

CULTIVAREA DEPRINDERILOR DE ÎNGRIJIRE A CORPULUI LA ELEVII CLASELOR PRIMARE

*Natalia ARNAUT, Victor ZEPCA,
Angela CAZACU-STRATU, Odetta ȚIGĂNAȘ,*
Laboratorul Sănătatea copiilor și adolescenților,
Centrul Național de Sănătate Publică

Summary

Growt skills of body care for primary school students

In this work are presented and proposed some teaching activities for teachers who aimed knowledge training, attitudes and habits of hygiene of the body, including the hands, to the primary school students.

Keywords: *health, risk, hand hygiene, students*

Резюме

Формирование навыков ухода за телом у учащихся начальной школы

В данной работе отражены и предложены методы по формированию у учащихся начальных классов знаний и навыков по уходу за телом.

Ключевые слова: *здоровье, риск, гигиена рук, учащиеся*

Introducere

Sănătatea este un drept uman fundamental, esențial pentru dezvoltarea socială și cea economică și menținerea ei nu poate fi privită ca o responsabilitate exclusivă a sectorului sănătății [2].

Un nivelul înalt de educație igienică a elevilor este actual și prevede un ansamblu de măsuri organizatorice, metodologice și tehnice, care au drept scop însușirea de către elevi a cunoștințelor necesare în domeniul promovării sănătății, igienei personale, cunoașterii și identificării timpurii a principalelor simptome de boală, acceptării unei decizii active față de sănătatea individuală și cea colectivă [3].

Un rol insuficient se acordă preîntâmpinării apariției factorilor de risc comportamentali în rândurile populației prin implementarea programelor comunitare de promovare a sănătății pentru copii și adolescenți. Aplicarea programelor de promovare a sănătății la nivel comunitar prin diverse metode de educație pentru sănătate, orientate spre schimbarea comportamentului copiilor și adolescenților, permite prevenirea apariției factorilor comportamentali de risc și reduce povara maladiilor [1, 2].

Sănătatea trebuie să reprezinte preocuparea tuturor cetățenilor, inclusiv a școlii, dar nu numai a medicilor sau a altor specialiști medicali. Educarea elevilor, ca mijloc de dezvoltare a cunoștințelor și schimbare a comportamentului într-un stil de viață nou, favorabil sănătății, e necesar să fie unul dintre scopurile principale ale școlii [4]. Acestea se vor face

prin măsuri de informare, prin formarea atitudinilor și practicilor sănătoase în diferite domenii, inclusiv în îngrijirea corpului. Temele incluse în curriculum, în cadrul diferitor discipline școlare din clasele primare (Științe, Dirigenție, Educație tehnologică, Educație civică), oferă elevilor posibilitatea de a-și forma deprinderi sănătoase de viață.

În scopul formării la elevii claselor primare a cunoștințelor și abilităților de îngrijire a corpului, se propune următorul **proiect didactic**.

Scopul: formarea la elevii claselor primare a cunoștințelor și abilităților de îngrijire a corpului.

Clasa a II-a. Dirigenție

Durata lecției: 45 min.

Modulul: **STILUL SĂNĂTOS DE VIAȚĂ**

Subiectul: **Îngrijirea corpului**

Tipul lecției: de formare a capacităților de aplicare a cunoștințelor

Subcompetențe:

- adoptarea regulilor de menținere a curățeniei corpului
- formarea deprinderilor de igienă corporală

Obiective operaționale:

- să explice regulile de igienă cunoscute;
- să recunoască obiectele de igienă personală pe baza observațiilor proprii și a materialului demonstrativ;
- să descrie acțiuni necesare pentru păstrarea igienei personale;
- să deosebească acțiunile sanogene de cele nesănogene;
- să colaboreze cu colegii în realizarea sarcinilor de grup.

Tehnologii didactice:

- a) *metode și procedee:* conversația euristică, ciorchinele, explicația, jocul didactic, expunerea orală, problematizarea;
- b) *forme:* frontal, individual, în echipă (diade/triade);
- c) *materiale didactice:* fișe, planșe, imagini decupate.

