يسرى محمد

النظافة

مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري
THE TRUST OF PROGRAMS
for Early Childhood, Family and Community Education

كلية مجتمع المرأة برام الله

caritas
Germany

وزارة التربية والتعليم العالي

BMZ
Federal Ministry
for Economic Cooperation
and Development

المحتويات

شكر وتقدير	4
الإطار العام	5
مدخل	6
خطوات نهج التّعلّم من الحياة	7
1. لماذا يُعتبر موضوع النظافة ظرفاً مفصليّاً؟	7
2. جمع المعلومات حول الظّرف المفصلي	8
2.1 البحث والتحليل	8
2.2 خلفية علمية حول النظافّة	12
3 الأهداف التعليمية لكلّ من الأطفال والمربّيات والأهل والمجتمع	18
3.1 أهداف التعلم للأطفال، ماذا يجب أن يتعلم الأطفال؟	18
3.2 أهداف المربيات والأهل وماذا يجب على الأهل والمربيات ان يتعلموا؟	18
3.3 أهداف لعمل مع المجتمع المحلي	19
4. النشاطات التعليمية	20
4.1 النشاطات التعليمية التّعلمية مع الأطفال	20
4.2 مشاركة الأهل	36
4.3 التعاون مع المجتمع المحلي	36
5. التقييم	37
المراجع	38
الملاحق	39

النظافة

الطبعة الأولى، 2018

رام الله، فلسطين

مؤسسة أمرزيان للطباعة والنشر – القدس

print@emerezian.com

حقوق الطبع محفوظة ©

مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري
THE TRUST OF PROGRAMS
for Early Childhood, Family and Community Education

بتمويل من الوزارة الاتحادية الألمانية للتعاون الاقتصادي والتنمية (BMZ)

BMZ Federal Ministry for Economic Cooperation and Development

بالتعاون مع كاريتاس – ألمانيا

caritas Germany

شكر وتقدير

لمؤسسة كاريتاس – ألمانيا

والوزارة الاتحادية الألمانية للتعاون الاقتصادي والتنمية (BMZ)

على دعمهم المادي

كما يتقدم برنامج تدريب مربيات رياض الأطفال المبني على المجتمع المحلي، في مؤسسة برامج الطفولة بالشكر الجزيل لكل من ساهم في انجاز هذا العمل سواء بالفكرة أو الاقتراح، وتحويله من إمكانية إلى واقع. ويخص بالشكر:

- أ. سهير عواد، رئيس قسم رياض الأطفال – وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطينية.
- أ. سمر حمد، المشرفة التربوية – قسم رياض الأطفال – وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطينية.
- أ. قندهار حمد، قسم رياض الأطفال– ضواحي القدس – وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطينية.
- أ. أمال عليان، المستشارة التربوية – رئيس قسم الطفولة – كلية مجتمع المرأة (UNRWA).
- أ. ايرين بيرغر، المستشارة التربوية في مجال الطفولة المبكرة – كاريتاس المانيا.

والشكر موصول إلى طاقم مؤسسة برامج الطفولة، مدراء ومدربين ومتابعين ميدانيين، وإلى مديرات ومعلمات رياض الأطفال اللآتي تعاون في حضور الدورات التدريبية وتطبيق الأنشطة في الروضات، ومن ثم تقديم التغذية الراجعة حولها، لا سيما في مخيم شعفاط وقرى شمال غرب القدس وروضة كلية مجتمع المرأة (معهد الطيرة).

الإطار العام

تستند مؤسسة برامج الطفولة من خلال برنامج العمل في رياض الأطفال المبني على المجتمع المحلي، إلى النهج الشمولي التكاملي، الذي يطبق نهج التعلم من الحياة، فالتعلم ينطلق من الواقع الثقافي الاجتماعي للأطفال، لبناء المعرفة من أجل تعامل أفضل مع حياتهم اليومية، فيتعلمون من واقعهم، ويتشارك الأصغر والأكبر معا، بدعم من الأهل والمجتمع المحلي، للوصول إلى الكفاءة، والاستقلالية، والتضامن والتوازن. من خلال تطبيق مواضيع تعليمية تعلمية تخص الأطفال بشكل عام، تنبثق من الظروف الحياتية المؤثرة التي تؤدي إلى خبرات التعلم المهمة.

ومن أجل الوصول إلى النتائج المرجوة، يتم العمل مع الروضة كوحدة للتدخل، بحيث يشترك طاقم العاملين في الروضة من إدارة تربوية ومعلمات ومرشدات ومساعدين آخرين. في التدريب والإرشاد الفردي والجماعي، لتحقيق الجودة في البيئة التربوية، وضمان معايير السلامة والصحة جسدياً ونفسياً، والمنهاج والمواد التربوية، وطاقم يتّصف المقدرة على التواصل مع الأهل والتعاون مع مؤسسات المجتمع الحكومية، ممثلة بوزارتي التربية والتعليم الفلسطينية ووزارة الصحة الفلسطينية ومؤسسات المجتمع المدني، كل حسب تخصصه. والعمل مع مؤسسة أكاديمية تربوية ممثلة بكلية مجتمع المرأة برام الله - قسم رياض الأطفال.

وبما أن العمل مع الأطفال، يتطلب اتباع نظريات وتوجهات ضمن أسس علمية وتربوية، فان تطبيق نهج التعلم من الحياة، يتبع خطوات علمية منظمة، وهي:

- أولا: التعرف على مواضيع التعلم وتحديدها.
- ثانيا: جمع المعلومات من الأطفال وتحليلها، من خلال إجراء محادثة وطرح الأسئلة، وملاحظة تصرّفاتهم في الرّوضة. إضافة إلى جمع المعلومات من الأهل عن طريق اللقاءات الفردية والجماعية، والزّيارات المنزليّة، ومن خلال جلسات طاقم العاملين في الرّوضة للنقاش، واستشارة المتخصصين، والرجوع إلى مصادر علمية.
- ثالثا: وضع أهداف التعلم للأطفال والأهل والمجتمع. بالتركيز على عمل الأشياء، والفهم، والمشاعر والمواقف والتوجهات، والمسؤولية.
- رابعا: تخطيط النشاطات للأطفال في الروضات، بمشاركة الأهل وبالتعاون مع المجتمع كالفنون والحرف واللغة والأغاني والأناشيد والجولات الترفيهية التعليمية والتعلمية والمشاريع الفردية والجماعية.
- خامسا: التقييم.

