

SỬ DỤNG TÁC PHẨM TRUYỆN TRONG TÍCH HỢP GIÁO DỤC DINH DƯỠNG - SỨC KHOẺ CHO TRẺ Ở TRƯỜNG MẦM NON

Cao Thị Thu Hoài*, Trần Thị Nhung

Trường Đại học Sư phạm, Đại học Thái Nguyên, Việt Nam

ARTICLE INFORMATION TÓM TẮT

Journal: Vinh University
Journal of Science
p-ISSN: 3030-4857

Volume: 53

Issue: 1C

***Correspondence:**
caothuhoaisptn@gmail.com

Received: 03 November 2023

Accepted: 05 December 2023

Published: 20 March 2024

Citation:

Cao Thị Thu Hoài, Trần Thị Nhung (2024). *Sử dụng tác phẩm truyện trong tích hợp giáo dục dinh dưỡng - sức khỏe cho trẻ ở trường mầm non.*

Vinh Uni. J. Sci.

Vol. 53 (1C), pp. 17-27

doi: 10.56824/vujs.2023c136

OPEN ACCESS

Copyright © 2024. This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution License \(CC BY NC\)](#), which permits non-commercially to share (copy and redistribute the material in any medium) or adapt (remix, transform, and build upon the material), provided the original work is properly cited.

Giáo dục dinh dưỡng - sức khỏe là nội dung quan trọng trong giáo dục phát triển thể chất cho trẻ mầm non. Nghiên cứu này nhằm phân tích ưu thế của tác phẩm truyện và hướng sử dụng tác phẩm truyện để tích hợp giáo dục dinh dưỡng - sức khỏe cho trẻ ở trường mầm non. Phương pháp phân tích nội dung, phương pháp phỏng vấn trực tiếp và phương pháp nghiên cứu sản phẩm hoạt động đã được sử dụng trong nghiên cứu. Kết quả cho thấy, nguồn tài nguyên tác phẩm truyện có thể sử dụng để tích hợp giáo dục dinh dưỡng - sức khỏe cho trẻ ở trường mầm non khá phong phú, đa dạng. Giáo viên có thể sử dụng những tác phẩm này để giáo dục cho trẻ thói quen giữ vệ sinh thân thể, giáo dục trẻ ăn uống đảm bảo vệ sinh, đủ dinh dưỡng. Từ đó nâng cao chất lượng chăm sóc, nuôi dưỡng và giáo dục trẻ tại cơ sở giáo dục mầm non.

Từ khóa: Tác phẩm truyện; giáo dục dinh dưỡng - sức khỏe, trẻ mầm non; trường mầm non; giáo dục tích hợp.

1. Giới thiệu

Dinh dưỡng đầy đủ có vai trò rất quan trọng đối với trẻ nhỏ. Khi trẻ được cung cấp đầy đủ dinh dưỡng, trẻ sẽ có khả năng miễn dịch, phát triển thể chất, trí tuệ, thẩm mỹ, hình thành năng lực cảm xúc - xã hội để phát triển toàn diện. Ngược lại, thiếu dinh dưỡng sẽ gây ra nhiều ảnh hưởng không tốt đến sự phát triển của trẻ. Scaglioni cho rằng, hành vi, thói quen ăn uống của trẻ chịu ảnh hưởng từ nhiều nhân tố: Khuynh hướng di truyền, cha mẹ và gia đình, cộng đồng - nhân khẩu - kinh tế xã hội, thức ăn và bản thân trẻ (Scaglioni et al., 2018). Để đảm bảo mục tiêu về dinh dưỡng - sức khỏe (DD - SK) cho trẻ mầm non, các lực lượng liên quan đến trẻ có thể tác động vào các nhân tố ảnh hưởng như đã nói trên. Với nhân tố bản thân trẻ, giáo dục dinh dưỡng bằng nhiều hình thức khác nhau được coi là một giải pháp hữu ích (Thuy P. T. T., & Nhung L. T. H., 2018; Ngọc L. T. B., & Tinh H. Q., 2020; Maldonado et al., 2022; Braga-Pontes et al., 2022; Loan et al., 2023).

Đề giáo dục DD - SK cho trẻ, giáo viên có thể sử dụng nhiều hình thức tổ chức, tích hợp vào các chủ đề và dùng nhiều tài nguyên học tập. Sách, truyện được coi là một nguồn tài nguyên hiệu quả trong giáo dục DD - SK cho trẻ (Droog et al., 2014; England et al., 2015; Tympa E., & Karavida V., 2021).

