

Một số biện pháp giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi thông qua hoạt động tạo hình

Nguyễn Thị Nương*

*Trường Cao đẳng Bắc Kạn

Received: 23/10/2024; Accepted: 27/10/2024; Published: 5/11/2024

Abstract: Nutrition education is an important content in physical education for 4-5 years old in preschool. Special shaping activities through themed drawing activities are one of the important activities in the field of aesthetic education for children at preschool. Proposing some appropriate measures will contribute to improving the effectiveness of nutrition education and will contribute to the education and personality formation of preschool children.

Keywords: Measures, nutrition education, preschool children 4-5 years old, shaping activities, preschool.

1. Đặt vấn đề

Giáo dục dinh dưỡng (GDDD) cho trẻ ở TMN được tiến hành dưới nhiều hình thức khác nhau như thông qua giờ kể chuyện, âm nhạc, chế độ sinh hoạt hàng ngày đặc biệt là thông qua các giờ ăn. Tuy nhiên có một hình thức GDDD cũng được tiến hành một cách nhẹ nhàng nhưng rất hiệu quả đó chính là thông qua hoạt động tạo hình (HĐTH) đặc biệt là hoạt động vẽ theo đề tài tại các trường mầm non (TMN). Do đó, HĐTH đặc biệt qua hoạt động vẽ theo đề tài trở thành một phương tiện quan trọng để GDDD cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi tại TMN.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Thực trạng GDDD cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi thông qua HĐTH

2.1.1. Thực trạng tổ chức GDDD cho trẻ 4 - 5 tuổi thông qua tiết học vẽ theo đề tài cho sẵn

Quá trình điều tra thực trạng việc sử dụng các biện pháp GDDD thông qua tiết học vẽ theo đề tài cho sẵn của giáo viên (GV) tại một số TMN trên địa tỉnh Bắc Kạn, chúng tôi nhận được kết quả khảo sát như sau:

a. Kết quả tìm hiểu nhận thức của GV về ý nghĩa của GDDD đối với sự phát triển của trẻ MG 4 - 5 tuổi: Có 14/15 GV chiếm 93,3% GV trả lời rằng GDDD có ý nghĩa rất quan trọng đối với việc giáo dục trẻ. Có 6,7% GV cho là quan trọng và không có GV nào phủ nhận vai trò của GDDD đối với sự phát triển của trẻ.

b. Kết quả GV tiến hành thực hiện các nội dung GDDD cho trẻ MG 4 - 5 tuổi. Có 100% GV tổ chức dạy trẻ nhận biết một số món ăn, thực phẩm thông thường và ích lợi của chúng đối với sức khỏe con người và dạy trẻ biết vệ sinh cá nhân, sử dụng đồ

dùng vệ sinh đúng cách. Sau đó đến nội dung tập làm một số công việc đơn giản tự phục vụ như đánh răng, lau mặt, rửa tay bằng xà phòng chiếm 93% ý kiến, 87% ý kiến của GV đưa nội dung dạy trẻ cách sử dụng một số đồ dùng trong ăn uống vào quá trình GDDD. Bên cạnh đó nội dung dạy trẻ nhận biết, phân loại một số thực phẩm thông thường theo 4 nhóm thực phẩm có 80% GV thực hiện dạy trẻ.

c. Quá trình thực hiện các hoạt động GDDD cho trẻ MG 4- 5 tuổi của GV: Có 100% ý kiến GV cho rằng đã tiến hành hoạt động GDDD cho trẻ thông qua chế độ sinh hoạt hàng ngày (CĐSHHN) đặc biệt thông qua hình thức tổ chức bữa ăn cho trẻ ở TMN. Bên cạnh hình thức tổ chức CĐSHHN, GV còn GDDD cho trẻ thông qua hoạt động vui chơi đặc biệt là trò chơi đóng vai theo chủ đề và trò chơi học tập cũng được GV sử dụng để GDDD cho trẻ (80%). Các giờ Khám phá khoa học, HĐTH, làm quen với tác phẩm văn học chiếm 73%. Các hoạt động như tổ chức ngày lễ hội là hình thức ít được GV sử dụng nhất chiếm 33%.

