუთოონ და ა.შ.

აქტივობა: ფეხსაცმელების დამზადება

მცირე ჯგუფებში განსახორციელებელი აქტივობა. შესაძლებელია გამოვიყენოთ ხელოვნების ცენტრი.

საჭირო მასალა: მუყაო, ფანქრები, სხვადასხვა ფერის ზონრები, დაბალძირიანი ფეხსაცმელი სუფთა ძირით, საღებავები ან ფანქრები.

მომზადება: მოამზადეთ მასალა ხელოვნების ცენტრში.

განხორციელება: ბავშვებს შესთავაზეთ ფეხსაცმელების დამზადება. დაეხმარეთ ბავშვებს მუყაოზე ფეხსაცმლის კონტურის შემოხაზვაში. შესთავაზეთ ზონრის გასაყრელების გაკეთება, სასურველი ფეხსაცმლის შეღებვა ან გაფერადება და სასურველი ზონრის შერჩევა. დამზადებული ფეხსაცმელები შეგიძლიათ გამოიყენოთ ზონრის შეკვრის სასწავლად.

დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა თმის დავარცხნის, და ტანსაცმლის ჩაცმა/გახდის დროს

რეკომენდაციები:

ფიზიკური გარემო

მნიშვნელოვანია ბაღში არსებობდეს სარკე, რომელსაც ბავშვები გამოიყენებენ და ის უსაფრთხო იყოს ბავშვებისათვის.

ბავშვებს სასურველია ჰქონდეთ საკუთარი სავარცხელი ბაღში, რომელიც შენახული იქნება მათივე კარადაში და ბავშვები სურვილისამებრ გამოიყენებენ მას.

ჯგუფის დრამატულ ცენტრში შესაძლებელია იყოს სხვადასხვა ზომის მრავალფეროვანი ტანსაცმელი, რომელსაც ბავშვები თავიანთი ფანტაზიით გამოიყენებენ თამაშის დროს.

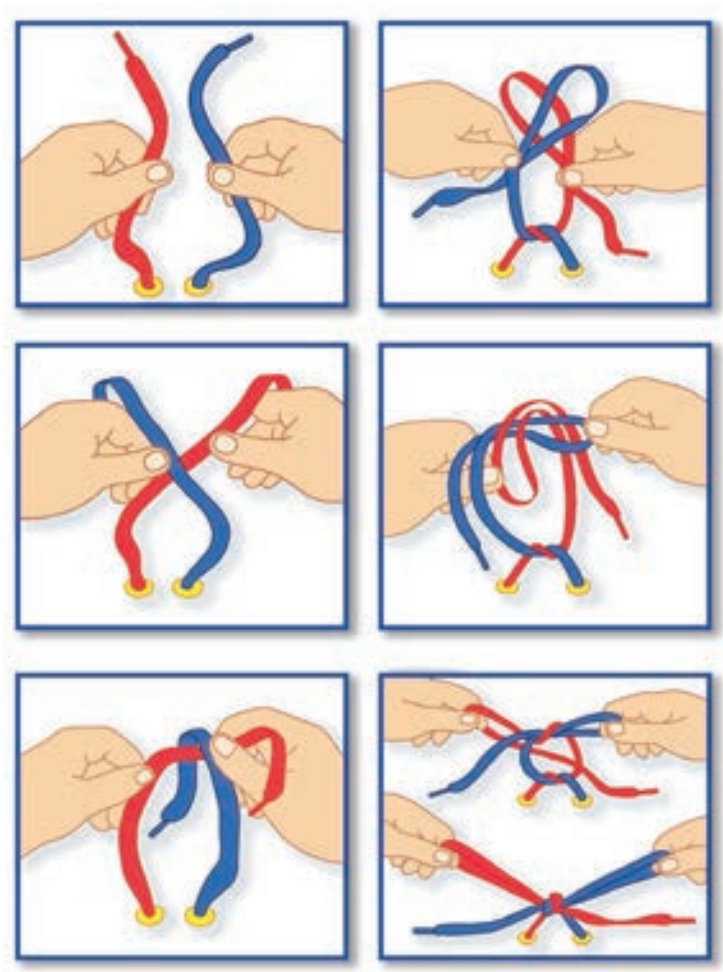
სასურველია ბაღში იყოს ღილების, ზონრების შესაკრავი სათამაშო დაფა.

ყველა ბავშვს უნდა ჰქონდეს ბაღში გამოსაცვლელი ტანსაცმელი.

შემოსასვლელში, სადაც ბავშვები იხდიან ტანსაცმელს, ჰქონდეთ ჩამოსაჯდომი პატარა სკამი, რომელიც ბავშვებისთვის მოსახერხებელი იქნება ფეხსაცმლის ჩაცმა-გახდის დროს. ან მიეცით საშუალება დასხდნენ იატაკზე.

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი



აღმზრდელი და თანაშემწე ახალისებენ ბავშვების დამოუკიდებლად ჩაცმა გახდის პროცესს. დააკვირდით ბავშვებს, რისი კეთება უჭირთ ყველაზე მეტად ჩაცმის დროს. ამ ასაკში ხშირია სირთულეები, მაგალითად, ზონრების შეკვრის პროცესში. მოიძიეთ ინტერნეტ სივრცეში მასალა ბავშვებისთვის ზონრების შეკვრის სწავლების მეთოდების შესახებ. მაგალითად, „ბაჭიას ყურები“, და შეეცადეთ ამ მეთოდების გამოყენებით ასწავლოთ ბავშვებს ზონრის შეკვრა.

შეეცადეთ სარკე ფუნქციური გახადოთ. ეზოში გასვლის დროს ბავშვებს შესთავაზეთ ჩაიხედონ სარკეში და ნახონ, ქურთუკი ხომ სწორად შეიკრეს, მაისური ხომ არ აქვთ გასასწორებელი, თმა დასავარცხნი და ა.შ.

მშობლებთან თანამშრომლობა

გააცანით მშობლებს დღევანდელი მუშაობის თემა. ურჩიეთ მათ ბავშვების დამოუკიდებლობის წახალისება ბანაობის პროცესში, საბანაო ნივთების მომზადებისას, ტანსაცმლის გახდისას, გამშრალებისას და ა.შ.

ურჩიეთ, ბავშვებს მისცენ საშუალება, თავად შეარჩიონ ტანსაცმელი. განსაზღვრონ, სეზონურად რომელი ტანსაცმელი მოიხმარონ.

მშობლებმა წაახალისონ სახლში ტანსაცმლის დამოუკიდებლად ჩაცმა და გახდა. ყველა მეთოდი, რომელსაც აღმზრდელი ბაღში გამოიყენებს ამა თუ იმ აქტივობის სწავლებისას, მაგალი-

თად, ზონრების შეკვრისას, აუცილებლად გააცანით მშობლებს და ურჩიეთ, სახლშიც იგივე მეთოდი გამოიყენონ ბავშვებთან.

სახლში მიეცით ბავშვებს შესაძლებლობა თავად ამოიცნონ, ტანსაცმელი სუფთაა თუ ჭუჭყიანი. ასწავლეთ, სად მოათავსონ სახლში ჭუჭყიანი ტანსაცმელი. ჩართეთ ბავშვები ტანსაცმლის გარეცხვის პროცესში.

აუხსენით მშობლებს ბაღში გამოსაცვლელი ტანსაცმლის მნიშვნელობა.

თემა 5.