Việc sử dụng sách, truyện trong tích hợp giáo dục DD - SK cho trẻ ở trường mầm non sẽ góp phần cung cấp cho trẻ những kiến thức và trau dồi kỹ năng nhằm hình thành các thói quen, hành vi có lợi cho sức khỏe. Vì vậy, nghiên cứu này cung cấp ngữ liệu tác phẩm truyện, đề xuất hướng sử dụng những tác phẩm này trong việc tích hợp giáo dục DD - SK cho trẻ ở trường mầm non.

2. Phương pháp nghiên cứu

Phương pháp phân tích nội dung được sử dụng để lựa chọn các tác phẩm truyện phù hợp với nội dung tích hợp giáo dục DD - SK cho trẻ mầm non. Các tác phẩm truyện trong 4 tuyển tập có chứa các tác phẩm truyện của Nhà xuất bản Giáo dục (Quynh T., & Thao P., 2008; Chi N. T. M. & Trang, T. T., 2014; Huong L. T., 2018a, 2018b) đã được phân tích, bởi qua khảo sát, đây là những tuyển tập đang được nhiều giáo viên sử dụng trong các hoạt động giáo dục trẻ tại trường mầm non. Bên cạnh phương pháp phân tích nội dung, phương pháp phỏng vấn trực tiếp, phiếu điều tra bằng bảng hỏi và phương pháp phân tích sản phẩm hoạt động cũng được sử dụng để khảo sát nhận thức và thực trạng sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục DD - SK cho trẻ của giáo viên mầm non tại thành phố Thái Nguyên. Thời gian khảo sát được thực hiện từ 01/08/2023 đến 15/10/2023, với số lượng khảo sát là 50 giáo viên và các sản phẩm hoạt động tiêu biểu của những giáo viên này để có cơ sở thực tiễn cho việc đề xuất hướng sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục DD - SK cho trẻ ở trường mầm non.

3. Kết quả và thảo luận

3.1. Một số khái niệm

Dinh dưỡng là nhu cầu sống hàng ngày của con người, đặc biệt, trẻ mầm non rất cần dinh dưỡng để phát triển thể lực và trí lực, người lớn cần dinh dưỡng để duy trì sự sống và làm việc. Giáo dục dinh dưỡng là quá trình tác động có mục đích và kế hoạch đến tình cảm, lý trí của con người nhằm làm thay đổi nhận thức, thái độ và hành động để đi đến sự tự giác chăm lo vấn đề ăn uống và sức khỏe của mỗi cá nhân, tập thể và cộng đồng (Hoa N. T. M., 2009).

Từ những khái niệm trên, có thể hiểu: Giáo dục DD - SK cho trẻ mầm non là quá trình tác động có mục đích, có kế hoạch của nhà giáo dục (giáo viên mầm non) tới tình cảm và thể chất của trẻ nhằm hình thành ở trẻ những hiểu biết, kỹ năng và thái độ đúng đắn đối với việc thực hiện các hành động văn hóa, vệ sinh, đảm bảo việc thực hiện đúng các nguyên tắc giáo dục dinh dưỡng hợp lý trong quá trình học tập ở trường mầm non.

Truyện được hiểu là tác phẩm tự sự, phản ánh hiện thực thông qua các sự kiện, biến cố và hành vi con người. Tác phẩm truyện bao giờ cũng có cốt truyện, nhân vật (Han et al., 1999). Sử dụng tác phẩm truyện trong tích hợp giáo dục DD - SK cho trẻ ở trường mầm non là việc giáo viên tổ chức các hoạt động có sử dụng tác phẩm truyện để tích hợp giáo dục về dinh dưỡng và sức khỏe cho trẻ.

3.2. Mục tiêu, nội dung, hình thức giáo dục DD - SK cho trẻ mầm non

3.2.1. Mục tiêu giáo dục DD - SK cho trẻ mầm non

Mục tiêu của giáo dục mầm non là chăm sóc và giáo dục trẻ nhằm giúp trẻ phát triển toàn diện về các mặt: thể chất, tình cảm, trí tuệ, thẩm mỹ... Trong đó, giáo dục DD - SK là một trong hai mục tiêu về giáo dục phát triển thể chất cho trẻ mầm non. Mục tiêu về giáo dục DD - SK của giáo dục nhà trẻ là giúp trẻ thích nghi với chế độ sinh hoạt ở nhà trẻ và có khả năng làm được một số việc tự phục vụ trong ăn, ngủ và vệ sinh cá nhân. Ở độ tuổi 3-6, trẻ được giáo dục để có một số hiểu biết về thực phẩm và lợi ích 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 (Ministry of Education and Training, 2021).