هذا ويعتبر العمل بمشاركة الأهل في العملية التربوية، أحد الركائز الأساسية في العمل مع رياض الأطفال، لتعزيز تطبيق النهج التشاركي، انطلاقا من أنهم وكلاء التغيير التربوي والاجتماعي. ومن أجل تدعيم العلاقة بين الأهل والروضة وبناء علاقة تعاون وشراكة مثمرة أساسها الاحترام والثقة المتبادلة.

وبما أن العمل مع الأهل يشكل ركيزة أساسية في توجه المؤسسة التربوي، فقد تركز العمل معهم وبناء على احتياجهم، بهدف الوصول إلى والدية إيجابية من خلال قضاء وقت نوعي مع أطفالهم. وقد تم ذلك بوساطة اللقاءات التوعوية والتثقيفية، ولجان الأباء والمعلمات، واللجان المجتمعية الداعمة للطفولة.

مدخل

النظافة عماد الصحة ومبعث للحيوية والنشاط، وتسهم في توازن الفرد. ويعتبر تعليم النظافة مكوناً أساسياً من مكونات التربية والتنشئة التي تغرسها الأسرة والمربية والمجتمع في الطفل.

ولأن الطفل في عمرٍ مبكر يستطيع أن يدرك معنى النظافة، يجب الاهتمام بتعليمه ما يتعلق بجوانب النظافة الثلاثة وهي: النظافة الشخصية، ونظافة الطعام والشراب، ونظافة البيئة المحيطة. ما ينعكس إيجاباً على صحته الجسدية والنفسية.

ومن هنا يسعى هذا الموضوع التعليمي التعلّمي إلى إعداد وتطبيق برنامج متكامل للأطفال والأمهات والمربّيات لتزويدهم بالمعرفة الضرورية والتوجهات الصحيحة حول النظافة بالشراكة مع المجتمع المحلي.

خطوات نهج التّعلّم من الحياة

1. لماذا يُعتبر موضوع النظافة ظرفاً مفصليّاً؟

خلال ملاحظاتك إذا ظهر موضوع النظافة كاحتياج أساسي للأطفال، اعقدي جلسة طاقم مع المربيات حول الموضوع، خاصة اذا لاحظتِ انتشار الأمراض بين الأطفال كأمراض الجهاز الهضمي والاسهال والتقمل، قومي باستشارة طبيب الأطفال، لإجراء فحوصات منظمة لهم، للتأكد أن الأسباب ناتجة عن قلة الاهتمام بالنظافة، وبعد ذلك استشيري طبيب الأسنان لإجراء فحوصات لأسنان الأطفال للوقوف على الأسباب التي تبيّن أن الأطفال الذين أُصيبوا بأوجاع وتسوّس وفقدان الأسنان المبكر، نتيجة للتغذية غير السليمة أو عدم تنظيف الأسنان ثم استشيري مثقفة صحية لمعرفة فيما إذا كان انتشار التقمل والأمراض الجلدية بين الأطفال يعود لأسباب عدم المعرفة بكيفية الوقاية منها ووضحي مخاطر التقمل.

قومي مع طاقم المربيات بجمع معلومات من خلال الملاحظة والمحادثات والمشاهدات اليومية للأطفال فيما إذا:

- يشرب معظم الأطفال الماء من حنفية الحمام ومن كأس واحدة للجميع دون غسلها.
- يستخدم بعض الأطفال «قناني» الماء البلاستيكية مرات عديدة مع أنها معدة للاستخدام لمرة واحدة.
- يغسل بعض الأطفال أيديهم فقط قبل تناول الطعام، ولا يغسلونها بعد الانتهاء من تناول الطعام واللعب أو بعد استخدام المرحاض.
- يغسل بعض الأطفال أيديهم بالماء فقط، ولا يستخدمون الصابون، وتظهر الأوساخ تحت أظافرهم غير المقلمة، ويستخدم بعضهم الأدوات الشخصية الخاصة بالنظافة لأطفال آخرين كالمنشفة أو فرشاة الأسنان.
- يضع الأطفال النقود مع العصرونة.
- يوجد بقايا «الساندويشات» متعفنة وصحون للأكل ومناشف غير نظيفة في حقائب بعض الأطفال، وتنبعث منها رائحة العفن الكريهة، ويلقي بعضهم بقايا الأكل وأكياس «الساندويشات» على الأرض.
- يعاني بعض الأطفال أمراضاً تتعلق بالجهاز الهضمي مثل «الاسهال والمغص والتقيؤ».
- لا يستخدم بعض الأطفال المناديل لمسح المخاط، لا سيّما عند الإصابة بالرشح أو عند العطس.
- لاحظت أنت والمربيات اللواتي يسكن في الحي ذاته أن الأطفال يلعبون في أماكن قذرة خارج الروضة، كما يقومون بجمع «القناني» والألعاب من النفايات.
- عند استخدام المرحاض لا يعرف الأطفال كيفية الاستخدام بالطريقة الصحيحة للحفاظ على النظافة، ويلقون القمامة خارج سلة المهملات. ولا يتقبّل الأطفال الذكور المشاركة في التنظيف كما الاناث عندما يطلب منهم ذلك، ولا يشاركون في تنظيف أدواتهم بعد الانتهاء من تناول الطعام «العصرونة».
- لم يرسل بعض الأهل مع طفلهم أدوات خاصة بالنظافة للاستخدام في الروضة كـ «المحارم

وفرشـاة الأسـنان والمنشفة والصابون» إضافة إلى أدوات الطعام الخاصة بالطفل مثل «كأس للشرب، وصحن وملعقة». حيث يأتي بعض الأطفال بملابس النوم، أو ملابس متسخة، وظهور حالات تقمل عند بعضهم خاصة البنات، بسـبب طول شـعرهن بحيث يصعب غسـله بخاصة في فصل الشتاء.

2. جمع المعلومات حول الظّرف المفصلي

2.1 البحث والتحليل - يجب أن تتبعي طرقاً لجمع المعلومات وذلك من خلال:

- **الأطفال:** بإجراء محادثة وطرح الأسئلة وملاحظة تصرّفاتهم في الرّوضة.
- **الأهل:** حيـث التّواصـل مع الأهل من خلال اللقاءات الجماعية للنقاش واسـتخدام اسـتمارة، والزّيارات المنزليّة، واللقاءات الفرديّة.
- **جلسات طاقم العاملين** في الرّوضة معاً لنقاش الوضع.
- **الخبـراء:** استشـارة طبيـب الأطفـال، والممرضة في العيادات المحليّـة، والرجوع إلى مصادر علميـة، وإصـدارات وزارة الصحـة الفلسـطينية وكتب صحيـة آخرى، ككتـاب الدليل الصحي الإرشادي لمربيات رياض الأطفال.

