

نغذية الطفل

الصف الأول - الفصل الدراسي الأول

قسم رياض الأطفال

(الدراسة الصباحية) - (2019 - 2020) هـ

مدرسة المادة: ع.د. إيمان يونس إبراهيم العبادي

دور معلمة الروضة في التوعية
الصحية للطفل ورعايته



دور معلمة الروضة في التوعية الصحية للطفل ورعايته:

المحور الأول: الوعي بمهارات النظافة الشخصية:

- توعية الطفل بغسيل الأيدي قبل الأكل وبعده.
- توعية الطفل بتنظيف الأسنان بالفرشاة والمعجون بعد الأكل وقبل النوم.
- توعية الطفل بعدم البصق على الأرض.
- توعية الطفل بغسيل شعره والاهتمام به.
- توعية الطفل بعدم السير بدون حذاء.
- توعية الطفل بتنظيف أذنه وأنفه يومياً.
- توعية الطفل بتقليم أظفاره بانتظام.
- توعية الطفل بتنظيف أنفه بواسطة المنديل.
- توعية الطفل بتغيير ملابسه الداخلية باستمرار.
- توعية الطفل بعدم مشاركة زملائه في استخدام أدواتهم الشخصية (المناديل - الفوط - فرشاة الأسنان - المشط).
- توعية الطفل بغسيل يديه بعد استخدام الحمام.
- توعية الطفل بالأمراض التي يصاب بها بسبب عدم النظافة.
- توعية الطفل بضرورة الاستحمام دوماً.

- توعية الطفل بتغيير الشراب يومياً.
- توعية الطفل بوضع منديل على أنفه عند العطس.
- توعية الطفل بنظافة ملابسه.
- توعية الطفل بتغيير ملابسه عند العودة من الروضة.
- توعية الطفل بالمحافظة على نظافة الحمام.
- توعية الطفل باستخدام أدوات الطعام نظيفة عند تناوله الطعام.
- توعية الطفل بتناول المشروبات في كوب نظيف.
- توعية الطفل بعدم إلقاء فضلات الطعام على الأرض.
- توعية الطفل بعدم استخدام أدوات الشرب الخاصة بالغير.
- توعية الطفل بعدم تقبيل الآخر من فمه.

المحور الثاني: الوعي بالمشكلات التي تحدث داخل بيئة الروضة:

- الاهتمام بتهوية قاعة النشاط باستمرار.
- الاهتمام بعدم وجود اي مخلفات داخل القاعة.
- الاهتمام بعدم وجود الطفل المريض مع زملائه داخل القاعة.
- الاهتمام بعرض الطفل المريض على الطبيب.
- الاهتمام بعدم تناول الأدوية دون استشارات طبية.

- الاهتمام باستخدام إضاءة مناسبة داخل الروضة.
- الاهتمام بتوعية الطفل بكيفية استخدام الحاسب الآلي.
- الاهتمام بتوعية الطفل بمخاطر الكهرباء.
- الاهتمام بتوعية الطفل بتنظيف مكانه داخل القاعة.
- الاهتمام بوجود أدوات أمان داخل الروضة (مطفأة الحريق – أدوات الإسعافات الأولية).
- الاهتمام بتوعية الطفل بالحفاظ على أدواته أثناء استخدامها.
- الاهتمام بعدم استخدام أدوات اللعب الصلبة أو الحادة داخل قاعة النشاط.
- الاهتمام بتوعية الطفل بعدم تخريب أثاث القاعة.
- توعية الطفل بعدم الجري أثناء وجوده بالقاعة.
- توعية الطفل بعدم استخدام أدوات ضارة أو حادة داخل القاعة (مسطرة صلب – المقص).
- توعية الطفل بعدم الشجار مع زملائه داخل القاعة.
- الاهتمام بتوفير سلة مهملات لإلقاء القمامة ومغطة.
- الاهتمام بتوعية الطفل بالحفاظ على أثاث القاعة والروضة.
- الاهتمام بتوعية الطفل بعدم وضع أدوات اللعب بفيه مثل: الصلصال – الكور – المكعبات ... إلخ.