ჰიგიენა საპირფარეშოს მოხმარებისას

მიზანი:

1) ბავშვები გაეცნობიან შემდეგ საკითხებს:
   - საპირფარეშოს მოხმარების წესები
   - ტუალეტის ქაღალდის ზომიერად მოხმარება
2) დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა ტუალეტის მოხმარების დროს

აქტივობა: დილის წრე.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა.

აქტივობისთვის საჭირო მასალა: ტუალეტის ქაღალდი, სურათები - ტუალეტის ქაღალდის, უნიტაზის, ხელსაბანის. ასევე, საზოგადო ადგილებში ტუალეტის აღმნიშვნელი ნიშნების სურათები. იხ. დანართი 10, 11.

მომზადება: მოიძიეთ საჭირო მასალა. აღმზრდელმა და თანაშემწემ გადაინაწილეთ როლები.

აქტივობის განხორციელება: უნიტაზის, ხელსაბანის, ტუალეტის ქაღალდის და საპნის ფოტოები აჩვენეთ ბავშვებს და ჰკითხეთ, რა ჰქვია იმ ოთახს, სადაც ეს ნივთები მოიპოვება? ესაუბრეთ საპირფარეშოში გოგოების და ბიჭების ცალკე შესვლის აუცილებლობაზე. აჩვენეთ ფოტოები, სადაც საპირფარეშოს ცალკე გოგოს და ცალკე ბიჭის ნიშანი აქვს. გააცანით საზოგადო ადგილებში საპირფარეშოს ნიშნები.

გაამახვილეთ ყურადღება საპირფარეშოს მოთავების შემდეგ ტუალეტის ქაღალდის გამოყენებაზე. ისაუბრეთ ტუალეტის ჩარეცხვის აუცილებლობასა და ხელების დაბანაზეც.

ამოიღეთ ტომრიდან ტუალეტის ქაღალდი და ბავშვებს უთხარით, რომ არცთუ ისე ადვილია ვიცოდეთ, რამდენი უნდა მოვახიოთ ტუალეტის ქაღალდს. მოახიეთ ძალიან გრძელი ქაღალდი და აჩვენეთ ბავშვებს, თან შეეკითხეთ, ნეტა ამდენი დაგვჭირდება? მერე ძალიან პატარა მოახიეთ და გაუმეორეთ შეკითხვა.

სასურველია ტუალეტის ქაღალდს ჰქონდეს გადაკეცილი დანაყოფები, რაც ბავშვებს გაუადვილებს მოხევას. აღმზრდელი აჩვენებს თანაშემწეს, როგორ მოზომოს ტუალეტის ქაღალდი, მაგალითად, თითებიდან იდაყვამდე და შემდეგ მოახიოს. მოხეული ქაღალდი კი ორად გაკეცოს. შესთავაზეთ ბავშვებს, თავადაც სცადონ ქაღალდის მოხევა.

აქტივობა: რვაფეხა

მცირე ჯგუფებში განსახორციელებელი აქტივობა. შესაძლებელია გამოვიყენოთ ხელოვნების ცენტრი.

საჭირო მასალა: ტუალეტის ქაღალდი, მუყაოები, რაზეც ტუალეტის ქაღალდია დახვეული, საღებავები.

აქტივობისთვის მზადება: აღმზრდელმა და თანაშემწემ გადაინაწილეთ როლები. მოამზადეთ სამუშაო მასალა ხელოვნების ცენტრში.

აქტივობის განხორციელება: ბავშვებს შესთავაზეთ რვაფეხას დამზადება. თან ესაუბრეთ რვა-ფეხას ჰიგიენაზე, იმაზე, თუ რამდენი ფეხი აქვს დასაბანი, რამდენი საპონი დასჭირდება და ა.შ.

თითოეულ ბავშვს პატარა თეფშებზე დაუსხით სასურველი ფერის საღებავი, რომლითაც რვა-ფეხას შეღებავს. აქტივობის დასრულების შემდეგ ბავშვებს სთხოვეთ თეფშებზე დარჩენილი საღებავი ტუალეტის ქაღალდით მოაცილონ. ყურადღება გაამახვილეთ ტუალეტის ქაღალდის რაოდენობის სწორ მოზომვაზე. შეეცადეთ ის ტექნიკა გამოიყენოთ, რომელიც დილის წრეზე ასწავლეთ.

აქტივობა: ტუალეტის აღმნიშვნელი ნიშნები.

სასურველია აქტივობის მცირე ჯგუფებში განხორციელება. შესაძლებელია დრამატული თამაშის ცენტრის გამოყენება.

საჭირო მასალა: მუყაო, ფანქრები.

აქტივობისთვის მზადება: მოამზადეთ მუყაოთი ტუალეტის აღმნიშვნელი ნიშნები, ასევე საზოგადო ადგილებში არსებული სხვადასხვა ნიშნები, მაგალითად, კვების ობიექტი - დანა და ჩანგალი, ტაქსის ნიშანი და ა.შ.

განხორციელება: დრამატულ ცენტრში სხვადასხვა ადგილას მოათავსეთ დამზადებული ნიშნები, გაითამაშეთ, ვითომ სხვადასხვა დაწესებულებებში იმყოფებით, მაგალითად, რესტორანში და ეძებთ საპირფარეშოს.

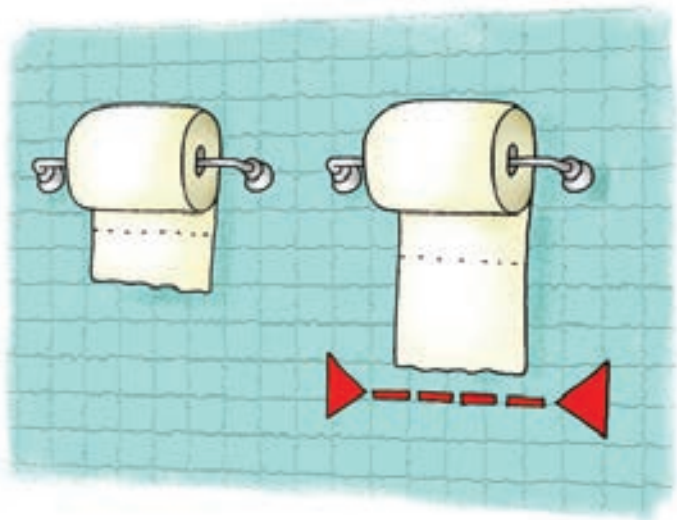
დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა ტუალეტის მოხმარების დროს

რეკომენდაციები:

ფიზიკური გარემო

უნიტაზზე ჯდომისას ბავშვებს უნდა ჰქონდეთ შესაძლებლობა ფეხები ბოლომდე ეწყოთ იატაკზე.

ტუალეტის ქაღალდი უნდა იდოს ბავშვებისთვის მისაწვდომ ადგილას. თუ ტუალეტის ქაღალდი საკიდზეა დამაგრებული, სასურველია ქაღალდის მოსაზომად კედელზე გაკეთდეს ნიშანი, რაც ბავშვებს დაეხმარება ქაღალდის რაოდენობის განსაზღვრაში. ასწავლეთ ბავშვებს ამ ნიშნის გამოყენება.