● محادثة الأطفال

الأسئلة التي يمكن استخدامها مع الأطفال لجمع المعلومات عن الظّرف المفصلي:

- لماذا يجب غسل اليدين؟ كيف؟ متى؟ بماذا؟
- لماذا يجب ألا نتناول الأطعمة المكشوفة؟
- من يساعد أمه في غسل الأطباق بعد تناول الطعام؟
- هل يجب توفير أدوات خاصة بتناول الطعام والشراب لكل شخص ما هي؟ ولماذا؟
- لماذا يجب ألا نلعب في الأماكن المتسخة؟
- أين يجب أن توضع النفايات؟ وما هي أضرارها على صحّتنا؟
- كيف تنظف نفسك بعد استخدام المرحاض؟ ولماذا يجب سحب الماء بعد الاستخدام؟

قد توضح لك محادثة الأطفال أن عدم النظافة تتعلق بأسباب منها:

- عدم معرفة الطفل كيف ينظف نفسه وأهمية النظافة.
- لم يتم تعليمه من الأهل كيف ينظف نفسه.

● محادثات مع الأهل بشكل فردي

الأسـئلة التي يمكن اسـتخدامها مع الأهل بهدف جمع المعلومات حول الظرف المفصلي من خلال لقاء مع الأهل كأفراد، يمكنك جمع المعلومات ومعرفة ماذا يعرفون عن النظافة الشخصية؟ وماذا يحتاجون مـن معلومـات؟ ومـا هـي الممارسـات المتبعة؟ إذا تبين لـك ان الأهل يعرفون قليلا مـن المعلومات حول النظافة الشـخصية، ونظافة الطعام والشـراب، ونظافة المكان، قدمي لهم بالتعاون مع طاقم المربيات والمثقفات الصحيات معلومات علمية صحيحة.

وهذه أسئلة يمكنك استخدامها:

- ما أهمية غسل اليدين وتقليم أظافر طفلك ولماذا؟
- هل تبديل ملابس الطفل يعتبر بديلاً عن الاستحمام؟
- كم مرة يفرش طفلك أسنانه يومياً؟ أين يجب أن تحفظ فراشي الأسنان؟
- هل تقوم بزيارة طبيب الأسنان لمعالجة أسنان طفلك؟
- ماذا تفعل في حال اكتشاف مرض في فروة رأس طفلك أو إذا ما أصيب بالتقمل؟
- هل تعرف مسببات تلوث الطعام والشراب؟
- ما هي الآثار الصحية المترتبة على تراكم النفايات المكشوفة في الشارع؟
- ما هي الأوعية الأفضل صحّياً لحفظ الطعام؟

ولمزيد من المعلومات حول الظّرف المفصلي اجمعي المعلومات الآتية من خلال:

● لقاء الأهل كمجموعة

- بعـد الإجابـة عـن الأسـئلة واسـتخلاص النتائـج، إذا ظهـرت حاجـة للمعرفـة حـول النظافة، حـددي مـا الـذي يجـب ان يعرفونه عن النظافـة، وما هـي الممارسـات المتبعـة؟ فيما يخص جوانب النظافة الثلاثة وحددي الأسـباب، هل هي معتقدات وممارسـات خاطئة عن النظافة الشخصية نابعة من:
- اعتبـار الأهـل أن الطفـل لا يتعـرق كمـا الكبار، والاسـتحمام لمـرة واحدة في الأسـبوع يكفي لنظافته، ولا داعي لتقليم أظافر يديه فهي تتكسر تلقائيا أثناء اللعب.
- اعتقـاد مـن الأهل أن تنظيف الأسـنان وزيارة طبيب الأسـنان أمور تقتصـر على الكبار فقط، اسـتنادا إلى اعتقادهم أن الأطفال سـيبدلون أسـنانهم تلقائياً، سـواء تم تنظيفها أم لا، وبعد تبديلهـا يتـم تنظيفها بالفرشـاة والمعجون حتـى لا تخرب أو تتسـوس. أو أن بعضهم يعتقد أن قوة الأسـنان أو تسوسـها يعود للوراثة في العائلة، وأن بعض العائلات لديها أسـنان أقوى من عائلات أخرى، مع أنهم لا ينظفونها، ولا يزورون طبيب الأسنان لإجراء الفحوصات الدورية.
- اعتقـاد أن أفـراد الأسـرة يمكنهـم اسـتخدام الأدوات نفسـها ولا داعـي لتوفيـر أدوات نظافة خاصة بكل فرد منها.
- اعتقاد أن القمل لا يشكل خطراً على الصحة فهو شيء خارجي.

اسـتخدام بعض الأهل الشـامبو الخاص بالتخلص من التقمل بشـكل متكرر، خوفاً من الإصابة بعدوى التقمـل، ولا يعرفـون انه فقط علاجي ويسـتخدم في حالة الإصابـة بالتقمل فقط. ولا يعرفون أنه من الواجـب اتخـاذ الإجـراءات اللازمة للوقاية من انتشـار العدوى بين أفراد الأسـرة في حال إصابة أحد أفرادها به.

اعتقاد أنه ليس من الضروري تبديل ملابس الطفل الداخلية يومياً، وحتى ملابسه الخارجية، إذا لم يتبـول فـي الفـراش. ويفضلون أن يلبس الطفل ملابس غامقة اللون لكي تبدو نظيفة ولا تظهر البقع عليها.

- ممارسات يومية متعلقة بنظافة الطعام والشراب
  - يستخدم الأهل الأوعية البلاستيكية وأواني مصنوعة من الألمونيوم لحفظ الطعام الحار والمطبوخ في الثلاجة، كما ويستخدمون «القناني» البلاستيكية الصالحة للاستخدام لمرة واحدة لتبريد الماء للشرب ولحفظ المخللات والمربى.
  - يشرب أفراد العائلة جميعهم من كأس واحدة ويأكلون من الصحن٤ ذاته، حتى وإن كان أحدهم مصاباً بالرشح أو الإنفلونزا ويتوقعن أن العدوى ستنتقل تلقائياً للجميع كون أحد أفراد الأسرة قد أصيب بالمرض.
  - يستخدم الأهل لوح تقطيع اللحم لتقطيع الخضار في الوقت ذاته.

