

Những ứng dụng thực tiễn của nội dung tổ chức bữa ăn cho trẻ ở học phần Giáo dục học mầm non trong Chương trình đào tạo giáo viên mầm non

Nguyễn Thị Nhân*

*TS, Khoa GDMN, trường DHSP, Đại học Đà Nẵng

Received: 22/6/2023 Accepted: 28/6/2023 Published: 2/7/2023

Abstract: The content of the Preschool Education module aims to provide learners with specialized knowledge on how to operate a preschool as a teacher or manager. In the scope of the article, the author only discusses how to apply the content of Organizing meals for children at preschools into practice through a system of exercises and current legal documents to support teachers and learners with useful information that contributes to improving the quality of training and organization in preschool education practice.

Keywords: Practical application, meal organization Preschool Education, Training program

Một số vấn đề về đào tạo giáo viên MN

Mục tiêu

Thông tư 01/VBHN-BGDĐT ngày 13 tháng 4 năm 2021 ban hành chương trình giáo dục MN – GDMN (sau đây gọi tắt là thông tư 01) quy định: Mục tiêu GDMN: “là giúp trẻ em phát triển về thể chất, tình cảm, trí tuệ, thẩm mỹ, hình thành những yếu tố đầu tiên của nhân cách, chuẩn bị cho trẻ em vào lớp một; hình thành và phát triển ở trẻ em những chức năng tâm sinh lý, năng lực và phẩm chất mang tính nền tảng, những kỹ năng sống cần thiết phù hợp với lứa tuổi, khơi dậy và phát triển tối đa những khả năng tiềm ẩn, đặt nền tảng cho việc học ở các cấp học tiếp theo và cho việc học tập suốt đời.”[1]

Chương trình: Trong chương trình GDMN được chia thành 2 giai đoạn theo sự phát triển của trẻ gồm: chương trình giáo dục nhà trẻ (CTGDNT) dành cho trẻ từ 3 tháng đến 3 tuổi và chương trình giáo dục mẫu giáo (CTGDMG) dành cho trẻ từ 3 tuổi đến 6 tuổi.

Đối với trẻ nhà trẻ: “CTGDNT nhằm giúp trẻ từ 3 tháng tuổi đến 3 tuổi phát triển hài hòa về các mặt thể chất, nhận thức, ngôn ngữ, tình cảm, kỹ năng xã hội và thẩm mỹ.

I. Phát triển thể chất

- Khỏe mạnh, cân nặng và chiều cao phát triển bình thường theo lứa tuổi.
- Thích nghi với chế độ sinh hoạt ở nhà trẻ.
- Thực hiện được vận động cơ bản theo độ tuổi.
- Có một số tố chất vận động ban đầu (nhẹn, khéo léo, thăng bằng cơ thể).

- Có khả năng phối hợp khéo léo cử động bàn tay, ngón tay.

- Có khả năng làm được một số việc tự phục vụ trong ăn, ngủ và vệ sinh cá nhân.

ii. Phát triển nhận thức

- Thích tìm hiểu, khám phá thế giới xung quanh.

- Có sự nhạy cảm của các giác quan.

- Có khả năng quan sát, nhận xét, ghi nhớ và diễn đạt hiểu biết bằng những câu nói đơn giản.

- Có một số hiểu biết ban đầu về bản thân và các sự vật, hiện tượng gần gũi quen thuộc.

iii. Phát triển ngôn ngữ

- Nghe hiểu được các yêu cầu đơn giản bằng lời nói.

- Biết hỏi và trả lời một số câu hỏi đơn giản bằng lời nói, cử chỉ.

- Sử dụng lời nói để giao tiếp, diễn đạt nhu cầu.

- Có khả năng cảm nhận vần điệu, nhịp điệu của câu thơ và ngữ điệu của lời nói.

- Hồn nhiên trong giao tiếp.

- Có ý thức về bản thân, mạnh dạn giao tiếp với những người gần gũi.

- Có khả năng cảm nhận và biểu lộ cảm xúc với con người, sự vật gần gũi.

- Thực hiện được một số quy định đơn giản trong sinh hoạt.