მნიშვნელოვანია საპირფარეშოს კარებზე იყოს გოგოს და ბიჭის ნიშნები. რადგან ხშირად ბაღებში არ არის საკმარისი საპირფარეშო ცალკე გოგოებისთვის და ბიჭებისთვის, შესაძლებელია საპირფარეშოს შესასვლელ კარზე გაკეთდეს შემდეგი სახის ნიშანი: გამოჭერით მუყაოსგან სამი მართკუთხედი, ერთზე ბიჭი დახატეთ, მეორეზე გოგო, ხოლო მესამე შეგიძლიათ ცარიელი დატოვოთ. სამივე მუყაო ერთად შეკარით და კაუჭით ტუალეტის შესასვლელ კარზე მოათავსეთ.

ასწავლეთ ბავშვებს შემდეგი: თუ გოგონა შედის საპირფარეშოში, დატოვოს კარზე გოგონას სურათი. ამ შემთხვევაში თუ მეორე გოგონას მოუნდება ტუალეტში შესვლა ან ხელების დაბანა, შეუძლია შევიდეს, ბიჭს კი მოცდა მოუწევს. ტუალეტიდან გამოსული ბავშვი კარზე დატოვებს ცარიელ მუყაოს, რაც იმას ნიშნავს, რომ საპირფარეშო თავისუფალია.

დაყავით საპირფარეშოს აქტივობა რამდენიმე ეტაპად და დაამზადეთ პლაკატი. გააკარით პლაკატი უნიტაზთან და ასწავლეთ ბავშვებს გამოყენება. იხ. დანართი 12

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

საპირფარეშოს დამოუკიდებლად მოხმარება საკმაოდ რთული პროცესია. ისევე როგორც სხვა აქტივობების სწავლებისას, მშობლებთან თანამშრომლობას აქაც დიდი მნიშვნელობა აქვს. ჰკითხეთ მშობლებს, როგორ ახერხებს ბავშვი სახლში საპირფარეშოს დამოუკიდებლად მოხმარებას. შეუძლია თუ არა დამოუკიდებლად მოიხმაროს ტუალეტის ქაღალდი.

ბავშვებში საკმაოდ ინდივიდუალურია, როდის შეძლებენ დამოუკიდებლად ტუალეტის ქაღალდის ჯეროვნად გამოყენებას.

იმ შემთხვევაში თუ ბავშვს პირველ ეტაპზე უჭირს ტუალეტის ქაღალდის მოხმარება, მშობლებს შეგიძლიათ ურჩიოთ სველი ხელსახოცის გამოყენება. ამ შემთხვევაში ბაღშიც სველი ხელსახოცი უნდა გამოვიყენოთ.

სწავლების პროცესში დაიწყეთ ხელით-ხელზე ტექნიკის გამოყენებით. ბავშვს ეჭიროს ხელში ტუალეტის ქაღალდი და თქვენი ხელის დახმარებით გაიწმინდეთ ერთად. ნელ-ნელა შეეცადეთ, თქვენი დახმარება აღარ დასჭირდეს. აჩვენეთ, როდის არის ეს პროცესი დასრულებული.

ტუალეტის მოხმარების პროცესზე მუშაობისას მნიშვნელოვანია რეგულარული კომუნიკაცია მშობლებთან.

თემა 6.

კვება და სისუფთავე

მიზანი:

1) ბავშვები გაეცნობიან შემდეგ საკითხებს:
   - ხელსახოცის გამოყენება კვების დროს
   - კვების პროცესში და დასრულების შემდეგ სისუფთავის შენარჩუნება
   - საკვების მომზადების დროს სისუფთავე

2) დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა კვების პროცესში ჰიგიენის წესების გათვალისწინებით.

აქტივობა: დილის წრე.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა.

საჭირო მასალა: სხვადასხვა ფერის ხელსახოცები, წინსაფარი და ქუდი, სურათები, რომლებზეც გამოსახული იქნება არეული და დასვრილი მაგიდა, მაგიდაზე მოწესრიგებულად დაწყობილი საკვები, საჭმლით დასვრილი მაისური, მზარეული ფორმით. იხ. დანართი 13,14,15,16,17.

დილის წრის ფარგლებში აღმზრდელი ბავშვებს აჩვენებს ნივთებს, რომლებიც დღეს მოუტანა და ეკითხება თითოეული ნივთის დანიშნულებას, მაგალითად, რისთვის გვჭირდება ხელსახოცი და წინსაფარი. აღმზრდელი ბავშვებს აჩვენებს საკვებით დასვრილი ტანსაცმლის სურათს და მათთან ერთად განიხილავს, როგორ შეიძლება დავისვაროთ ტანსაცმელი ჭამის დროს, როგორ ავირიდოთ ეს პროცესი თავიდან. მაგალითად, რაც უფრო შორს ვსხედვართ მაგიდიდან, უფრო ადვილია საკვების ტანსაცმელზე გადასხმა.

აღმზრდელი ბავშვებს ესაუბრება ჭამის დროს მაგიდაზე სისუფთავის შენარჩუნებაზე. მაგალითად, აჩვენებს ფოტოს, სადაც მაგიდაზე საკვები და პურის ნამცეცები ყრია და მერე ერთად განიხილავენ, მოსწონთ თუ არა ასეთი არეული მაგიდა, მოისურვებდნენ თუ არა ასეთ მაგიდასთან ჭამას. შესაძლებელია აჩვენოთ საპირისპირო შინაარსის ფოტო და ბავშვებს მისცეთ შედარების საშუალება.

აღმზრდელი ბავშვებს საკვების მომზადების პროცესში ჰიგიენაზეც, მაგალითად, საკვების მომზადებამდე ხელების დაბანის აუცილებლობაზე, წინსაფრის მოხმარებაზე, ესაუბრება. განიხილავენ მზარეულის ფოტოს, რომელსაც წინსაფარი და ქუდი უკეთია.

დილის წრეზე შესაძლებელია მოვიწვიოთ მზარეულიც, რომელიც თავად აჩვენებს თავის ფორმას და ესაუბრება სამზარეულოში ჰიგიენის შესახებ.

აქტივობა: „ფოტოგრაფი რესტორანში“.

საუზმის ან სადილის პროცესის გამოყენება. სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა.

მოსამზადებელი აქტივობა: აღმზრდელი ბავშვებს ჯერ კიდევ სადილის დაწყებამდე ამზადებს, რომ სადილზე ითამაშებენ თამაშს „ფოტოგრაფი რესტორანში“. აღმზრდელი მიმართავს ბავშვებს, რომ წარმოიდგინონ, ვითომ რესტორანში სადილობენ. რესტორანში კი ყველა ცდილობს სუფთად მიირთვას საკვები. თანაც უნდა გაითვალისწინონ, რომ ამ რესტორანში თვითმომსახურეობაა. ბავშვებმა საკვები თავად უნდა გადაიღონ, დასრულების შემდეგ თეფში ნარჩენებისგან გაასუფთაონ და ადგილი მიუჩინონ. სადილს აკვირდება და კვების პროცესში ფოტოებს იღებს „ფოტოგრაფი“ (აღმზრდელი), მაგალითად, გადაუღებს სურათებს სუფთა ან ნამცეცებით მოსვრილ მაგიდას, ხელსახოცის გამოყენების პროცესს და ა.შ.

განხორციელება: „ფოტოგრაფი“ ცდილობს ყველა მაგიდაზე გადაიღოს სურათი, განსაკუთრებით ამახვილებს ყურადღებას ჭამის დროს სისუფთავეზე, ბავშვების დამოუკიდებლობაზე.