- نقص في المعرفة عن نظافة البيئة المحيطة
  - لم يبد الأهل اهتماماً بنظافة الخزانات والآبار. ويعتقدون أن الماء لا يتسخ أو يفسد وأن الرمل والحصى الموجود سوف يترسب في القعر ولا داعي للتنظيف.
  - لا يعرف الأهل أن اللعب بجانب مكبات النفايات والمياه المتسخة يعرض الطفل للإصابة بالأمراض والمهم لديهم أن يلعب الطفل فقط، في مكان قريب من البيت.
  - فيما يخص وضع مناخل للشبابيك لحماية البيت من الحشرات كالناموس والبعوض، يعتقدون أنه لا داعي لذلك ولا يعرفون الآثار السلبية لحرق الأقراص الطاردة للناموس والحشرات على الصحة.
  - لا يعرف الأهل النتائج السلبية على صحة الطفل والأسرة لدى خلط مواد التنظيف (كالكلور بماء النار) لاعتقادهم أن ذلك يقضي على الجراثيم.
  - لا يعرف الأهل أن مياه الغسالة المستخدمة لا تصلح لتنظيف المنزل وري المزروعات.
  - الاكتفاء بتنظيف أرضية البيت والسجاد مرة واحدة أسبوعياً، والحمام مرتين أسبوعياً، أما عن تبديل أغطية الفرشات واللحاف والمخدات فيتم مرة شهرياً.

- زيارة بيتيّة

أثناء قيامك بزيارة بيتيّة بمرافقة مثقفة صحية سجلي ملاحظاتك في حال:

- أن البيت صغير من حيث المساحة، ويفتقد إلى التهوية، وينام الأطفال إلى جانب بعضهم، ويستخدم الأطفال جميعهم فرشاة الشعر أو المشط بشكل مشترك.
- لا يبدِ الأهل اهتماماً لتغسيل أطفالهم أيديهم بعد استخدام المرحاض.
- في بعض البيوت يتم تجميع النفايات بضعة أيام قبل التخلص منها.
- يستخدم الأهل المتبقي من المشروبات الغازية لتنظيف المرحاض، وذلك اعتقاداً منهم بأنها أفضل من المنظفات الكيماوية للتخلص من التكلسات المترسبة.
- يتم خلط مواد التنظيف معاً «الكلور بماء النار»، وتحفظ مواد التنظيف في «قناني» الشرب، وبالقرب من متناول الأطفال.
- يعتقد الأهل أن هناك أماكن في البيت لا تحتاج إلى نظافة كمفاتيح الكهرباء، ومقابض الأبواب والغسالة وسخان الماء.

2.2 خلفية علمية حول النظافّة

● أهمية النظافة

تعتبر النظافة ضرورية للإنسان، لأهميتها في الوقاية من الإصابة بالأمراض، والمحافظة على الصحة، لذلك يجب البدء بتعليمها للأطفال في سن الطفولة المبكرة لتصبح نمطاً يتبعونه في الحياة اليومية، لا سيما وأن المحافظة على النظافة لها أثر بالغ الأهمية على التمتع بحياة صحية في الحاضر والمستقبل. وهذه المعلومات العلمية ستوضح ما يتعلق بموضوع النظافة للجوانب الثلاثة «النظافة الشخصية ونظافة الطعام والشراب ونظافة البيئة المحيطة».

النظافة الشخصية

قال عليه الصلاة والسلام «ان لبدنك عليك حقا» وتشمل النظافة الشخصية (نظافة الشعر والعينين والأنف والفم والأسنان والأذنين واليدين والأظافر والرجلين والاستحمام ونظافة الملابس).

● الشعر

من أكثر المشأكل التي تصيب الشعر هي القمل الذي يتكاثر في الأماكن المكتظة التي لا تراعى فيها شروط النظافة العامة والنظافة الشخصية على وجه الخصوص. وتنتقل عدوى التقمل نتيجة تقارب شديد بين شعر الشخص المصاب وغير المصاب، مشاركة الأغراض الشخصية بين المصاب والآخرين، كفرشاة الشعر والمناشف والملابس والنوم على وسادة المصاب أو لبس قبعته. والجلوس أو التمدد على المفروشات التي بها قمل. وينتشر مرض التقمل في فصل الشتاء بشكل أكبر.

الأعراض

- حكة شديدة في فروة الرأس وتحديداً في المؤخرة وخلف الأذنين.
- الإحساس بشيء يتحرك على فروة الرأس.
- ظهور حبوب حمراء صغيرة على فروة الرأس والرقبة والكتفين، بسبب تحسس جلد الإنسان للعاب القمل عندما يمتص دمه.

الوقاية

- تفقد شعر رأس الطفل باستمرار عند ملاحظة الحكة من أجل الاكتشاف المبكر للإصابة، وهذا يسهل العلاج.
- الاستحمام باستخدام الماء وأي نوع من الشامبو للنظافة الشخصية وغسل الشعر مرتين أسبوعياً على الأقل.
- استخدام المكنسة الكهربائية للشفط وتنظيف الأثاث.
- عدم الاقتراب من رأس شخص مصاب أو استخدام أدواته.
- ربط شعر البنات، وعدم استخدام قبعات وملابس الأطفال الآخرين.

العلاج:

- الاستحمام وغسل رأس المصاب بالماء والصابون أربع مرات أسبوعياً، وعلى الأقل مرتين باستخدام الشامبو الخاص بالتقمل.
- غسل فرشاة الشعر والمشط الذي يستخدمه المصاب باستخدم الماء الحار والصابون أو استخدام المعقم بعد كل استعمال.
- تمشيط شعر المصاب وهو رطب بالمشط ذي الأسنان المتقاربة «مشط العظم» بمعدل أربع مرات أسبوعياً، ويفضل البدء بهذه الطريقة أولاً.
- غسل ملابس وفراش المصاب بالماء الساخن والصابون وتعريضه للشمس وتهوية غرفة المصاب.
- حفظ الأدوات الشخصية التي تستخدم للعناية بالشعر في أكياس بلاستيك، وتعزل الأدوات في هذه الأكياس لمدة أربعة أيام، ما يؤدي إلى القضاء على القمل والبيض.
- مراجعة الطبيب أو العيادة الصحية لوصف الشامبو الطبي المناسب.
- يفضل تفقد أفراد الأسرة وعلاج المصابين أيضا لضمان القضاء على القمل.