3.2.2. Nội dung giáo dục DD - SK cho trẻ mầm non

Nội dung giáo dục DD - SK được cụ thể hoá trong từng độ tuổi của trẻ. Ở độ tuổi 24-36 tháng, trẻ tập luyện nền nếp, thói quen tốt trong sinh hoạt; làm quen với một số việc tự phục vụ, giữ gìn sức khỏe; nhận biết và tránh một số nguy cơ không an toàn. Đối với trẻ 3-6 tuổi, giáo dục DD - SK nhằm hướng tới mục tiêu trẻ nhận biết một số món ăn, thực phẩm thông thường và lợi ích của chúng; tập làm một số việc tự phục vụ trong sinh hoạt; giữ gìn sức khỏe, an toàn (Ministry of Education and Training, 2021).

3.2.3. Hình thức giáo dục DD - SK cho trẻ mầm non

Để giáo dục DD - SK cho trẻ mầm non, giáo viên có thể tổ chức hoạt động theo hướng tích hợp giáo dục DD - SK qua hoạt động học một cách trực quan cụ thể, dễ nhớ, dễ hiểu hơn để làm phong phú nội dung, phương pháp học tập. Bên cạnh đó, giáo viên có thể giáo dục thông qua hoạt động chơi, qua truyện kể, thơ ca, đồng dao, đóng kịch, kể chuyện theo tranh, tập tô, vẽ, xé dán... và giáo dục trẻ ở mọi lúc, mọi nơi (thời điểm đón, trả trẻ; trong giờ dạo chơi ngoài trời...) hoặc qua bản tin, hoạt động lao động, hoạt động ngày lễ, ngày hội, hoạt động trải nghiệm... Giáo viên có thể giáo dục tích hợp nội dung giáo dục dinh dưỡng và sức khỏe vào các chủ đề (bản thân, gia đình, động vật, thực vật...).

3.3. Ý nghĩa của việc lựa chọn tác phẩm truyện trong giáo dục DD - SK cho trẻ ở trường mầm non

Chăm sóc giáo dục trẻ ngay từ những tháng năm đầu tiên của cuộc đời là một việc làm cần thiết và có ý nghĩa vô cùng quan trọng đối với sự phát triển toàn diện của trẻ. Ở độ tuổi nhà trẻ và mẫu giáo, cơ thể trẻ đang trong quá trình phát triển rất nhanh nhưng sức đề kháng còn yếu, các cơ quan đang trên đà phát triển nhưng chưa hoàn thiện, đồng thời trẻ chưa có ý thức trong việc bảo vệ cơ thể nên rất dễ bị ốm hoặc xảy ra những tai nạn rủi ro. Để có thể tham gia, thực hiện tốt tất cả các hoạt động phù hợp với độ tuổi, trẻ cần có một cơ thể khỏe mạnh, được cung cấp đầy đủ dinh dưỡng nhằm đảm bảo sự phát triển toàn diện về thể chất và tinh thần. Giáo viên mầm non là người ảnh hưởng trực tiếp đến trẻ, vì vậy bên cạnh việc nêu gương còn cần vận dụng các phương pháp, hình thức để giáo dục DD - SK cho trẻ. Khi được giáo dục về DD - SK, nhận thức và hành vi của trẻ sẽ dần tốt lên và điều này sẽ ảnh hưởng đến trẻ trong suốt thời kỳ ấu thơ cho đến tương lai sau này của trẻ.

Trẻ mầm non tiếp nhận tác phẩm văn học một cách hồn nhiên, ngây thơ, không chịu sự chi phối của lý trí hay kinh nghiệm. Là một phần của cuộc sống, các tác phẩm văn học gợi cho trẻ những cảm xúc lành mạnh, giúp trẻ nhận thức thế giới xung quanh về con người và xã hội một cách chân thực nhất. So với các thể loại khác như thơ, kịch, tiểu thuyết hay truyện dài, thể loại truyện ngắn có những ưu thế riêng. Đặc biệt, những tác phẩm truyện được sử dụng trong giáo dục trẻ mầm non luôn chứa đựng những bài học giáo dục nhẹ nhàng mà sâu sắc. Giáo dục DD - SK cho trẻ thông qua tác phẩm truyện sẽ giúp trẻ hứng thú, tự giác và dễ dàng tiếp thu những kiến thức, kỹ năng và thái độ đúng đắn đối với việc thực hiện những hành động văn hóa vệ sinh. Bên cạnh đó, thông qua hệ thống nhân vật phong phú, đa dạng, hình ảnh đẹp kết hợp với ngôn từ giản dị, trong sáng, việc sử dụng tác phẩm truyện nhằm giáo dục DD - SK cho trẻ sẽ tạo được những hiệu quả nhất định.