სადილის დასრულების შემდეგ ბავშვებს უნდა მიეცეთ საშუალება, ეს სურათები დაათვალიერონ და განიხილონ, ერთმანეთს მისცენ უკუკავშირი. აღმზრდელმა უნდა წაახალისოს დადებითი უკუკავშირის ფორმა.

დამოუკიდებლობის ხელშეწყობა კვების პროცესში ჰიგიენის წესების გათვალისწინებით.

რეკომენდაციები

ფიზიკური გარემო

სკამების და მაგიდის სიმაღლეს დიდი მნიშვნელობა აქვს კვების პროცესში, თუ სკამი ძალიან დაბალია და ბავშვი ჭამის დროს მაგიდას იდაყვებით ვერ ეყრდნობა, დიდი ალბათობაა, რომ საკვები ტანსაცმელზე დაეწვეთოს. არც სკამი უნდა იყოს ისე მაღალი, რომ ბავშვი ფეხებს იატაკს ვერ აწვდენდეს.

ტანსაცმლის საკვებით დასვრა რომ ავიცილოთ, ყურადღება უნდა მივაქციოთ მაგიდიდან სკამის დაშორებასაც. რაც უფრო დაშორებულია სკამი, მით უფრო დიდია საკვებით ტანსაცმლის დასვრის ალბათობა.

მიუხედავად ამ საკითხების გათვალისწინებისა, არ არის გამორიცხული, ჭამის დროს ტანსაცმლის დასვრა. ამიტომ მნიშვნელოვანია, ყველა ბავშვს ჰქონდეს ბაღში გამოსაცვლელი ტანისამოსი.

იმისათვის, რომ მაგიდაზე პურის ნამცეცები არ მიმოიფანტოს, პურის ნაჭრები იმ ზომის უნდა იყოს, რომ ბავშვმა მისი ხელში დაჭერა თავისუფლად მოახერხოს. სასურველია მაგიდაზე ეწყოს პურის თეფშები. აღმზრდელმა და თანაშემწემ ბავშვებს უნდა ასწავლონ პურის თეფშე-

ბის გამოყენება და უთხრან, რომ პურის ნაჭრის გატეხვის დროს პური პურის თეფშზე უნდა დადონ.

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

დიდი მნიშვნელობა აქვს კვების დროს აღმზრდელის და თანაშემწის ჩართულობას. უფროსები, რომლებიც კვების დროს ბავშვების ოთახში იმყოფებიან, მათთან ერთად უნდა ისხდნენ მაგიდებთან და სასურველია მათთან ერთად მიირთმევდნენ საკვებს.

ამ ასაკში ბავშვებს უნდა ვასწავლოთ საკუთარი ულუფის თეფშზე გადაღება. ასწავლეთ როგორ მიიტანონ თეფში ახლოს საკვების კონტეინერთან, რომ მაგიდა რაც შეიძლება ნაკლებად დაისვაროს კერძის გადმოღებისას. თუ საკვები მაინც დაეწვეთა მაგიდას, ვასწავლოთ ბავშვებს, როგორ უნდა მოიქცნენ ამ შემთხვევაში.

კვების დასრულების შემდეგ წავახალისოთ ბავშვები, თეფშზე მორჩენილი საკვები ნარჩენების კონტეინერში მოათავსონ, თეფშები და კოვზები ერთ ადგილას დაახარისხონ. არსებული პროცესი კვების ნაწილი უნდა გახდეს.

რეკომენდებულია აღმზრდელმა და თანაშემწემ წაახალისონ ბავშვების მონაწილეობა სამზარეულოშიც. მზარეულთან თანამშრომლობით დაგეგმეთ სამზარეულოს კვირეული. ყოველდღე 2-3 ბავშვს მიეცით შესაძლებლობა გარკვეული დრო სამზარეულოში გაატაროს. ჩართეთ სადილისთვის საჭირო მასალის მომზადების პროცესში. მაგალითად, გამოიტანონ ან გარეცხონ სადილისთვის საჭირო ბოსტნეული.

მშობლებთან თანამშრომლობა

მშობლებს გააცანით დღევანდელი დღის თემა. აუხსენით ჰიგიენის მნიშვნელობა კვების პროცესში. ურჩიეთ სახლში კვების დროს წაახალისონ ხელსახოცის გამოყენება, საკვების დამოუკიდებლად გადაღება, ასევე საკუთარი თეფშის გასუფთავება ნარჩენებისგან.

ასევე ურჩიეთ წაახალისონ ბავშვების მონაწილეობა საკვების მომზადების პროცესში.

სისუფთავე ჩვენს გარშემო

თემა 7.
სათამაშო ოთახის სისუფთავე

მიზანი:

1) ბავშვები იღებენ შემდეგ ინფორმაციას:
   - სუფთა და ჭუჭყიანი ოთახი
   - არეული და დალაგებული ოთახი
2) დამოუკიდებლობის გაზრდა სათამაშო ოთახის მილაგების პროცესში.

აქტივობა: დილის წრე.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა

საჭირო მასალა: არეული და დალაგებული ოთახების სურათები. იხ. დანართი 18, 19, 20.

მომზადება: მოამზადეთ სურათები. შეუთანხმდით დამლაგებელს, რომ დილის წრეზე სტუმრად მოვიდეს და ბავშვებს მოუყვეს ბაღის დალაგების წესებზე.

განხორციელება: აჩვენეთ ბავშვებს სურათები და განიხილეთ, როგორ გამოიყურება ოთახები, რომელ ოთახში ისურვებდნენ ყოფნას და რატომ.

უამბეთ, როგორ სუფთავდება ბაღის ოთახები. მიეცით შესაძლებლობა დამლაგებელს, თავად ესაუბროს ბავშვებს იმაზე, თუ როგორ ალაგებს ბაღს. ესაუბრეთ ბავშვებს ოთახის განიავების და ოთახში სუფთა ჰაერის მნიშვნელობაზე

განუმარტეთ, რომ თამაშის დროს ოთახი ხშირად ირევა, თუმცა ადვილია დალაგება, როცა ვიცით თამაშის შემდეგ სად უნდა შევინახოთ სათამაშოები. ასევე უნდა ვიცოდეთ, სად დევს ოთახში სანაგვე ყუთი.

აღმზრდელი ყურადღებას ამახვილებს სათამაშო ოთახზე და ბავშვებს სთხოვს აღწერონ რა ალაგია ოთახში. დასახელებულ ნივთებს, მაგალითად, კუბებს, რბილ სათამაშოებს, აქვს თუ არა კონკრეტული ადგილი ოთახში. შემდეგ უხსნის, რომ სწორედ ეს ადგილები გვეხმარება იმაში, რომ ოთახი არეულად არ გამოიყურებოდეს.

აქტივობა: სათამაშოების ადგილი ოთახში.

მცირე ან სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა. შესაძლებელია დილის წრის გამოყენება.

მასალა: ტომარა, ჯგუფის სხვადასხვა სათამაშოები, ნივთები. იმდენი, რამდენი ბავშვიც გვყავს ჯგუფში.

მომზადება: მოამზადეთ საჭირო მასალა. აღმზრდელმა და თანაშემწემ გადაინაწილეთ როლები.

ტომრიდან ყველა ბავშვს ამოაღებინეთ თითო ნივთი/სათამაშო და სთხოვეთ მოძებნოს ოთახში ადგილი, სადაც ეს ნივთი ინახება.