● اليدان

حقيقة علمية تعتبر نظافة اليدين من أهم الممارسات لمنع انتشار العدوى، والوقاية من الأمراض وسلامة المرضى ويمكن تعقيم اليدين إما باستخدام الماء والصابون، ويعتبر غسل اليدين بالماء النظيف والصابون لمدة «40 – 60» ثانية في المرة الواحدة من الممارسات الروتينية اليومية اللازمة لإزالة الكائنات الدقيقة العالقة بهما، طريقة مناسبة لمنع انتقال عدوى الإصابة بالأمراض الإنتقالية كمرض الإسهال والالتهابات وأمراض الجهاز التنفسي الحادة، خاصة بعد استخدام المرحاض وقبل تناول الطعام» حيث يتم الغسل وفقا لما يلي باتباع خطوات غسل اليدين. «أنظري الملحق ص 44»

أما الأشخاص الذين يعانون من مشأكل الجلد (أكزيما) يمكنهم استخدام الكحول الهلامي بدلاً من الماء، لأن غسل اليدين بشكل متكرر يؤدي إلى زيادة أعداد البكتريا بسبب تلف الجلد، ويجب العناية بالأظافر بحيث تبقى قصيرة ونظيفة منعاً لتجمع الأوساخ والجراثيم.

● الرجلان

يجب غسل الرجلين بالماء والصابون جيداً، وتقليم الأظافر باستمرار، وارتداء حذاء مناسب ونظيف، والامتناع عن السير حافي القدمين، خاصة مرضى السكري خوفاً من مرض القدم السكري ما يؤدي إلى تشققات والتهاب بين أصابع القدمين.

● الجسم

يساعد الاستحمام اليومي على تخلص الجسم من المواد الضارة، ومن طبقة الجلد الميتة، خاصة وأن البشرة تتجدد شهرياً ما يعيد للجسم جماله وحيويته ويحفز عمل النظام الليمفاوي، الذي يساعد على تخليص الجسم من المواد الضارة والسامة والبكتريا، وينشط الدورة الدموية، ويساعد على الاسترخاء كما أن شعور النظافة يؤدي إلى الراحة النفسية والسعادة: يتم الاستحمام إما باستخدام الماء البارد أو الفاتر أو الساخن مع البارد، ينشط الماء البارد الدورة الدموية ويمد الجسم بالنشاط والحيوية مباشرة

ويقبض الجلد ويقوي الجهاز المناعي. أما الفاتر فيريح الأعصاب. في حين أن الاستحمام بالماء البارد والماء الساخن معا له تأثير على الدورة الدموية، والروماتيزم العضلي، وصعوبة تحريك المفاصل وحالات الألم عموماً بالإضافة إلى انه يعطي الشعور بالارتياح.

- العينان والأذنان

تغسل العينين يومياً بالماء، أما الأذنين فيتم تنظيفهما باستخدام منشفة، ويجب عدم استخدام عيدان تنظيف الأذنين، لأنها تؤدي إلى التهابهما. ومن المهم غسل صيوان الأذن وتنظيفه، للحفاظ على صحة الأذن الداخلية، وأفضل منظف للأذنين هو غسلهما بواسطة الماء.

- الفم والأسنان واللثة – أسباب تسوس الأسنان

- عدم تنظيف وفرك الأسنان بالفرشاة بعد الأكل وقبل النوم.
- تناول حلويات ونقارش ورقائق البطاطا المقلية، ومشروبات تحتوي على السكر لها تأثير سلبي على مينا الأسنان، ولاحقاً تؤدي إلى نخر السن وفقدانه.
- النقص في الأطعمة الصحية والمتوازنة، التي تحتوي على الكالسيوم، كالأجبان والألبان التي تساعد في الوقاية من تسوسها.
- عدم زيارة طبيب الأسنان بشكل منتظم في مرحلة مبكره من عمر الطفل، وعدم المواظبة على فحص دوري لدى طبيب الأسنان
- عدم شرب المياه من الصنابير أو الحنفيات الغنية بالفلوريد.
- عدم استخدام مضادات البكتيريا عند اللزوم كالغرغرة.

مضاعفات تسوس الأسنان لدى الأطفال

- الأوجاع الحادة تعيق عملية الأكل أو المضغ، وقد تؤدي إلى سوء التغذية ثم خسارة في الوزن.
- تساقط الأسنان الذي قد يؤدي إلى حدوث التسوس للأسنان الدائمة.
- حدوث الخراج (Abscess) المتكون جراء تسوس الأسنان، بسبب تكاثر البكتريا وسخونة الجسم وتلوث حاد من شأنه أن يشكل خطراً على الصحة العامة للطفل.

أمراض اللثة

تحدث أمراض اللثة كما هو تسوس الأسنان نتيجة قلة نظافة الفم، الأمر الذي يؤدي إلى تكاثر البكتريا التي تفرز مواد حمضية تسبب انتفاخاً واحمراراً يسهل عملية نزفها عند تفريش الأسنان، ويؤدي التهاب اللثة إلى فقدان الأسنان مبكراً، لذلك يجب أن تبدأ العناية بالفم والأسنان قبل ظهور السن الأول، من خلال تنظيف فم الطفل الرضيع باستخدام الشاش أو قطعة قماش نظيفة مبلّلة بالماء. وكذلك تنظيف الأسنان اللبنية بالماء، وبعد ذلك يمكن استعمال فرشاة صغيرة ناعمة جداً مع الماء، ولاحقاً يتم التنظيف بوضع قليل من معجون الأسنان. وحتى لا يحدث تسوس الأسنان أو تعفنها، كإحدى المشاكل الصحية الأكثر انتشاراً بين أطفال الروضات، حيث تجنب ذلك والوقاية منه بتنظيفها، وفي حال الإصابة بالتسوس، فإن التشخيص المبكر والزيارة المنتظمة لطبيب الأسنان وعلاج تسوس الأسنان لهما أثر صحي ايجابي على الأسنان الدائمة.