3.4. Sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục DD - SK cho trẻ ở trường mầm non

Kết quả khảo sát bằng phương pháp phỏng vấn trực tiếp cho thấy 100% giáo viên đã có nhận thức đúng đắn về khái niệm giáo dục DD - SK cho trẻ mầm non, khái niệm truyện và sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục DD - SK cho trẻ. Có 86% giáo viên thường xuyên sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục DD - SK cho trẻ. Trong quá trình sử dụng, giáo viên có những khó khăn trong việc tích hợp nội dung giáo dục DD - SK cho trẻ trong các hoạt động bởi nhiều giáo viên chưa nắm vững quy trình sử dụng, bên cạnh đó, nguồn tư liệu tác phẩm chưa được tiếp cận nhiều để khai thác. Vì vậy, nghiên cứu này đề xuất hướng sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục trẻ ăn uống đảm bảo vệ sinh, đủ dinh dưỡng và giáo dục trẻ có thói quen giữ vệ sinh thân thể.

3.4.1. Sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục trẻ ăn uống đảm bảo vệ sinh, đủ dinh dưỡng

Mục đích: Sử dụng tác phẩm truyện phù hợp với các chủ đề, độ tuổi của trẻ để tích hợp nội dung giáo dục trẻ ăn uống đảm bảo vệ sinh, đủ dinh dưỡng vào các chủ đề. Nhân vật, các hình tượng trong truyện tác động vào tình cảm của trẻ, giúp trẻ ấn tượng với nội dung giáo dục mà giáo viên muốn truyền đạt.

Các thức thực hiện:

Bước 1: Giáo viên căn cứ vào nội dung, kết quả mong đợi trong chương trình, thực tế của trẻ, thực tế của địa phương để lựa chọn các nội dung giáo dục trẻ. Ví dụ, ở trẻ 24-36 tháng, giáo viên có thể chọn một trong các nội dung ở Bảng 1 để thực hiện sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục trẻ ăn uống đảm bảo vệ sinh, đủ dinh dưỡng.

Bảng 1: Các nội dung sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục trẻ ăn uống đảm bảo vệ sinh, đủ dinh dưỡng

Nội dung	24-36 tháng tuổi	5-6 tuổi
Giáo dục trẻ ăn uống đảm bảo vệ sinh	- Tập luyện nền nếp thói quen tốt trong ăn uống. - Luyện một số thói quen tốt trong sinh hoạt: ăn chín, uống chín; rửa tay trước khi ăn; lau mặt, lau miệng, uống nước sau khi ăn.	- Nhận biết sự liên quan giữa ăn uống với bệnh tật (ỉa chảy, sâu răng, suy dinh dưỡng, béo phì...). - Tập luyện kỹ năng: đánh răng, lau mặt, rửa tay bằng xà phòng. - Đi vệ sinh đúng nơi quy định, sử dụng đồ dùng vệ sinh đúng cách.

Nội dung	24-36 tháng tuổi	5-6 tuổi
Giáo dục trẻ ăn uống đủ dinh dưỡng	- Làm quen với chế độ ăn cơm và các loại thức ăn khác nhau.	- Nhận biết, phân loại một số thực phẩm thông thường theo 4 nhóm thực phẩm. - Nhận biết các bữa ăn trong ngày và lợi ích của ăn uống đủ lượng và đủ chất.

Bước 2: Xây dựng kế hoạch triển khai các nội dung giáo dục DD - SK theo phương thức tích hợp chủ đề. Khi xây dựng kế hoạch, giáo viên có thể lựa chọn các tác phẩm có nội dung và hình thức phù hợp để đưa vào kế hoạch triển khai. Bảng 2 thể hiện một số tác phẩm có nội dung giáo dục trẻ ăn uống đảm bảo vệ sinh, đủ dinh dưỡng.

Bảng 2: Các tác phẩm truyện có nội dung giáo dục trẻ ăn uống đảm bảo vệ sinh, đủ dinh dưỡng