დამოუკიდებლობის გაზრდა სათამაშო ოთახის მილაგების პროცესში

რეკომენდაციები

ფიზიკური გარემო

რეკომენდებულია ჯგუფის ოთახში სათამაშოები დახარისხებული იყოს და კონკრეტული კატეგორიის სათამაშო ერთ ყუთში ინახებოდეს. ყუთებს კი ჰქონდეს მინიშნება - იმ სათამაშოს სურათი, რომელიც ამ კონკრეტულ ყუთში ინახება. სათამაშოს ყუთები ბავშვებისთვის ხელმისაწვდომ ადგილას უნდა ეწყოს.

მნიშნელოვანია ჯგუფის ოთახში იყოს სანაგვე ყუთიც, რომელსაც ბავშვები მოიხმარენ საჭიროების შემთხვევაში.

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

წაახალისეთ თამაშის შემდეგ სათამაშოების მილაგების პროცესი. ასწავლეთ ბავშვებს, სად ინახება კონკრეტული სათამაშო და ნივთი.

გამოიყენეთ დადებითი განმამტკიცებლები ბავშვების დალაგების პროცესში მონაწილეობისას. ურჩიეთ მშობლებს, ბავშვის სათამაშოებს და ნივთებს გარკვეული სტრუქტურა ჰქონდეს სახლში, რათა ბავშვმა მილაგების დროს იცოდეს კონკრეტული ნივთის ადგილი. შემდეგ გააცანით მშობლებს ბაღში არსებული სტრუქტურა, და აჩვენეთ სათამაშოების ყუთებზე მიკრული მინიშნებები. აუხსენით, რატომ არის ეს მნიშვნელოვანი.

ურჩიეთ მშობლებს, წაახალისონ ბავშვების ჩართულობა ოთახის მილაგების პროცესში.

თემა 8.

ეზო და ჰიგიენა

მიზანი:

1) ბავშვები გაეცნობიან შემდეგ საკითხებს:
   - ეზოს და ბუნების მოვლა/სისუფთავე
   - ჰაერის დაბინძურება

2) ბავშვების დამოუკიდებლობის წახალისება ეზოში სისუფთავის დაცვის თვალსაზრისით.

აქტივობა: დილის წრე.

სრულ ჯგუფში განსახორციელებელი აქტივობა

საჭირო მასალა: პოლიეთილენის ბოთლი, ცელოფნის პარკი, სუფთა და დაბინძურებული ეზოს, ტრანსპორტის სურათები. იხ. დანართი 21, 22.

მომზადება: მოიძიეთ სურათები და აღმზრდელმა და თანაშემწემ გადაინაწილეთ როლები.

აქტივობის განხორციელება: გააცანით ბავშვებს დღევანდელი თემა. უთხარით, რომ დღეს ეზოს მოვლაზე ისაუბრებთ. ჰკითხეთ, ვინმეს თუ აქვს ეზოიანი სახლი და როგორ უვლის ეზოს. ჰკითხეთ როგორ შეიძლება დავაბინძუროთ ეზო?

აჩვენეთ ბავშვებს დაბინძურებული და სუფთა ეზოს სურათები. განიხილეთ, რა ყრია ეზოში, მოსწონთ თუ არა ასეთი ეზო, როგორ უნდა ავიცილოთ თავიდან ეზოს დაბინძურება. ესაუბრეთ ეზოში არსებულ სანაგვე ყუთებზე და მათ დანიშნულებაზე. შეგიძლიათ მოიწვიოთ მეეზოვე, რომელიც მოუყვება თუ როგორ ალაგებს ეზოს და ყველაზე მეტად რა ყრია ხოლმე ქუჩაში. რა რჩევებს მისცემს მეეზოვე ბავშვებს ეზოს სისუფთავის თვალსაზრისით.

აჩვენეთ ბავშვებს პოლიეთილენის ბოთლი და ცელოფნის პარკი. მოუყევით რამდენად საშიშია ამ ნივთების ბუნებაში თუ ეზოში დაყრა. რა შეიძლება დაემართოს ფრინველებს ან თევზებს იმ შემთხვევაში, თუ ჩვენს ეზოს, წყალს ან ბუნებას ასეთი ნივთებით დავაბინძურებთ.

ისაუბრეთ ჰაერის დაბინძურებაზე. ანახეთ ბავშვებს სხვადასხვა ტრანსპორტის ფოტო და აუხსენით, როგორ აბინძურებს ტრანსპორტი ჰაერს. იმ შემთხვევაში, თუ გვაქვს საშუალება, ბავშვებს ვაჩვენოთ პატარა ვიდეო, რომელშიც ჩანს ტრანსპორტიდან გამომავალი მუქი ფერის ბოლი. ეს ბავშვებს დაეხმარება უფრო კარგად გაიგონ როგორ ბინძურდება ჰაერი. ისაუბრეთ მარტივად ხეების მნიშვნელობაზე, თუ როგორ ასუფთავებენ ჰაერს.

აქვე შეგიძლიათ აუხსნათ ბავშვებს, რომ ხისგან ფურცელი მზადდება და რაც უფრო მეტ ფურცელს მოვიხმართ, მით უფრო მეტი ხე მოიჭრება, ამიტომ ურჩიეთ მათ, ფურცლებს გაუფრთხილდნენ. მოუყევით ფურცლის გადამუშავებაზე. მოიფიქრეთ რა გზები არსებობს ფურცლის მოსაფრთხილებლად. გამოყავით ყუთი, რომელშიც ნარჩენ ფურცლებს შეინახავთ. შენახული ფურცლები შეიძლება სხვა აქტივობებში გამოიყენოთ, მაკულატურა შეაგროვოთ და ჩააბაროთ ბავშვებთან ერთად.

აქტივობა: ეზოს დალაგება.

შესაძლებელია აქტივობა ჩატარდეს როგორც სრულ ასევე მცირე ჯგუფებში.

საჭირო მასალა: ერთჯერადი ხელთათმანები, ცელოფნის პარკები ან ყუთები.

მომზადება: მოიმარაგეთ ერთჯერადი ხელთათმანები ბავშვებისთვის და უფროსებისთვის. იმ შემთხვევაში თუ სრული ჯგუფი მიგყავთ ეზოს დასალაგებლად, შესაძლებელია აღმზრდელს და თანაშემწეს სხვა თანამშრომლების, მაგალითად, ბაღის დირექტორის, კოორდინატორის, ექთნის ან დამლაგებლის დახმარება დასჭირდეთ.

განხორციელება: მოაწყვეთ გასეირნება ბაღის მიმდებარე ტერიტორიაზე და შესთავაზეთ ბავშვებს ეზოს დალაგება. ნივთები, რაც გზაზე შეხვდებათ, შეაგროვონ. დალაგების პროცესში თან ისაუბრეთ, რა ნივთები ყრია ეზოში და როგორ აბინძურებს ეს გარემოს. მიაქციეთ ყურადღება მანქანებს და მათ გამონაბოლქვსაც.

აქტივობა: ექსპერიმენტი.

აქტივობა შესაძლებელია განხორციელდეს როგორც სრულ ასევე მცირე ჯგუფში.

საჭირო მასალა: ვაშლის ნარჩენი, შუშის და პოლიეთილენის ბოთლი.

მომზადება: მოიმარაგეთ საჭირო ნივთები. აღმზრდელმა და თანაშემწემ გაინაწილეთ როლები.