- Thích nghe hát, hát và vận động theo nhạc; thích vẽ, xé dán, xếp hình; thích nghe đọc thơ, kể chuyện, Thích nghe hát, hát và vận động theo nhạc; thích vẽ,

xé dán, xếp hình ...” [1]

Đối với trẻ mẫu giáo: “CTGDMG nhằm giúp trẻ em từ 3 đến 6 tuổi phát triển hài hòa về các mặt thể chất, nhận thức, ngôn ngữ, tình cảm, kỹ năng xã hội và thẩm mỹ, chuẩn bị cho trẻ vào học ở tiểu học.

I. Phát triển thể chất

- Khỏe mạnh, cân nặng và chiều cao phát triển bình thường theo lứa tuổi.

- Có một số tố chất vận động: nhanh nhẹn, mạnh mẽ, khéo léo và bền bỉ.

- Thực hiện được các vận động cơ bản một cách vững vàng, đúng tư thế.

- Có khả năng phối hợp các giác quan và vận động; vận động nhịp nhàng, biết định hướng trong không gian.

- Có kỹ năng trong một số hoạt động cần sự khéo léo của đôi tay.

- Có một số hiểu biết về thực phẩm và ích lợi của việc ăn uống đối với sức khỏe.

- Có một số thói quen, kỹ năng tốt trong ăn uống, giữ gìn sức khỏe và đảm bảo sự an toàn của bản thân.

Ii. Phát triển nhận thức

- Ham hiểu biết, thích khám phá, tìm tòi các sự vật, hiện tượng xung quanh.

- Có khả năng quan sát, so sánh, phân loại, phán đoán, chú ý, ghi nhớ có chủ định.

- Có khả năng phát hiện và giải quyết vấn đề đơn giản theo những cách khác nhau.

- Có khả năng diễn đạt sự hiểu biết bằng các cách khác nhau (bằng hành động, hình ảnh, lời nói...) với ngôn ngữ nói là chủ yếu.

- Có một số hiểu biết ban đầu về con người, sự vật, hiện tượng xung quanh và một số khái niệm sơ đẳng về toán.

Iii. Phát triển ngôn ngữ

- Có khả năng lắng nghe, hiểu lời nói trong giao tiếp hàng ngày.

- Có khả năng biểu đạt bằng nhiều cách khác nhau (lời nói, nét mặt, cử chỉ, điệu bộ...).

- Diễn đạt rõ ràng và giao tiếp có văn hóa trong cuộc sống hàng ngày.

- Có khả năng nghe và kể lại sự việc, kể lại truyện.

- Có khả năng cảm nhận vần điệu, nhịp điệu của bài thơ, ca dao, đồng dao phù hợp với độ tuổi.

Iv. Phát triển tình cảm và kỹ năng xã hội

- Có ý thức về bản thân.

- Có khả năng nhận biết và thể hiện tình cảm với con người, sự vật, hiện tượng xung quanh.

- Có một số phẩm chất cá nhân: mạnh dạn, tự tin, tự lực.

- Có một số kỹ năng sống: tôn trọng, hợp tác, thân thiện, quan tâm, chia sẻ.

- Thực hiện một số quy tắc, quy định trong sinh hoạt ở gia đình, trường lớp MN, cộng đồng gần gũi.

V. Phát triển thẩm mỹ

- Có khả năng cảm nhận vẻ đẹp trong thiên nhiên, cuộc sống và trong tác phẩm nghệ thuật.

- Có khả năng thể hiện cảm xúc, sáng tạo trong các hoạt động âm nhạc, tạo hình.

- Yêu thích, hào hứng tham gia vào các hoạt động nghệ thuật; có ý thức giữ gìn và bảo vệ cái đẹp”[1]

Nội dung “Tổ chức bữa ăn hàng ngày” cho trẻ ở trường MN

Ví trí của nội dung trong học phần

Học phần *Giáo dục học MN* dành cho đào tạo GVMN bậc đại học gồm các nội dung chính:

Phần 1. Những vấn đề lí luận chung

Phần 2. Các nội dung chăm sóc, giáo dục

Phần 3. Tổ chức các hoạt động chăm sóc, giáo dục

Để phát triển thể chất trẻ, trường MN cần quan tâm đến các vấn đề sau: Bữa ăn, Giấc ngủ, Luyện tập, Vệ sinh