TT	Tên truyện/ tác giả	Chủ đề	Độ tuổi	Nội dung truyện và ý nghĩa giáo dục
1	Ngôi nhà ngọt ngào - Vũ Bội Tuyền	Gia đình	3-4	Bé Hoa và Cường chỉ thích ăn bánh kẹo mà không thích ăn cơm và ăn rau. Một hôm, hai bạn đi chơi công viên và thấy một ngôi nhà ngọt ngào làm bằng socola, kẹo và sữa. Vì thích thú, hai bạn đã ăn hết những bức tường, cánh cửa, mái của ngôi nhà. Sau khi về nhà, cả Hoa và Cường đều oà khóc nức nở vì bị đau răng. Truyện giáo dục trẻ không nên ăn nhiều đồ ngọt như bánh, kẹo, socola... (Quynh T., & Thao P., 2008).
2	Giấc mơ kì lạ - Nguyễn Bích Ngọc	Bản thân	5-6	Cô bé Mi Mi rất lười ăn. Một lần, cô bé mơ thấy các bộ phận của cơ thể như Tay, Chân, Mắt, Miệng đang kêu than vì mệt mỏi. Sau khi tỉnh dậy, Mi Mi quyết định sẽ ăn uống và tập thể dục đều đặn. Truyện giáo dục trẻ cần ăn uống đủ chất để các bộ phận trong cơ thể được khỏe mạnh (Quynh T., & Thao P., 2008).
3	Chuyện của Duy - Nguyễn Lan Hương	Gia đình	5-6	Bé Duy rất lười ăn cơm và không thích ăn thịt cá nên cơ thể gầy còm. Khi đến lớp, thấy các bạn đều cao lớn, khỏe mạnh vì ăn đầy đủ dinh dưỡng từ các nguồn thực phẩm khác nhau khiến Duy thấy lúng túng. Được cô giáo giải thích, Duy được làm quen với một số thực phẩm như khoai tây, rau cải xanh, cà chua, tôm, thịt, trứng... và biết ích lợi của chúng đối với cơ thể. Truyện giáo dục trẻ cần ăn nhiều thịt cá, rau xanh để có được sức khỏe tốt... (Quynh T., & Thao P., 2008).
4	Mẹ con chuột túi đi siêu thị -	Gia đình	4-5	Mẹ con nhà chuột túi đi siêu thị để mua đồ ăn ngon về cho cả nhà. Nhưng mấy chị em chuột túi lại chỉ muốn mua thịt, cá còn bánh mì và hoa quả thì nhất

TT	Tên truyện/ tác giả	Chủ đề	Độ tuổi	Nội dung truyện và ý nghĩa giáo dục
	Nguyễn Thị Lệ Huyền			định không mua. Thấy vậy, chuột mẹ nhẹ nhàng giải thích cho các con hiểu: để cơ thể khỏe mạnh, thông minh, chúng ta cần phải ăn thêm gạo, thịt, rau, dầu mỡ và hoa quả. Qua đó, truyện giáo dục trẻ để có một trí tuệ tốt và một cơ thể phát triển khỏe mạnh thì phải ăn đủ các chất dinh dưỡng (Quynh T., & Thao P., 2008).
5	Quả ngọt quả cay - Phong Thu	Động vật	4-5	Thỏ út được Thỏ mẹ dẫn đi kiếm ăn và tìm được rất nhiều đồ ăn ngon như củ cải ngọt lịm, khoai lang bùi và dẻo, hạt dẻ ngon ngọt; táo giòn thơm... Một lần, Thỏ út đi kiếm ăn một mình và lạc vào một khu vườn nhỏ. Thỏ thấy một cái cây có rất nhiều quả chín. Nhưng vì không biết đây là cây ổi nên Thỏ út đã hái liền mấy quả và cho vào miệng để ăn. Truyện giáo dục trẻ: không phải quả nào có màu đỏ cũng là quả ngọt (Quynh T., & Thao P., 2008).
6	Bé Mai đi công viên - Hồ Lam Hồng	Bản thân	4-5	Bé Mai được bố mẹ cho đi công viên chơi. Nhìn thấy các bạn ăn quà ở hàng quán, Mai không đòi ăn giống các bạn mà đã nói với mẹ: Các bạn kia không nghe lời cô giáo, ăn quà vặt sẽ bị đau bụng. Truyện giáo dục trẻ không nên ăn những đồ ăn không đảm bảo vệ sinh và nguồn gốc xuất xứ (Huong L. T., 2018a, p.109).
7	Cả nhà ăn dưa hấu - Hồ Lam Hồng	Gia đình	3-4	Câu chuyện kể về việc cả nhà Hùng ăn dưa hấu. Truyện giáo dục trẻ cách ăn dưa hấu: cắt dưa thành từng miếng nhỏ; trước khi ăn phải rửa sạch tay và mời những người lớn tuổi trong gia đình những miếng dưa ngon ngọt nhất (Huong L. T., 2018a).
8	Nếu không đi học - Thu Hằng	Trường mầm non	5-6	Dê con bị đau bụng vì trước khi ăn không chịu rửa tay còn gấu con bị chảy máu chân do đá bóng. Hai bạn liền lấy thuốc đau đầu để uống nhưng không khỏi. Bạn bướm vàng bị ngộ độc vì đã bay vào vườn hoa đang phun thuốc trừ sâu. Bác sĩ voi đã chữa khỏi bệnh cho các bạn. Qua câu chuyện, giáo dục trẻ cần rửa tay sạch trước khi ăn và chỉ được uống thuốc theo đơn của bác sĩ (Huong L. T., 2018b).
9	Niềm vui từ bát canh cải - Trần Ngọc Trâm	Thực vật	5-6	Bé Mai rất thích ăn rau cải. Thấy các chú bộ đội ở đảo Trường Sa trồng rau trong khay gỗ, bé đã nhờ bố mẹ dạy cách trồng rau. Sau một thời gian chăm sóc, cả nhà bé đã có những bữa canh rau cải nấu thịt