განხორციელება: ბაღის ეზოში ბავშვებთან ერთად ჩამარხეთ ვაშლი, შუშის და პოლიეთილენის ბოთლი. შემდეგ მონიშნეთ ეს ადგილები, ერთი თვის მერე კი ამოთხარეთ და ნახეთ რა დაგხვდებათ. ესაუბრეთ ბავშვებს იმის შესახებ, რა მოხდება, თუკი ამ ნივთებს ბუნებაში გადავყრით.

ბავშვების დამოუკიდებლობის წახალისება ეზოში სისუფთავის დაცვის თვალსაზრისით.

რეკომენდაციები:

ფიზიკური გარემო

ბაღის ეზოში მნიშვნელოვანია იდგეს სანაგვე ყუთები.

ჯგუფის ოთახში უნდა იყოს როგორც სანაგვე ყუთი, ისე ყუთი ქაღალდის ნარჩენებისთვის. შესაძლებელია ნარჩენების პატარა ყუთები იდგეს ხელოვნების და სამაგიდე ცენტრებში.

სოციალური გარემო

აღმზრდელის და თანაშემწის როლი

ბავშვებს შესძინეთ ბუნებასთან ურთიერთობის სასიამოვნო გამოცდილება. ამით გარემო მათთვის ახლობელი გახდება და მასზე ზრუნვასაც დაიწყებენ. რაც შეიძლება ხშირად გაიყვანეთ ეზოში. მიეცით საშუალება ითამაშონ ქვებით, ტოტებით, ფოთლებით და ა.შ.

წაახალისეთ ეზოში ყოფნისას ჰიგიენის წესები.

მშობლებთან თანამშრომლობა

მშობლებს გააცანით დღის თემა. ურჩიეთ სახლში ამ საკითხზე ისაუბრონ. ეზოში ყოფნისას მიაქციონ ყურადღება ეზოს სისუფთავეს. თუ ეზო დანაგვიანებულია, ბავშვებთან ერთად განიხილონ ეს საკითხი.

გააცანით მშობლებს ფურცლის მოფრთხილების თქვენეული სტრატეგია და ურჩიეთ, ამ საკითხზე სახლშიც იმუშაონ, მაგალითად, შეაგროვონ მაკულატურა და ჩააბარონ ბავშვებთან ერთად.

ესაუბრეთ მშობლებს, რამხელა მნიშვნელობა აქვს ბავშვის განვითარებისთვის ბუნებასთან ერთიერთობას. იმისთვის, რომ ბუნებას მოუფრთხილდეს, მას ბუნებასთან ბევრი რამ უნდა აკავშირებდეს. ურჩიეთ მშობლებს ბავშვები ხშირად ჰყავდეთ ეზოში. მიეცით საშუალება ითამაშონ ქვებით, ტოტებით, ფოთლებით და ა.შ. ეს ყველაფერი ხელს შეუწყობს ბავშვს შეიძინოს ბუნებაში/ეზოში ყოფნის სასიამოვნო გამოცდილება, რაც ამ გარემოს მისთვის ახლობელს გახდის და მასზე ზრუნვასაც დააწყებინებს.

შემაჯამებელი აქტივობები და პროექტები

- ფოტოგამოფენა - მშობლებს სთხოვეთ, ერთი-ორი კვირის განმავლობაში ბავშვებს გადაუღონ ჰიგიენასთან დაკავშირებული სურათები, მაგალითად, კბილების გამოხეხვის, ხელების დაბანის, თმის დავარცხნის დროს და ა.შ. შეგროვებული სურათებით მოაწყვეთ გამოფენა „ჰიგიენა“.

- ხელის დაბანის საერთაშორისო დღის აღნიშვნა - ბავშვებთან ერთად აღნიშნეთ ხელის დაბანის საერთაშორისო დღე - 15 ოქტომბერი. მოუყევით ბავშვებს ამ დღის შესახებ. აუხსენით, რომ ხელის დაბანა იმდენად მნიშვნელოვანია, რომ ამ დღეს მთელი მსოფლიო აღნიშნავს.

- ბაღის ეზოს დღე - დაგეგმეთ დღე, როდესაც ბავშვები და მშობლები ერთად იზრუნებენ საკუთარი ბაღის ეზოზე. წაახალისეთ მშობლები ჩაერთონ დალაგების თუ ყვავილების დარგვის პროცესში. მოუწყვეთ სასიამოვნო გარემო, მაგალითად, ყავა/ჩაის შესვენებით დალაგების დროს.

- ჰიგიენის სერტიფიკატი - დაამზადეთ მარტივი სერტიფიკატი, რომელსაც თითოეულ ბავშვს გადასცემთ ჰიგიენის თემატიკის გავლის შემდეგ.

გამოყენებული ლიტერატურა

1. ნ. აბაკელია, მ. ანჯაფარიძე, თ. ბაქრაძე, ი. ქირია, ნ. კეპულაძე, ა. ლოსაბერიძე, ი. მაისურაძე, ე. ღვინერია, ნ. ცინცაძე (2011). ბაგა-ბაღის მართვის სტრატეგია. ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი.

2. თ. ბერძენიშვილი, მ. ხერხეულიძე, ნ. მელაძე, ე. კანდელაკი, ნ. ლაბარტყავა, ი. აფთარაშვილი (2010). ადრეულ ასაკში სწავლისა და განვითარების სტანდარტები. თბილისი. საქართველოს განათლებისა და მეცნიერების სამინისტრო.

3. გაეროს ბავშვის უფლებათა კონვენცია.(1989) http://unicef.ge/uploads/CRC_georgian_language_version.pdf (ჩამოტვირთულია 25/07/15).

4. ხ. დოლიძე, ე. კეკელია, თ. ბაქრაძე, თ. ბექიშვილი, თ. კუხალეიშვილი, ნ. რუხაძე, თ. უჩანეიშვილი, ნ. ჯიჯავაძე, ნ. ქაჯაია, ნ. ცინცაძე (2012). სასწავლო-სააღმზრდელო პროგრამა თბილისის ბაგა-ბაღებისთვის. თბილისი. ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი.

5. ს. საიფერი, ი. ბალანჩივაძე, თ. ბაქრაძე, თ. გაბისონია, ნ. ლაბარტყავა, ნ. ფრუიძე, თ. ლორია (2015). სასკოლო მზაობის პროგრამა. თამაში სწავლისა და განვითარებისთვის. აღმზრდელის სახელმძღვანელო. თბილისი. საქართველოს განათლებისა და მეცნიერების სამინისტრო. გაეროს ბავშვთა ფონდი.

6. ე. სლოვენსკი, ნ. დალაქიშვილი (2013). იყავი სუფთა და ჯანმრთელი. მასწავლებლის სახელმძღვანელო. საგანმანათლებლო და სამეცნიერო ინფრასტრუქტურის განვითარების სააგენტო.