Do vậy, kiến thức về tổ chức bữa ăn cho trẻ ở trường MN được đề cập đến trong nội dung giáo dục thể chất ở phần 2

Chi tiết nội dung: Tổ chức bữa ăn cho trẻ

Yêu cầu chung về bữa ăn: Đủ chất, đủ lượng, đa dạng, hợp vệ sinh

Tổ chức ăn cho trẻ nhà trẻ: “Việc tổ chức ăn uống hợp lý, khoa học là một yêu cầu cực kỳ quan trọng vì khả năng hoạt động của dạ dày, ruột... của trẻ còn kém. Nếu thức ăn không khoa học trẻ nhiễm bệnh ngay.

Tổ chức ăn cho trẻ mẫu giáo: “Trong chế độ sinh hoạt hàng ngày, việc tổ chức chế độ ăn uống hợp lý có ý nghĩa quan trọng cho sự phát triển bình thường của trẻ, nó đảm bảo sự sống, sự phát triển chung của cơ thể.

Trẻ mẫu giáo đang ở lứa tuổi phát triển nhanh về thể lực nên đòi hỏi khẩu phần ăn phải đầy đủ về chất và lượng. Vì vậy, cần phải cho trẻ ăn thức ăn có thành phần phù hợp với yêu cầu của cơ thể.

* Chế độ ăn của trẻ

Chế độ ăn	Nhu cầu năng lượng trong một ngày của trẻ 3-6 tuổi	Tại trường (đảm bảo 50-60% nhu cầu cả ngày)
Cơm thường	1500-1600 Kcal	750- 960 Kcal

Năng lượng phân phối cho các bữa ăn tại trường như sau:

Bữa chính buổi trưa chiếm 35- 45% năng lượng

cả ngày

Bữa phụ chiếm khoảng 10- 15% năng lượng cả ngày.

** Một số yêu cầu đối với tổ chức ăn uống cho trẻ mẫu giáo tại trường*

- Tổ chức cho trẻ ăn tối thiểu một bữa chính, một bữa phụ/ngày. Chuẩn bị đầy đủ các điều kiện tổ chức bữa ăn.

- Xây dựng thực đơn hàng ngày, theo tuần, theo mùa phù hợp với thực tế ở địa phương.

- Đảm bảo cho trẻ ăn uống đầy đủ theo nhu cầu lứa tuổi. Cơ cấu khẩu phần cân đối, hợp lý.

- Cung cấp đủ nước uống khoảng 1,0- 1,5 lít/trẻ/ngày (kể cả nước trong thức ăn).

- Thay đổi cách chế biến phù hợp với từng độ tuổi. Tập cho trẻ ăn các loại thức ăn khác nhau, động viên trẻ ăn hết suất.

- Trẻ phải rửa tay, lau mặt sạch sẽ trước và sau khi ăn. Ăn xong cho trẻ súc miệng, uống nước.

- Rèn nề nếp, thói quen tốt, hành vi văn minh trong ăn uống và giữ gìn vệ sinh.

- Xử lý kịp thời các tình huống bất thường có thể xảy ra trong bữa ăn.

- Phối hợp chặt chẽ giữa giáo viên, người chăm sóc trẻ và gia đình để chăm lo bữa ăn của trẻ, đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm, đáp ứng nhu cầu dinh dưỡng đầy đủ, hợp lý.”[2]

Vận dụng vào thực tiễn GDMN

Khi vận dụng nội dung tổ chức bữa ăn cho trẻ vào thực tiễn trường MN. SV cần tham khảo thêm các thông tin có tính pháp lý liên quan tại *Thông tư số 01/VBHN-BGDĐT*, ban hành Chương trình GDMN, ngày 13/4/2021.