Desfășurarea activității:

1. EVOCARE

Elevii vor completa versurile cu cuvinte ce rimează, vor deduce tema lecției.

Sfatul mamei este bun

Mama mea m-a _____ (învățat)

Ca să fiu mereu _____ (curat).

Serile și dimineața

Să-mi spăl mâinile și _____ (fața).

Pe urechi, pe ochi, pe _____ (gât).

E de-ajuns numai atât?

Nu-i de-ajuns, că peste zi

Mă pot iarăși _____ (murdări).

(Florin Gorbăchescu)

2. REALIZAREA SENSULUI

Activitate frontală

Prin metoda "ciorchinele" se recapitulează cunoștințele referitoare la igiena corporală.

Reflecție și evaluare

Activitate. Pe o fișă ce are decupate pe cerc obiecte de igienă personală, elevii vor desena pe centru conturul mâinii și vor uni de acesta, cu o linie, obiectele (imagini decupate) care ajută la păstrarea mâinilor și unghiilor curate.

Activitate frontală. „Eu spun greșit, spune tu corect!” (afirmațiile sunt citite de diferiți elevi de pe foaie)

Îmi fac lecțiile noaptea.

Îmi scriu temele în timp ce mănânc.

Mă culc îmbrăcat cu hainele de zi.

Șterg tabla cu batista.

Țin cărțile și caietele sub pat.

Beau apă rece după ce alerg.

Îmi arunc hainele prin cameră.

Elevii vor completa următoarea fișă de evaluare:

Fișă de evaluare

1. Încercuiește imaginile care reprezintă obiecte pe care le folosim:
 - a. pentru îngrijirea dinților



- b. pentru îngrijirea părului



2. Alcătuieste 5 reguli de igienă a corpului.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

EXTINDERE. Fiecare elev va primi desene ce reprezintă reguli de igienă personală, pe care le vor colora, apoi le vor afișa în camera personală.

Recomandări:

- Lecțiile ce vor forma competențe sanogene vor avea nu atât o abordare medicală, cât vor fi orientate spre schimbarea comportamentului elevilor.
- Proiectele didactice se vor alcătui din perspectiva formării competențelor necesare, formării unui stil sănătos de viață. Ele vor include un șir de strategii didactice ce vor contribui la formarea deprinderilor de a duce un mod sănătos de viață, dar vor cuprinde și informație științifică comunicată de învățător.

- Activitățile vor solicita participarea deplină a elevilor, învățătorul venind cu informații noi. Un mare rol îl vor avea imaginile, experimentele, adresarea întrebărilor, precum și observațiile zilnice ale comportamentului sanogen al elevului, în scopul formării unui stil de viață sănătos.
- Prin activitățile propuse în cadrul lecției, elevii sunt puși în situația de a discerne în luarea unor decizii, de a selecta variantele corecte în adoptarea unor atitudini, însușirea unor cunoștințe și deprinderi care să contribuie la formarea unui comportament favorabil sănătății.

Bibliografie

1. Bahnarel I., Zepca V., Arnaut N., Romaniuc D. *Formarea cunoștințelor, atitudinilor și deprinderilor de igienă a mâinilor la elevii claselor primare.* În: Materialele Conferinței Științifico-practice Naționale cu participare Internațională „Sănătatea copiilor și factorii exogeni de risc”. Ch.: UASM (Tipografia „Print Caro”), 2012, p. 19-21. ISBN 978-9975-64-223-1.
2. Bahnarel I., Zepca V., Meșina V., Cazacu-Stratu A. *Considerații privind nivelul de cunoaștere al elevilor din cl. IV-a a aspectelor referitoare la modul sănătos de viață.* În: Buletinul AȘM, Științe medicale. 2013, nr. 5(41), p. 28-32. ISSN 1857-0011.
3. *Ghid de supraveghere și control în infecțiile nosocomiale*, ediția a II. Coordonator științific V. Prisacari, prof. univ., dr. habilitat, Om emerit. Chișinău, 2009, 312 p.
4. Maximenco Elena. *Argumentarea științifică a programului de promovare a sănătății adolescenților la nivel comunitar în Republica Moldova.* Autoreferatul tezei de doctor în medicină, Chișinău, 2010.