نظافة الطعام والشراب

الطعام النظيف: هو «الطعام الخالي من الملوثات، مثل الكائنات الدقيقة الضارة من فيروسات وجراثيم وطفيليات ومواد كيماوية سامة، وتعتبر نظافة الطعام من أهم الأمور التي تسهم في حماية الأفراد من الإصابة بالأمراض كالإسهال والسلمونيلا والتهاب الكبد الفيروسي. وتقي الإنسان من الإصابة بالتسمم الغذائي» الذي ينتج عن تناول أغذية ملوثة بالبكتيريا أو السموم أو نتيجة تناول الأغذية الملوثة بأنواعها المختلفة. ومن أعراضها الشعور بالإعياء، والقي، والإسهال، والمغص ونقص في الشهية، وآلام في العضلات والقشعريرة» وتظهر عادة بعد تناول الطعام. ومن أجل الحصول على طعام خال من الملوثات يجب:

- الاهتمام بالنظافة الشخصية وغسل اليدين بالماء النظيف والصابون قبل تجهيز الطعام.
- التأكد من نظافة الأدوات المستخدمة في إعداد وطهي وتناول الطعام.
- فصل أدوات تقطيع اللحوم عن أدوات تقطيع الخضار.
- الالتزام بدرجات الحرارة اللازمة لطهي اللحوم المختلفة (لحوم الأبقار والغنم والعجول عند درجة حرارة 140 مئوية، اللحوم المفرومة الحمراء بجميع أنواعها عند درجة حرارة 160 مئوية، لحوم الدواجن عند درجة حرارة 180 مئوية). وغلي الحليب ومشتقاته لفترة زمنية كافية من (3–5) دقائق.
- استخدام أواني الطهي المصنوعة من الزجاج المقاوم للحرارة أو الأواني المصنوعة من الاستانلس ستيل الجيد.
- تسخين الأطعمة المطبوخة إلى درجة حرارة 70 درجة مئوية أو أكثر ولفترة زمنية كافية لا تقل عن خمس دقائق حتى تصل الحرارة أجزاء الطعام. مع مراعاة عدم حفظ الطعام المطبوخ فترات زمنية طويلة حتى داخل البراد، فبعض مسببات المرض يمكن أن يعيش وينمو داخل الطعام المطبوخ بدرجات الحرارة المنخفضة كأنواع من الفطريات.
- عدم حفظ الطعام بدرجة حرارة الغرفة فترة زمنية تتجأوز الساعتين.
- حفظ الأطعمة المطهوة والنيئة داخل أوعية زجاجية مغلقة وفي أماكن مختلفة لضمان عدم تماسها معا.
- عدم استخدام الأكواب والأكياس والأطباق البلاستيكية في الطعام والشراب الساخن فتعرضها لدرجة حرارة عالية يؤدي إلى تحلل المواد الكيميائية المتواجدة فيها، ما يسبب تسمم في الطعام والتعرض للأمراض الخطرة.
- تناول الخبز المحفوظ في الثلاجة بعد خروجه مباشرة وذلك تلافياً لتعرضه للعفن، وعدم استهلاك أي جزء منه أصيب باي نمو خضري أو أسود أو أبيض.
- بشكل عام تعتبر فلسطين من البلدان الحارة بخاصة في فصل الصيف، لذلك يجب الاهتمام بحفظ الأطعمة بالطريقة الصحيحة وفي الثلاجة ووضعها في أوان زجاجية مغلقة، ضماناً لعدم فسادها وحتى لا تسبب التسمم نتيجة لتكاثر البكتريا فيها.

نظافة المياه

الماء النظيف هو «الماء الخالي من الشوائب ولا طعم ولا رائحة ولا لون له»، وهناك أهمية كبيرة للماء النظيف لجسم الإنسان، حيث يحتاج إلى 8 أكواب من الماء النظيف، وبما أن الماء يشكل ٪70 من جسم الإنسان، لذلك يجب التأكد من نظافة المياه قبل شربها.

نظافة المكان- بيئة الروضة والبيئة المحيطة

قال عليه السلام: (إن الله تعالى طيب يحب الطيب، نظيف يحب النظافة، فنظفوا أفنيتكم). والبيئة النظيفة الصحية وهي البيئة الخالية من النفايات ومن دخان السيارات والمصانع وبقايا الأطعمة المتراكمة.

مخاطر النفايات المنزلية المتراكمة: النفايات المنزلية المجمّعة في المناطق السكنية والمناطق الزراعية التي تربى فيها الحيوانات البيتية، حيث تهيّء بيئة لتكاثر الحشرات والصراصير والذباب والبعوض الناقلة للأمراض، إضافةً إلى الفئران والجرذان، ما يؤدي إلى ارتفاع في الحرارة وتقرحات الجلد والأمعاء ونزفها. أما في حال حرقها فإن الغازات المنبعثة منها مثل غاز الميثان السام يسبب عديد الأمراض للإنسان ومنها «أمراض الجهاز التنفسي كالربو والحساسية والتهاب العيون.

مخاطر المياه العادمة أو مياه الصرف الصحي والحفر الامتصاصية

يجب عدم استخدامها لري المحاصيل الزراعية، لأنها تمتص المياه الملوثة وتجعل المحاصيل غير صالحة للأكل والإصابة بديدان الأمعاء، كما وأن قرب الحفر الامتصاصية من الآبار المستخدمة للشرب تؤدي إلى تلوث مياه الشرب، ويجب أن تكون المسافة بينهما 20 مترا على الأقل حتى لا تختلط مياه الحفر الامتصاصية مع مياه الشرب، ما يسبب تلوثها ومرض الإنسان، لذا يجب ريّ المزروعات بالمياه النظيفة التي تستخدم يومياً.

إن الاستخدام المفرط للمبيدات والأسمدة الكيماوية يؤدي إلى تسمم التربة الزراعية، حيث الإصابة بتسممات غذائية عند أكل الخضار، وتؤدي أيضاً إلى تراكم الحصو والرمل في الكلى والكبد.

مخاطر مواد التنظيف البيتية: يحتوي الكلور على مادة كيميائية تطلق بخاراً ساماً يسبب التهاباً في الرئتين. اما مساحيق التنظيف التي تحتوي على مادة الأمونيا، في حال خلطها مع المبيضات تطلق غازاً قاتلًا. ويمكن الاستغناء عنها باسخدام مواد طبيعية كالصابون النابلسي المصنوع من زيت الزيتون. كما وأن استخدام المبيدات الحشرية المنزلية بكثرة يؤدي إلى مشأكل صحية.