2.1.2. Thực trạng sử dụng HĐTH để GDDD cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi của GV ở TMN

Trong HĐTH được tiến hành dưới nhiều hoạt động khác nhau như vẽ, nặn, cắt xé dán và được GV sử dụng nhiều trong quá trình giáo dục trẻ. Khi được hỏi, đa số GV cho rằng họ đã sử dụng thể loại vẽ để GDDD (14/15 ý kiến), việc sử dụng tất cả các HĐTH để GDDD cho trẻ cũng được nhiều GV sử dụng (9/15 ý kiến).

a. Mức độ sử dụng hoạt động vẽ để GDDD cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi ở TMN: Có 90% GV được hỏi cho rằng họ rất thường xuyên và 40% thường xuyên sử dụng hoạt động vẽ theo đề tài cho sẵn làm nội

dung chính GDDD cho trẻ. Bên cạnh đó, hoạt động vẽ theo mẫu có 13% GV rất thường xuyên, có 33% thường xuyên, có 54% ít khi sử dụng để GDDD. Thể loại vẽ theo đề tài tự do ít khi được GV sử dụng để GDDD cho trẻ (có 70% ý kiến ít khi sử dụng, có 30% GV sử dụng thường xuyên).

b. Hiệu quả việc GDDD cho trẻ MG 4- 5 tuổi thông qua tiết học vẽ theo đề tài cho sẵn ở TMN: Qua phân tích thực trạng GDDD cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi ở trường một số TMN trên địa bàn thành phố Bắc Kạn, chúng tôi thấy hiệu quả GDDD cho trẻ MG 4-5 tuổi thông qua HĐTH chưa cao, số lượng trẻ đạt loại cao chỉ có 5 trẻ (chiếm 10%) trong khi đó, số trẻ loại trung bình (TB) 21 trẻ chiếm 42% và thấp còn chiếm tỷ lệ cao là 24 trẻ (chiếm 48%).

c. Hiệu quả GDDD cho trẻ MG 4 - 5 tuổi thông qua tiết học vẽ theo đề tài của trẻ trên từng tiêu chí.

- Ở tiêu chí hiểu biết về dinh dưỡng (DD): Tiêu chí hiểu biết về DD của trẻ còn thấp, số trẻ đạt mức độ cao chiếm 12%, số trẻ đạt mức TB cao chiếm 23/50 trẻ chiếm 46% và mức độ yếu chiếm 42%. Điểm TB hiểu biết về DD của trẻ đạt 2,4%.

- Tiêu chí kỹ năng (KN): Số trẻ đạt mức độ cao chỉ đạt 6%, số trẻ đạt mức độ TB và thấp chiếm tỷ lệ rất cao (94%). TB hiểu biết về DD của trẻ còn thấp là 2,28%.

- Tiêu chí thái độ: Đây là tiêu chí có mức độ TB cao hơn so với 2 tiêu chí còn lại của trẻ là 2,52%. Trẻ thích tìm hiểu đến các loại thực phẩm, các bữa ăn, món ăn nhưng ít quan tâm tới cách chế biến các loại thực phẩm. Trẻ cũng chưa tự giác thực hiện hành vi văn minh trong ăn uống, có một số trẻ thích được chia sẻ và tiếp thu những kiến thức về DD.

2.2. Một số biện pháp GDDD cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi thông qua HĐTH

2.2.1. Chọn đề tài vẽ phù hợp với nội dung GDDD

a. Ý nghĩa: Việc lựa chọn đề tài vẽ phù hợp với nội dung GDDD là việc làm vô cùng quan trọng, nó giúp cho việc định hướng đúng đắn của bài dạy, đồng thời nó ảnh hưởng lớn đến hiệu quả GDDD cho trẻ mẫu giáo 4 - 5 tuổi. Muốn tiết học vẽ theo đề tài cho sẵn đạt hiệu quả, thực sự phát huy tác dụng tích cực trong GDDD thì GV cần giúp trẻ lựa chọn những chủ đề phù hợp với nội dung GDDD, phù hợp với vốn sống, vốn kinh nghiệm, khả năng nhận thức của trẻ.

b. Nội dung và cách thực hiện: Đề tài vẽ gắn với mảng hiện thực có liên quan đến lĩnh vực DD mà trẻ có nhiều cơ hội hoạt động trải nghiệm để tác động

đồng thời đến tất cả các lĩnh vực phát triển như trí tuệ, tình cảm, thể lực của trẻ. Để thực hiện được biện pháp này GV cần: (1) Nắm được khả năng, nhu cầu, nguyện vọng của trẻ; (2) Xác định nội dung GDDD cần truyền đạt đến trẻ thông qua việc sưu tầm và lựa chọn các đề tài vẽ phù hợp với nội dung đã xác định. (3) Chủ đề vẽ cần được sắp xếp dựa trên các chủ đề giáo dục hiện hành để quá trình thực hiện được thuận lợi và dễ dàng hơn. (4) Ngoài ra GV cần căn cứ vào mục tiêu, nội dung GDDD cho trẻ mẫu giáo 4 - 5 tuổi, căn cứ vào nhận thức, nhu cầu, vốn kinh nghiệm của trẻ và nội dung của các chủ đề giáo dục, xác định nội dung GDDD cần lựa chọn.

c. Điều kiện để thực hiện biện pháp

- GV phải nắm được đặc điểm và trình độ phát triển chung của lứa tuổi cũng như trình độ phát triển riêng của từng trẻ.