7. American Pre-school Association (2005), Smile smarts. An oral health curriculum for pre-school. http://www.nj.gov/health/fhs/oral/documents/smilesmarts_curriculum.pdf *(ჩამოტვირთულია 27.07.2015)*

8. How to wash your hands. www.kiddiwash.com *(ჩამოტვირთულია 01.08.2015)*

9. Håndhygiene. Lek og Lær forenkler hygiene. http://www.tork.no/Global/4_NorthWest/Norway/6_Media%20bank/Barnehage%20kampanje/H%C3%A5ndhygiene%20Magasin.pdf *(ჩამოტვირთულია 20.08.2015)*

10. Massachusetts Department of Public Health (2009), Growing healthy smiles in the child care setting. http://www.mass.gov/eohhs/docs/dph/com-health/oral-grow-healthy-smiles-child-care.pdf (ჩამოტვირთულია 25.08.2015*)*

11. Norsk Kunnskapsdepartementet(2006),Rammeplan for barnehages innhold og oppgaver.

https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kilde/kd/reg/2006/0001/ddd/pdfv/282023-rammeplanen.pdf (ჩამოტვირთულია 01.07.2015)

12. Pamelo Vingerden (2014) Wash, brush, comb. Hygiene habits for kids http://www.education.com/magazine/article/preschool-hygiene/ (ჩამოტვირთულია 05.08.2015)

13. Region of Peel-Public Health (2007) Teacher resourse manual. To promote healthy hand hygiene.

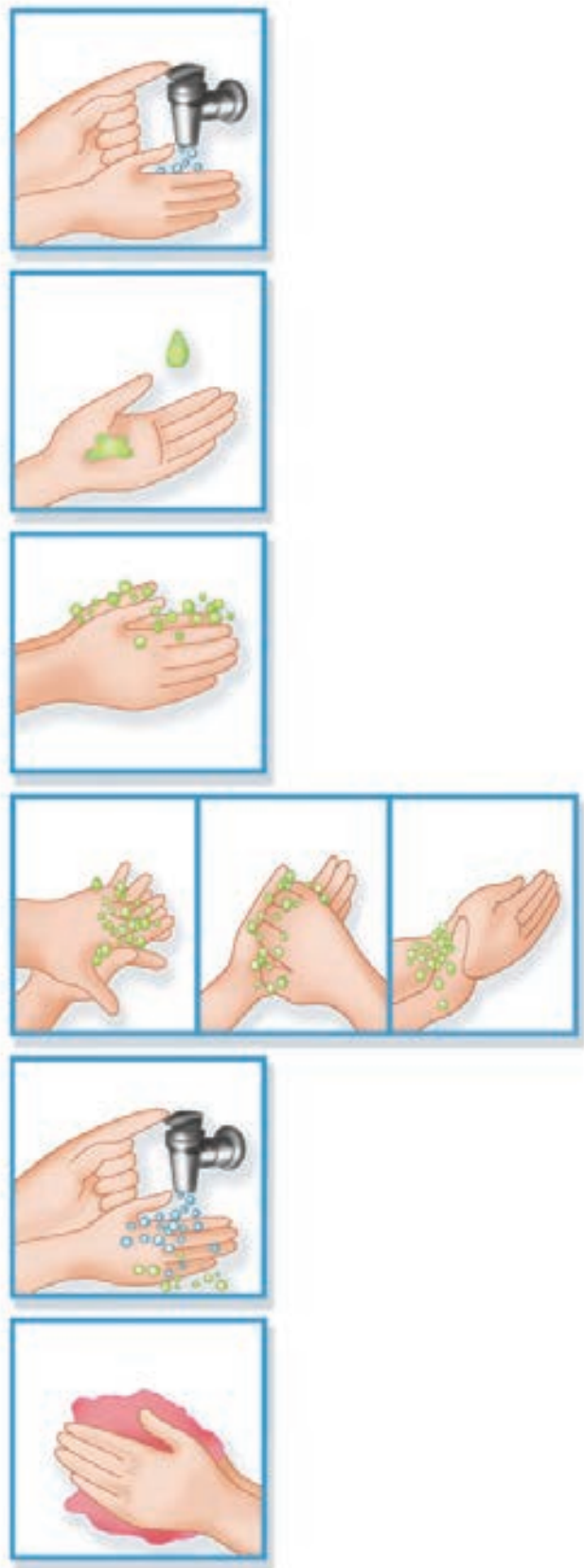
14. Silje Wiken Sandgrind (2015) Foreldrene skal involvere seg hele veien. http://barnehage.no/pedagogikk/2015/09/-foreldrene-skal-involvere-seg-hele-veien/ (ჩამოტვირთულია 18.08.2015)

15. Stewart D.J. National dental health month. Lets brush our teeth.(2013) http://www.teachpreschool.org/2013/02/brushing-teeth/ (ჩამოტვირთულია 15.08.2015)

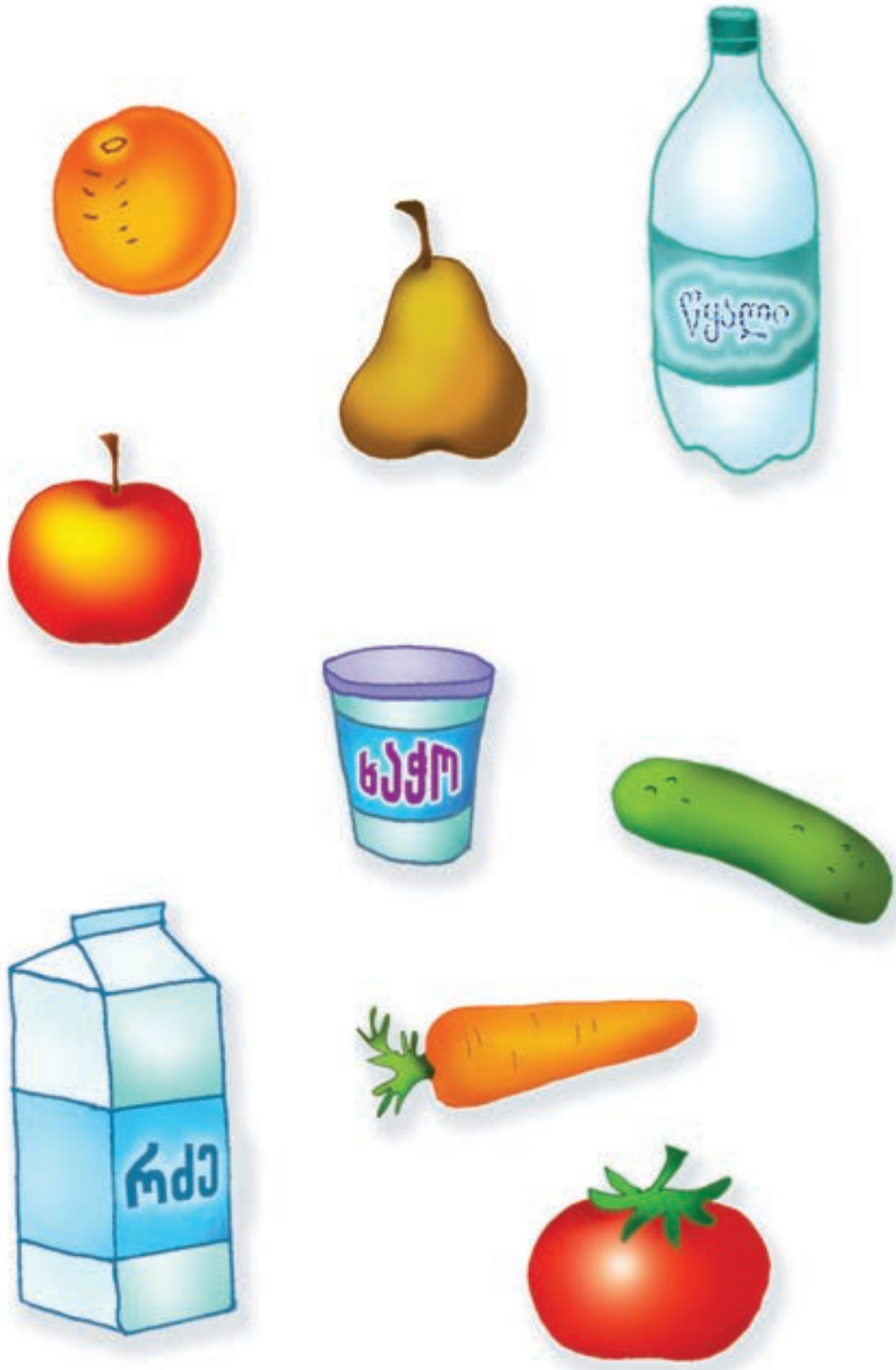
16. Sanofi Pasteu (2012) Hygiene heres. Pre-school/nursery teacher"s guide.