TT	Tên truyện/ tác giả	Chủ đề	Độ tuổi	Nội dung truyện và ý nghĩa giáo dục
				nạc thơm ngon. Truyện giáo dục trẻ cần giúp đỡ bố mẹ những công việc phù hợp với sức của mình và ăn nhiều rau xanh (Huong L. T., 2018b).
10	Em của Tí bản - Nguyễn Huy Đàn (dịch)	Bản thân	5-6	Truyện kể về một chú bé ăn ở bừa bãi nên mọi người gọi cậu là Tí bản. Tất cả các bạn đều xa lánh và không muốn chơi cùng Tí. Truyện giáo dục trẻ cần phải gọn gàng, ngăn nắp và ăn uống có vệ sinh (Quynh T., & Thao P., 2008, p. 348).

Bước 3: Triển khai các nội dung giáo dục trẻ ăn uống đảm bảo vệ sinh, đủ dinh dưỡng theo phương thức tích hợp chủ đề, gắn với mối quan hệ giữa trẻ với môi trường sống. Qua các hoạt động trong và ngoài lớp, giáo viên có thể kể chuyện/đọc sách cho trẻ, cho trẻ xem tranh, kể chuyện theo tranh và trao đổi, tọa đàm với trẻ về lợi ích của việc ăn uống vệ sinh, đảm bảo dinh dưỡng để tạo cơ hội cho trẻ được nhận diện các đặc điểm, tính cách, hành vi của nhân vật. Các câu hỏi trao đổi và đàm thoại có thể hướng trẻ vào tìm hiểu lợi ích của việc giữ vệ sinh khi ăn uống, lợi ích của thực phẩm đối với sức khỏe và sự cần thiết của việc ăn uống đầy đủ và sạch sẽ. Từ đó trẻ có những đánh giá, bình luận và rút ra được bài học giáo dục. Có một lưu ý rằng, những câu chuyện được chọn và những câu hỏi nên gắn với cảm xúc tích cực bởi khả năng suy luận của trẻ còn hạn chế nên sự thay đổi hành vi có xu hướng được thúc đẩy bởi phản ứng tình cảm hơn là phản ứng nhận thức.

Bước 4: Giáo viên đánh giá thường xuyên và định kỳ về hiệu quả sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục trẻ ăn uống đảm bảo vệ sinh, đủ dinh dưỡng để kịp thời điều chỉnh, bổ sung sao cho phù hợp.

3.4.2. Sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục trẻ thói quen giữ vệ sinh thân thể

Mục đích: Các nhân vật trong truyện là hình ảnh sinh động giúp trẻ có thể nhận ra được lợi ích của việc thực hiện thói quen vệ sinh cũng như tác hại của việc không biết giữ vệ sinh thân thể. Thông qua việc tích hợp tác phẩm này trong các hoạt động, giáo viên có thể giáo dục trẻ thói quen giữ vệ sinh thân thể một cách nhẹ nhàng và sinh động.

Cách thức thực hiện:

Bước 1: Vào đầu năm học, từ các mục tiêu về giáo dục thói quen giữ vệ sinh thân thể ở từng độ tuổi, giáo viên lựa chọn các nội dung phù hợp có thể sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục trẻ. Ví dụ, nội dung giáo dục lợi ích của việc giữ gìn vệ sinh thân thể, vệ sinh môi trường đối với sức khỏe con người ở độ tuổi 5-6.

Bước 2: Sau khi đã lựa chọn được nội dung giáo dục trẻ giữ vệ sinh thân thể qua tác phẩm truyện, giáo viên lập kế hoạch triển khai các theo phương thức tích hợp chủ đề. Giáo viên cần đọc trước và tìm hiểu kỹ các tác phẩm để lựa chọn những tác phẩm truyện có nội dung và hình thức phù hợp. Sau khi đã lựa chọn được tác phẩm, giáo viên đưa tên tác phẩm cũng như lập kế hoạch sử dụng tác phẩm vào các hoạt động để giáo dục trẻ thói quen giữ vệ sinh thân thể. Giáo viên sử dụng các câu hỏi đàm thoại mang tính mở và gắn

với thực tiễn kết hợp các hình thức phương pháp hiện đại để trẻ có ý thức về thói quen vệ sinh thân thể. Một số tác phẩm giáo viên có thể sử dụng cho kế hoạch của mình được thể hiện ở Bảng 3.