3 الأهداف التعليمية لكلّ من الأطفال والمربّيات والأهل والمجتمع

3.1 أهداف التعلم للأطفال، ماذا يجب أن يتعلم الأطفال؟

عن النظافة الشخصية (الشعر، العينين ، الانف، الفم والأسنان، الأذنين، اليدين، الأظافر، الرجلين والملابس)، الأطفال يجب أن:

- يعرفوا أهمية غسل اليدين قبل الأكل وبعده وبعد اللعب واستخدام الحمام يقي من الأمراض.
- يعرفوا أهمية الاستحمام ومعرفة المواد التي تستخدم في النظافة الشخصية.
- يعرفوا كيفية الوقاية من التقمل.
- يسمي الأطفال ويكتبوا كلمات أدوات النظافة الشخصية.
- يعرفوا أهمية تنظيف الأسنان بالشكل الصحيح مرتين يوميا .
- يشعروا بالرضى والثقة بالنفس نتيجة النظافة.

عن نظافة الطعام والشراب ، الأطفال يجب أن:

- يميّزوا الطعام النظيف والطعام غير النظيف.
- يميّزوا بين الطعام الصالح وغير الصالح للأكل (الطعم، الرائحة، اللون).
- يدركوا أهمية تنظيف الطاولات قبل وبعد تناول الطعام.
- يفهموا لماذا يجب أن يكون لديهم أدوات خاصة (كالملعقة، الصحن والكاس).
- يشربوا من المشارب النظيفة المخصصة للشرب، وعدم الشرب من حنفيات الحمام.

عن نظافة البيئة المحيطة، الأطفال يجب أن:

- يضعوا النفايات في سلة المهملات أو الحاويات سواء في البيت، الروضة، الشارع.
- ينظفوا الصف قبل وبعد الانتهاء من الأكل وبعد الأنشطة باستخدام الماء والصابون.
- يعرفوا مخاطر اللعب بالنفايات والمياه العادمة.
- يسحبوا الماء ويضعوا المحارم الورقية في سلة النفايات، بعد استخدام المرحاض، ويغلقوا الحنفية بعد الاستعمال.
- يشعروا براحة نفسية نتيجة لنظافة المكان.
- يشعروا بمسؤولية تجاه الحفاظ على نظافة البيئة.

3.2 أهداف المربيات والأهل وماذا يجب على الأهل والمربيات ان يتعلموا؟

عن النظافة الشخصية، الأهل يجب أن:

- يعرفوا أهمية النظافة على صحة أطفالهم والطرق المتبعة لتنظيفهم وطرق النظافة الصحيحة.
- يعلمّوا أطفالهم عادات النظافة.
- يعرفوا أهمية استحمام أطفالهم مرتين أسبوعياً على الأقل.
- يراقبوا نظافة أطفالهم في البيت والروضة.
- يطبقوا عادات النظافة المهمة.
- يتأكدوا من نظافة أطفالهم قبل ذهابهم إلى الروضة.

عن نظافة الطعام والشراب، الأهل يجب أن:

- يعرفوا أهمية إعداد وتقديم طعام نظيف.
- يفهموا الطرق الصحيحة والسليمة في تحضير الطعام (عدم استخدام السكين ذاته ولوح التقطيع للخضار واللحوم).
- يفهموا أهمية غسل اليدين قبل الطبخ وتغطية الشعر أثناء الطبخ.
- يفهموا طرق تخزين الأطعمة بطريقة صحية وسليمة.
- يدركوا أن الإكثار من استخدام مواد التنظيف مضر للصحة.
- يعرفوا لماذا يجب إبقاء مسافة 20–30 مترا بين البئر والحفر الامتصاصية.
- ألّا يستخدموا أدوات الطعام والشراب لحفظ مواد التنظيف.
- يعرفوا مسببات وطرق الوقاية، وأعراض الأمراض التي يسببها تلوث الطعام، والتوجه للطبيب في حالة الإصابة بالتسمم الغذائي.

عن نظافة البيئة المحيطة (الروضة، الشارع، البيت)

الأهل يجب أن

- يفهموا أهمية ري المزروعات بالماء النظيف وعدم سقيها بماء ملوث مثل ماء الغسيل.
- يفهموا مخاطر رمي النفايات في الشارع، والمياه المتسخة والعادمة وبقايا الطعام في الشارع وأضرارها على صحة أطفالهم.
- ينظفوا البيت بمياه نظيفة وعدم استخدام مياه الغسالة لشطف البيت.
- يعرفوا مخاطر استخدام المبيدات الحشرية في البيت وأهمية ابعادها عن متناول الأطفال.
- يفهموا أهمية اغلاق شبك النوافذ منعا لدخول الذباب والحشرات.

3.3 أهداف العمل مع المجتمع المحلي، ماذا يجب على المربيات القيام به للتواصل مع المجتمع المحلي؟

المربيات يجب أن يتعاون مع:

- وزارة التربية والتعليم الفلسطينية لتقديم نشرات ومطويات (بروشورات) وكتيبات خاصة بموضوع الصحة، لتسهيل تطبيق الظرف المفصلي.
- وزارة الصحة الفلسطينية والمؤسسات المحلية، من أجل التثقيف في موضوع الصحة، وتوفير مواد صحية وشامبو ضد التقمل، وللتأكد من أن بيئة الروضات بيئة صحية.
- وزارة الصحة – قسم صحة البيئة من أجل فحص الخزانات وتعقيم مياه الآبار مرة سنوياً .
- مؤسسات المجتمع المحلي القاعدية، المراكز النسوية، والمجالس المحلية، لتقديم وجبات صحية نظيفة للأطفال، وصيانة المرافق الصحية في الروضات.
- متطوعين من المجتمع المحلي، كلجان الأهل واللجان المجتمعية، ليشاركوا في تقديم نشاطات كالأم المناوبة أو التطوع في الروضات، والمشاركة في الأيام الترفيهية للأطفال.
- يعملن لنقل معلومات علمية صحيحة عن النظافة إلى المجتمع المحلي.

4. النشاطات التعليمية

4.1 النشاطات التعليمية التّعلمية مع الأطفال

عند تخطيط الأنشطة للأطفال يجب الانتباه إلى أهمية النظرة الشمولية في العمل، والنظر إلى الطفل «ككل واحد موحّد». وأن للأطفال حاجات متنوّعة ومهمّة بجوانبها كافّة، تتداخل فيما بينها، وتؤثر على بعضها بعضاً ويدعم كل جانب الآخر. وأن الطفل ينمو ويتعلم من خلال تفاعله ونشاطه في مجالات حياته كافة. لذلك فإن الأنشطة المنفذة يجب أن تعمل من أجل تنمية جوانب شخصية الطفل ممثلة في الذهني العقلي والاجتماعي والعاطفي والحسي الحركي.