- GV cần nắm vững được nội dung, chương trình GDDD cho trẻ mẫu giáo 4 - 5 tuổi. Đề tài vẽ được chọn phải mang tính kế thừa các lứa tuổi trước nhưng được mở rộng một cách hợp lý.

- GV cần làm tốt công tác kết hợp với gia đình trẻ để thống nhất trong việc GDDD cho trẻ.

2.2.2. Tạo môi trường hoạt động phù hợp với chủ đề vẽ hướng vào nội dung GDDD

a. Ý nghĩa: Môi trường bao gồm tất cả những sự vật hiện tượng xung quanh con người. Môi trường hoạt động là môi trường trong đó đối tượng hoạt động chứa đựng tiềm năng trở thành động cơ bên trong của chủ thể. Môi trường hoạt động giữ một vị trí quan trọng trong quá trình chăm sóc giáo dục trẻ mầm non. Nhiều công trình nghiên cứu khoa học đã cho thấy trẻ học tốt nhất qua sự tương tác với các đối tượng trong môi trường tự nhiên và môi trường xã hội.

b. Nội dung và cách thực hiện: Trong mỗi tiết học vẽ đặc biệt là vẽ theo đề tài cho sẵn thì việc tạo môi trường hoạt động phù hợp với chủ đề vẽ hướng vào nội dung GDDD là một nhiệm vụ quan trọng.

+ Trang trí lớp và trưng bày sản phẩm, đồ dùng, của trẻ và các vật mẫu thật cần thuận tiện cho việc sử dụng của trẻ. Bên cạnh đó, cần đa dạng, đẹp, thay đổi phù hợp với nội dung của các chủ đề, tiết học khác nhau.

+ Lựa chọn không gian phù hợp để tổ chức hoạt động. Với từng chủ đề GV có thể thực hiện hoạt động vẽ ở trong lớp học, hoặc ngoài lớp học.

+ Các phương tiện, đồ dùng, tranh ảnh, nguyên

vật liệu được chuẩn bị đa dạng nhưng có cấu trúc đơn giản.

+ Chọn đề tài gần gũi với trẻ phù hợp với điều kiện địa phương, kích thích sử dụng vật liệu thiên nhiên sẵn có để làm đồ dùng, đồ chơi phục vụ cho từng chủ đề.

+ Việc cung cấp các đồ dùng, học liệu trang trí lớp học cần theo trình tự phân phối kế hoạch hoạt động trong tuần, với số lượng vừa đủ và nên thay đổi sau mỗi ngày để trẻ luôn có cảm giác mới mẻ sẽ khơi gợi ở trẻ sự tập trung chú ý, kích thích hứng thú hoạt động của trẻ.

c. Điều kiện để thực hiện biện pháp

- GV cần nắm vững nội dung, chương trình GDDD cho trẻ mẫu giáo 4- 5 tuổi và có KN tổ chức hoạt động, vận dụng linh hoạt mọi lúc - mọi nơi để mở rộng sự hiểu biết của trẻ.

- GV là người chủ động, có khiếu thẩm mỹ, linh hoạt, sáng tạo trong việc tổ chức môi trường hoạt động cho trẻ, tận dụng những đồ dùng, đồ chơi, nguyên vật liệu sẵn có ở địa phương.

2.2.3. Đánh giá sản phẩm vẽ của trẻ trong tiết học vẽ theo đề tài cho sẵn có nội dung GDDD

a. Ý nghĩa: Đánh giá sản phẩm của bản thân và của bạn khác là một trong những hoạt động rất quan trọng của các tiết học nói chung và tiết học vẽ tranh theo đề tài nói riêng. Thông qua việc đánh giá trẻ sẽ củng cố vốn hiểu biết, hình thành thái độ đúng đắn trong việc tiếp nhận các nội dung GDDD.