Bảng 3: Danh mục các tác phẩm truyện
có nội dung giáo dục trẻ thói quen giữ vệ sinh thân thể

TT	Tên truyện/ tác giả	Chủ đề	Độ tuổi	Nội dung truyện và ý nghĩa giáo dục
1	Khỉ con ăn chuối - sưu tầm	Động vật	3-4	Khỉ con ăn chuối xong không bỏ vỏ chuối vào thùng rác mà vứt xuống đất nên đã giẫm phải vỏ chuối và trượt chân ngã. Truyện giáo dục trẻ không được vứt rác bừa bãi, cần để rác đúng nơi quy định (Huong L. T., 2018a).
2	Gấu con bị sâu răng - sưu tầm	Bản thân	4-5	Truyện kể về chú Gấu con ăn nhiều đồ ngọt vào buổi tối và không đánh răng nên đã bị sâu răng. Truyện giáo dục trẻ không ăn nhiều đồ ngọt và phải chăm chỉ đánh răng hằng ngày trước khi đi ngủ và sau khi ngủ dậy.
3	Vệ sinh buổi sáng - Vân Nhi	Bản thân	4-5	Truyện giáo dục trẻ thói quen vệ sinh buổi sáng như: cách đánh răng (chải răng bên trái, bên phải, bên trên, bên dưới, trong, ngoài); cách súc miệng bằng nước sạch... (Huong L. T., 2018a).
4	Mèo con đánh răng - Thuý Hà dịch	Gia đình	4-5	Nhờ có bố con bác Gấu và bạn Voi con hướng dẫn, Mèo con đã biết đánh răng đúng cách. Truyện giáo dục trẻ cần chải răng đúng các bước: xoay tròn bàn chải, chải từ trên xuống dưới, từ dưới lên trên, chải cả mặt trong lẫn mặt ngoài của răng, chải mặt nhai nhiều lần, súc miệng cho sạch (Quynh T., & Thao P., 2008).
5	Chú bé Lọ Lem - Thu Thủy phỏng dịch	Bản thân	5-6	Vì không chịu rửa mặt, đánh răng, tắm giặt nên tất cả các đồ dùng trong nhà đều tránh xa và không chơi cùng Lọ Lem nữa. Lọ Lem thấy hối hận và thay đổi để bản thân trở nên sạch sẽ hơn. Truyện giáo dục trẻ cần giữ gìn vệ sinh để có được một cơ thể sạch sẽ (Quynh T., & Thao P., 2008).
6	Cái kẹo của mẹ - Đỗ Chung Anh và Ngô Liên Hương sưu tầm	Gia đình	5-6	Bé Kẹo được mẹ yêu chiều nên không biết làm bất cứ việc gì. Khi đến lớp, thấy các bạn tự xúc cơm, rửa tay, lau mặt, Kẹo thấy rất lạ lùng. Kẹo cũng thử bắt chước các bạn nhưng cô bé lúng túng và cảm thấy xấu hổ vì không biết phải bắt đầu từ đâu. Lúc này, cô giáo đến bên và nhẹ nhàng dạy Kẹo cách cầm thìa, xúc cơm ăn để không rơi vãi. Từ

TT	Tên truyện/ tác giả	Chủ đề	Độ tuổi	Nội dung truyện và ý nghĩa giáo dục
				đó, Kẹo đã học được kỹ năng tự phục vụ và còn biết rót nước, lấy tăm mời bố mẹ sau mỗi bữa ăn. Truyện giáo dục trẻ biết tự xúc cơm, rửa tay, lau mặt, biết rót nước, lấy tăm mời bố mẹ sau mỗi bữa ăn (Quynh T., & Thao P., 2008).

Bước 3: Giáo viên triển khai các hoạt động sử dụng tác phẩm truyện trong thực hiện các nội dung giáo dục giữ vệ sinh thân thể cho trẻ nhằm giúp trẻ nhận thức được lợi ích của việc giữ vệ sinh thân thể (giữ vệ sinh răng miệng, tắm gội sạch sẽ, rửa tay bằng xà phòng...). Giáo viên tạo cơ hội cho trẻ được trò chuyện và động viên, khuyến khích trẻ tự giác vệ sinh thân thể sạch sẽ.

Bước 4: Trong quá trình thực hiện và sau mỗi giai đoạn thực hiện sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục vệ sinh thân thể sạch sẽ cho trẻ, giáo viên đánh giá hiệu quả sử dụng để kịp thời điều chỉnh, bổ sung sao cho phù hợp.