• الاهتمام بتوعية الطفل بأن يلعب في الروضة أو فئاتها بطريقة آمنة وتحت إشراف المعلمة.

• الاهتمام بتوفير ألعاب الترحلق السليمة والصالحة للاستعمال وتحت إشراف المتخصص.

• الاهتمام بتوعية الطفل باستخدام الدرج بطريقة آمنة وواعية

المحور الثالث: الوعي بالغذاء الصحي للطفل:

- توعية الطفل بالتنوع في الغذاء.
- توعية الطفل بغسيل الخضروات والفواكه التي تؤكل طازجة.
- توعية الطفل بضرورة تناول طعام الإفطار.
- توعية الطفل بضرورة تناول الفاكهة يومياً.
- توعية الطفل باستخدام أدوات الطعام عند تناوله.
- توعية الطفل بعدم تناول أطعمة مكشوفة.
- توعية الطفل بعدم تناول أطعمة يقف عليها الذباب.
- توعية الطفل بعدم تناول الحلوى بكثرة بعدم الإصابة بالتسوس.
- توعية الطفل بضرورة تناول ثلاث وجبات يومية على الأقل.
- توعية الطفل بعدم رش مبيدات بجوار الطعام.

- توعية الطفل بعدم تناول أطعمة غير ناضجة.
- توعية الطفل باستعمال مياه نقية للشرب.
- توعية الطفل بتناول الخضروات المطبوخة.
- توعية الطفل بتناول اللبن يومياً.
- توعية الطفل بعدم تناول أطعمة بها مواد حافظة.
- توعية الطفل بتناول الخضروات الناضجة تماماً.
- توعية الطفل بخطورة الأطعمة ذات الألوان الصناعية.

المحور الرابع: الوعي بالإسعافات الأولية:

- استطيع التعامل مع الجروح بصورة صحيحة لحين وصول الطبيب.
- أستطيع إزالة الأجسام الغريبة من الجرح لحين العرض على الطبيب.
- إذا تعرض الطفل لإصابة بعينه أساعده في غسلها.
- استطيع التعامل مع الطفل المكسور باستخدام الجبائر.
- استطيع معالجة مكان النزيف.
- أستطيع استخدام بعض أدوات الإسعافات الأولية.
- استطيع معالجة مكان الجرح في القدم.
- أستطيع إعطاء بعض الأدوية للطفل طبقاً لتعليمات الطبيب.

- أستطيع التعامل مع الطفل إذا ارتفعت درجة حرارته.
 - أستطيع التعامل مع الطفل عندما يتقيأ.
 - الاحتفاظ بسجل لإصابات الأطفال داخل الروضة.
 - الاحتفاظ بسجل للأطفال المصابين بأمراض مزمنة.
 - توافر الوسائل التعليمية بأشكالها المختلفة لإرشاد الطفل بالإسعافات الأولية.
 - عرض جميع أنواع الجروح على الطبيب المختص.
- المحور الخامس: الوعي ببعض المشكلات الصحية:**

- الوعي بأمراض التهاب العين.
- الوعي بأمراض التهاب الجلد.
- الوعي بأعراض التهاب الجفون.
- الوعي بأعراض المغص الذي يؤدي إلى قيء.
- الوعي بأعراض الصداع.
- الوعي بأعراض إصابات العين.
- الوعي بأعراض الدوخة.
- الوعي بأعراض ضعف السمع.
- الوعي بأعراض ضعف الإبصار.

- الوعي بأعراض فقدان الشهية.
- الوعي بأعراض اضطراب النوم.
- الوعي بأعراض ضيق التنفس.
- الوعي بأعراض الزكام.
- الوعي بأعراض الحمى المختلفة.
- الوعي بأعراض المرض المعدية.
- الوعي بأعراض آلام الأسنان.
- الوعي بأعراض صعوبة البلع.
- الوعي بأعراض التهاب الحلق والزور.
- الوعي بأعراض السعال الديكي.