Bài tập vận dụng

Với những hiểu biết trên SV hoàn toàn có thể thực hiện được các bài tập sau:

Bài tập 1. Phân tích chất và lượng bữa ăn của trẻ MN

Bài tập 2. Với mỗi thành phần chất cơ bản (đạm, béo, tinh bột) trong cấu trúc bữa ăn hãy liệt kê 5 món ăn phù hợp với trẻ nhà trẻ và 5 món ăn phù hợp với trẻ mẫu giáo

Bài tập 3. Xây dựng thực đơn 5 bữa ăn chính đảm bảo đủ chất mà các món không bị lặp lại quá 2 lần

Bài tập 4. Xây dựng thực đơn 1 tuần cho trẻ ở trường MN theo đúng quy định

Bài tập 5. Trình bày những điều kiện cần thiết để tổ chức bữa ăn cho trẻ

Bài tập 6. Cho ví dụ về tổ chức bữa ăn cho trẻ chưa đúng có thể gặp trong thực tiễn GDMN

Bài tập 7. Đề xuất một số biện pháp nâng cao chất

lượng tổ chức bữa ăn cho trẻ ở trường MN.

Kết quả vận dụng

Chú ý rằng bài tập 1 giúp SV có cái nhìn khái quát về vấn đề. Bài tập 2, 3 và 4 là một hệ thống nhằm dẫn dắt SV đi đến sản phẩm cụ thể ở nhà trường là thực đơn hàng tuần cho trẻ. Bài tập 5 và 6 giúp SV hoàn thiện các kỹ năng tổ chức hiệu quả và tránh được những sai lầm thông thường. Bài tập 7 giúp SV có khả năng phê phán và sáng tạo trong hoạt động nghề nghiệp.

Do đó, theo lộ trình thực hiện lần lượt các bài tập, năng lực của SV sẽ tăng dần từ biết -> hiểu -> vận dụng -> sáng tạo. Sản phẩm thực tiễn có được từ nội dung này là thực đơn khoa học, phù hợp với đặc điểm trẻ, với địa phương nhà trường và theo mùa.

Thử nghiệm 3 lớp SV ngành GDMN tại trường ĐHSP Đại học Đà Nẵng gồm: lớp 20SMN1: 60 SV; 20SMN2: 57 SV và 21SMN4: 58 SV. Kết quả thu được như sau:

Bài tập	Thực hiện được		Thứ bậc
	Số lượng	%	
Bài tập 1. Phân tích chất và lượng bữa ăn của trẻ MN	175	100	1
Bài tập 2. Với mỗi thành phần chất cơ bản (đạm, béo, tinh bột) trong cấu trúc bữa ăn hãy liệt kê 5 món ăn phù hợp với trẻ nhà trẻ và 5 món ăn phù hợp với trẻ mẫu giáo	175	100	1
Bài tập 3. Xây dựng thực đơn 5 bữa ăn chính đảm bảo đủ chất mà các món không bị lặp lại quá 2 lần	175	100	1
Bài tập 4. Xây dựng thực đơn 1 tuần cho trẻ ở trường MN theo đúng quy định	175	100	1
Bài tập 5. Trình bày những điều kiện cần thiết để tổ chức bữa ăn cho trẻ	175	100	1
Bài tập 6. Cho ví dụ về tổ chức bữa ăn cho trẻ chưa đúng có thể gặp trong thực tiễn GDMN	155	88.6	2
Bài tập 7. Đề xuất một số biện pháp nâng cao chất lượng tổ chức bữa ăn cho trẻ ở trường MN	118	64.4	3

3. Kết luận

Với kết quả thử nghiệm chúng ta hoàn toàn có thể tổ chức dạy học hiệu quả học phần Giáo dục học MN trong chương trình đào tạo GVMN bậc đại học. Hơn nữa, GVMN cũng là người có đủ khả năng xây dựng thực đơn cho trẻ; kiểm soát, đánh giá chất lượng bữa ăn hàng ngày cho trẻ ở trường MN và tư vấn, phối hợp cùng cha mẹ trẻ tổ chức tốt hơn bữa ăn ở nhà của trẻ, góp phần nâng cao chất lượng chăm sóc giáo dục trẻ nói chung và phát triển thể chất cho trẻ nói riêng.

Tài liệu tham khảo

[1]. Bộ GD&ĐT (2021), *Thông tư số 01/VBHN-BGDĐT*, ban hành Chương trình GDMN, ngày 13/4/2021, Hà Nội