4. Kết luận

Nghiên cứu đã đề xuất việc sử dụng các tác phẩm truyện để giáo dục trẻ ăn uống vệ sinh, đủ chất dinh dưỡng và giáo dục trẻ giữ vệ sinh thân thể. Khi sử dụng tác phẩm truyện trong giáo dục DD - SK cho trẻ mầm non, giáo viên không chỉ cần thông hiểu chương trình giáo dục mầm non, nắm được đặc điểm của trẻ và điều kiện thực tế của nhà trường mà còn cần thông hiểu ý nghĩa của tác phẩm truyện. Trên cơ sở đó, giáo viên sẽ lập kế hoạch, triển khai việc sử dụng tích hợp tác phẩm truyện trong giáo dục DD - SK cho trẻ và liên tục kiểm tra, đánh giá hiệu quả thực hiện. Đây là một biện pháp tác động giúp giáo dục về nhận thức và hành vi DD - SK phù hợp cho trẻ mầm non.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Braga-Pontes C., Simoes-Dias S., Lages M., Guarino M. P., & Graca P. (2022). Nutrition education strategies to promote vegetable consumption in preschool children: the Veggies4myHeart project. *Public Health Nutr*, 25(4), 1061-1070. DOI: 10.1017/S1368980021004456
- Chi N. T. M., & Trang, T. T. (2014). *Collection of songs, poems, and stories for kindergarten (In Vietnamese)*. Viet Nam Education Publisher.
- England J. L., Linchey J., Madsen K. A., & Patel A. I. (2015). Reach Out and Eat: Food and Beverages Depicted in Books for Preschoolers. *Clin Pediatr (Phila)*, 54(13), 1257-1264. DOI: 10.1177/0009922815574078
- Han L. B., Su T. D., & Phi N. K. (1999). *Dictionary of literary terms*. Hanoi: Education Press.
- Hoa N. T. M. (2009). *Child Nutrition Curriculum*. Hue University Press.

- Huong L. T. (2018a). *Selection of games, songs, poems, stories, puzzles by topic, for children 3-36 months (In Vietnamese)*. Viet Nam Education Publisher.
- Huong, L. T. (2018b). *Selection of games, songs, poems, stories, puzzles by topic, for children 4-5 year-old (In Vietnamese)*. Viet Nam Education Publisher.
- Loan N. T. Q., Hue T. T. M., Thuy N. T. H., & Thuy N. T. (2023). The factor that affect the efficiency of nutritional education for children in preschool. *TNU Journal of Science and Technology*, 228(04), 327-333. DOI: 10.34238/tnu-jst.7701
- Maldonado L., Farias S. C., Damião J. J., Castro L. M. C., Silva A., & Castro I. R. R. (2022). A proposal for food and nutrition education integrated into the preschool and elementary school curriculum. *Cad Saude Publica*, 37(suppl 1), e00152320. DOI: 10.1590/0102-311x00152320
- Ministry of Education and Training (2021). *Preschool education program (issued together with Circular No. 01/VBHN-BGDDT dated April 13, 2021 of the Minister of Education and Training) (In Vietnamese)*.
- Ngoc L. T. B., & Tinh H. Q. (2020). Some nutritional education measures for children through learning games. *Education Journal*, 01(05), 43-46. DOI: 10.15520/sslej.v5i05.2901
- Quynh T., & Thao P. (2008). *Collection of poems, stories, and puzzles for preschool children by topic*. Viet Nam Education Publisher.
- Scaglioni S., De Cosmi V., Ciappolino V., Parazzini F., Brambilla P., & Agostoni C. (2018). Factors Influencing Children's Eating Behaviours. *Nutrients*, 10(6). DOI: 10.3390/nu10060706
- Simone M. de Droog, Moniek Buijzen & Patti M. Valkenburg (2014). Enhancing children's vegetable consumption using vegetable-promoting picture books. The impact of interactive shared reading and character-product congruence. *Appetite*, 73, 73-80. DOI: 10.1016/j.appet.2013.10.018
- Tympa E., & Karavida V. (2021). Picture books and healthy eating habits: An interventions study in a Greek preschool setting. *European Journal of Education Studies*, 8(4), 133-147. DOI: 10.46827/ejes.v8i4.3680
- Thuy P. T. T., & Nhung L. T. H. (2018). Some nutritional and health education measures for preschool children through physical games. *Education Journal*, 2(5), 133-137.

ABSTRACT

USING STORIES TO INTEGRATE NUTRITION AND HEALTH EDUCATION FOR CHILDREN IN PRESCHOOL

Cao Thi Thu Hoai, Tran Thi Nhung

College of Education, Thai Nguyen University, Vietnam

Received on 03/11/2023, accepted for publication on 05/12/2023

Nutrition and health education are the main content in physical development education for preschool children. To help children develop some good habits and behaviors in eating and hygiene to prevent disease, teachers can use many teaching resources. This study analyzes the advantages of the story works and directions for using them to integrate nutrition and health education for preschool children. Content analysis method, direct interview method, and operational product research method have been used. The results show that stories that can be used to integrate nutrition education for children in preschool are relatively rich and diverse. Teachers can use these stories to educate children about the habit of maintaining physical hygiene and educating children about hygienic and nutritious eating, thereby improving the quality of care, nurturing and education of children at preschool educational establishments.

Keywords: Story works; nutrition and health education; preschool children; preschools; integrated education.