17. Wilhelmsen, T. (2012), Tannpuss en del av livet i Barnehage. Særtrykk

დანართი 1



დანართი 2.



დამართი 3

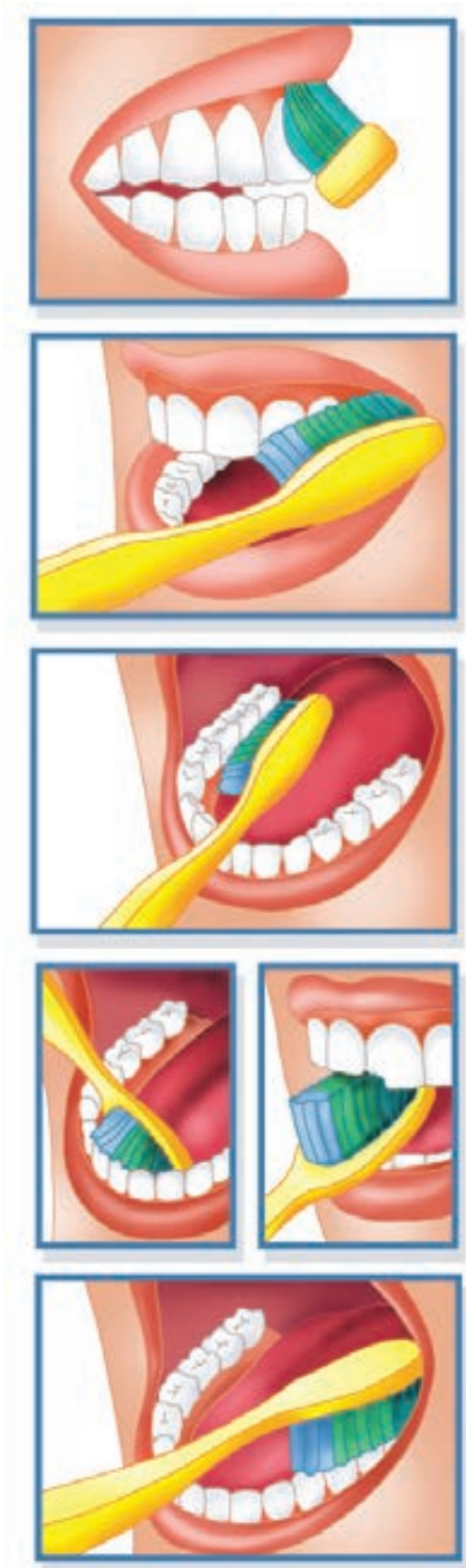
დანართი 4

დანართი 5

დანართი 6

დანართი 7

დანართი 8



დანართი 9

დანართი 10

დანართი 11

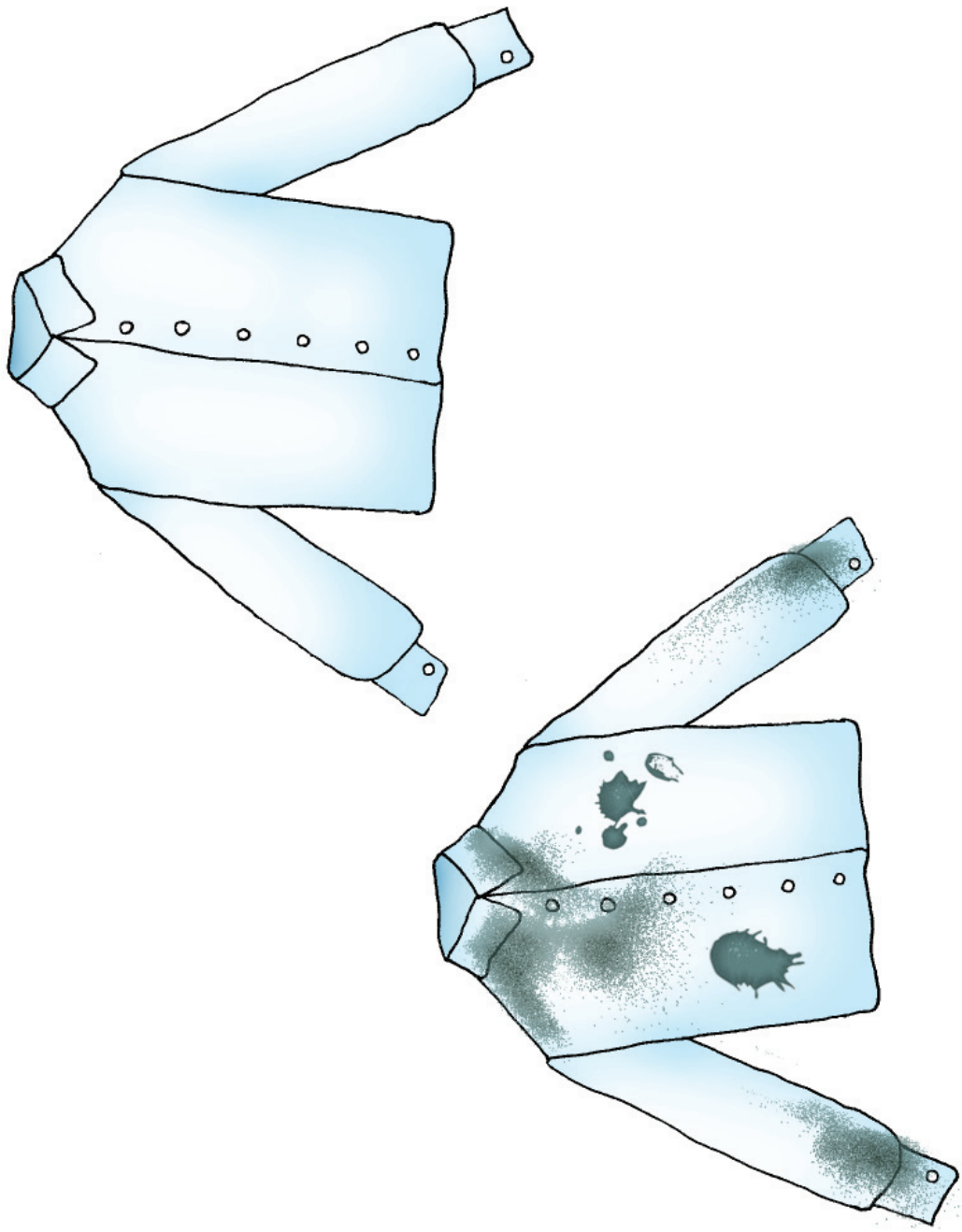
დანართი 12

დანართი 13

დანართი 14

დანართი 15

დანართი 16



დანართი 17

დანართი 18

დანართი 19

დანართი 20

დანართი 21

დანართი 22