Việc đánh giá sản phẩm, GV không chỉ hướng trẻ nhận xét, đánh giá hình thức thể hiện của sản phẩm mà cần khuyến khích trẻ đánh giá về kiến thức, KN, thái độ của bạn cũng như của mình được thể hiện trong bài vẽ đó bằng hệ thống các câu hỏi định hướng.

b. Nội dung và cách thực hiện

- Đánh giá sản phẩm vẽ của trẻ trong hoạt động vẽ theo đề tài cho sẵn nhằm GDDD được tiến hành sau mỗi cuối tiết học vẽ. GV cần tạo điều kiện về thời gian và khuyến khích trẻ tham gia vào quá trình đánh giá sản phẩm hoạt động của bạn và trẻ.

- GV đánh giá sản phẩm của trẻ, việc đánh giá của GV phải dựa trên những quan sát trong cả quá trình trẻ hoạt động trong tiết học vẽ, phải dựa vào đánh giá của trẻ và của tập thể trẻ để có những đánh giá khách quan. Đánh giá của GV nhằm động viên, khen ngợi những cố gắng và thành tích mà trẻ đã đạt được trong quá trình học. Đánh giá không nhằm phê phán trẻ hay xem trẻ có hoàn thành bài vẽ hay không mà chủ

yếu hướng vào việc động viên, khuyến khích trẻ đã cố gắng để tạo được tâm thế phấn khởi và hứng thú cho trẻ ở các tiết học sau.

- Đánh giá cần được đưa vào tiết học như một nhiệm vụ. Do đó, để nâng cao hiệu quả GDDD cho trẻ mẫu giáo 4 - 5 tuổi thông qua tiết học vẽ theo đề tài cho sẵn, cần phải đánh giá sản phẩm vẽ của trẻ trong tiết học vẽ theo đề tài cho sẵn có nội dung GDDD.

c. Điều kiện thực hiện biện pháp

- Đối với GV: (1) Khi đánh giá cần công bằng, công khai, khách quan với mọi trẻ. Việc đánh giá giúp trẻ tự tin với bản thân mình. (2) Cần có KN đánh giá, tạo không khí thoải mái, vui vẻ khi tổ chức đánh giá sản phẩm tránh gây không khí căng thẳng, quá nghiêm túc gây tâm lý lo lắng, sợ hãi của trẻ.

- Đối với trẻ: Trẻ có những kiến thức, những hiểu biết nhất định về các nội dung GDDD. Có một số KN hoạt động trí tuệ như: so sánh, phân tích- tổng hợp...

3. Kết luận

GDDD cho trẻ mầm non là quan trọng và cần thiết trong quá trình giáo dục nhằm thay đổi nhận thức, thái độ và hình thành các KN để trẻ tự chăm lo sức khỏe, ăn uống của bản thân. GDDD là một nhiệm vụ quan trọng góp phần phát triển toàn diện nhân cách cho trẻ. Trong đó có HĐTH đặc biệt là hoạt động trên tiết học vẽ theo đề tài cho sẵn là phương tiện hữu hiệu để tiến hành GDDD cho trẻ. Việc lựa chọn và sử dụng các biện pháp HĐTH phù hợp có tác dụng nâng cao hiệu quả nội dung GDDD, góp phần phát triển toàn diện cho trẻ.

Tài liệu tham khảo

- [1]. Phạm Mai Chi, Nguyễn Kỳ Minh Nguyệt, Nguyễn Tố Mai (1998), *Dinh dưỡng trẻ em* – NXB Giáo dục, Hà Nội.
- [2]. Lê Mai Hoa (2002), *Giáo trình Dinh dưỡng trẻ em*, Trường Đại học Sư phạm, Hà Nội.
- [3]. Lê Thu Hương (Chủ biên)(2004), *Giáo dục dinh dưỡng – sức khỏe cho trẻ mầm non theo hướng tích hợp*, NXB Giáo dục, Hà Nội.
- [4]. Bộ Giáo dục và Đào tạo, Vụ Giáo dục Mầm non (Tài liệu huấn luyện), *Phòng chống suy dinh dưỡng và chăm sóc sức khỏe trẻ em*, Hà Nội.
- [5]. Ngô Thị Phương Thảo (2009), *Một số biện pháp GDDD cho trẻ mẫu giáo thông qua HĐTH*, Luận văn Thạc sĩ.
- [6]. Lê Thanh Thủy (2010), *Phương pháp tổ chức tạo hình cho trẻ*, NXB Đại học Sư phạm Hà Nội.