الجانب الأول: النظافة الشخصية

محادثات مع الأطفال

الكفايات: تطور لغوي، العلاقة بين السبب والنتيجة، التعاون، التواصل، تنمية العضلات الدقيقة، التفكير المنطقي.

اسم النشاط	أهمية غسل اليدين.
الأهداف	– أن يدرك الأطفال العلاقة بين الأمراض وقلة النظافة. – ان يعرف الأطفال أن غسل اليدين قبل الأكل وبعده، وبعد اللعب واستخدام المرحاض يقيه من الأمراض.
المواد والأدوات	– عدسة مكبر – بطاقة مصورة (يد عليها جراثيم) انظر ملحق رقم 1
التنفيذ	– أولا: اعرضي البطاقة المصوّرة على الأطفال. – ثم اسألي الأطفال عما يرونه في الصورة. اذكري أن هذه الأشكال تسمى جراثيم، وأن الجراثيم تسبب الأمراض. – أخيراً وضحي للأطفال أنه يمكن التخلص منها بغسل اليدين بالماء والصابون، وبخاصة قبل تناول الطعام وبعده، وبعد استخدام الحمام.

اسم النشاط	كيف يمكن الوقاية من التقمل؟
الأهداف	– أن يفهم الطفل كيفية الوقاية من التقمل.
المواد والأدوات	– فيلم قصير بعنوان لماذا تصاب حصّة بقمل الرأس؟ انظري المرجع الإلكتروني
التنفيذ	– أولا: اعرضي الفيلم الذي يظهر صورة حشرة القمل للتعرف عليها، مع ايضاح أنها تعيش في شعر الرأس، لأنه يخفيها وتضع بيضها فيه، وأن البيض يلتصق به بخاصة في أسفل الشعرة وتكون قريبة من فروة الرأس، وتمتص الدم منه. – وضحي للأطفال كيف تفقس البيوض ويتكاثر القمل وينتشر في الرأس وبسرعة، ما يسبب الحك في الرأس. – وأخيراً اشرحي للأطفال أن القمل ينتقل بالعدوى من طفل إلى آخر في حالة لبس طفل قبعة طفل آخر مصاب أو استخدم مشطه أو نام في فراشه.

اسم النشاط	كيفية انتشار الجراثيم.
الأهداف	– أن يعرف الأطفال كيفية انتشار الجراثيم عن طريق العطس.
المواد والأدوات	– صبغة طعام، ماء. – علبة رشاش، لوح ابيض أو كرتونه بيضاء
التنفيذ	– في البداية قومي برش الماء الملون، على ما هو متوفر لديك سواء «لوح أبيض، أو كرتونة بيضاء» أمام نظر الأطفال، ليشاهدوا كيف أن الماء المنبعث من علبة الرش ينتشر على مساحة كبيرة. – وضحي للأطفال أن الجراثيم تنتشر بالطريقة ذاتها أثناء العطس، ما يسبب لنا الرشح والانفلونزا. – اشرحي للأطفال أنه بواسطة استخدام المناديل الورقية أثناء العطس يحد من انتقال العدوى والرشوحات للآخرين.

الجانب الثاني: نظافة الطعام والشراب

الفنون والحرف

الكفايات: التعاون، تنمية الحس الجمالي، الإبداع، تنمية العضلات الدقيقة، والتنسيق بين العين واليد.

اسم النشاط	كولاج أدوات الطعام والشراب
الأهداف	– أن يتعاون الأطفال ويعملون كمجموعة. – أن يبدع الأطفال من المواد البالية. – أن يدرِّب الأطفال العضلات الدقيقة. – أن ينمّي الأطفال الحس الجمالي. – أن يشجع الأطفال على العمل في مجموعة.
المواد والأدوات	– غراء، جواش، صحف ومجلات مستخدمة، مواد حقيقية كالملعقة والشوكة والصحون، فراشي، وعاء للخلط والعجن، كرتون أو بلجال، خيشة أو قطعة قماش كبيرة.
التنفيذ	– رتبي المواد والأدوات على طاولة أمام الأطفال. – أعطي فرصة للأطفال لتصفح المجلات والصحف المستخدمة للتعرف على الصور، واختيار كل طفل منهم الصور التي سوف يستخدمها. – أعطي وقتا كافيا لكل طفل لقص الصورة التي اختارها، وعرضها على الأطفال. – خططي مع الأطفال لإعداد الكولاج باستخدام المواد المتنوعة والصور بشكل جماعي. – وفري للأطفال مجالاً للتعبير الكافي والمحادثة قبل البدء بالتنفيذ وخلاله، واقترحي أفكار عدة دون التأثير على آرائهم وابداعاتهم. – أخيراً انهاء النشاط: اطلبي من الأطفال عرض الكولاج في ركن الفن والحرف ليجف. – ملاحظة: نفذي النشاط على مراحل وانشطة متتالية مع مراعاة قدرة الأطفال والوقت الكافي.

اسم النشاط	كيفية ترشيح الماء.
الأهداف	– أن يعرف الأطفال كيفية الحصول على ماء نظيف.
المواد والأدوات	– ماء، تراب، ورق ترشيح، كوب زجاجي، محقن
التنفيذ	– قومي بطي ورقة الترشيح على شكل قمع أو محقن. – اسكبي خليط من الماء والتراب في القمع. – اتركيه فترة من الزمن حتى ينفصل الماء عن التراب، والحصول على ماء نظيف.

اسم النشاط	مخلل الزيتون
الأهداف	– أن يعرف الأطفال خصائص الطعام الصالح للأكل وغير الصالح للأكل. – أن يعرف الأطفال المواد التي تستخدم لكبس الزيتون. – أن ينمي الأطفال مهارة التنسيق بين العين واليد. – أن يعرف الأطفال أهمية نظافة الأطعمة.
المواد والأدوات	– ماء، ليمون، ملح، زيتون أخضر وزيت زيتون قطرميزان من الزجاج، صحن لتجميع الزيتون، حجر للرص.
التنفيذ	– قسمي الأطفال إلى مجموعتين. – اذكري مسميات المواد والأدوات اللازمة مع الأطفال. – ذكري الأطفال بأهمية استخدام الأدوات النظيفة، وأهمية غسل اليدين بالماء والصابون قبل البدء التحضير. – اغسلي الزيتون بماء نظيف بمشاركة الأطفال. – رصي الزيتون، والفتي انتباه الأطفال إلى لون الزيت الذي يخرج منه. – اسمحي للأطفال بالتعرف من خلال الحواس على الزيت وذلك من خلال لمسه وشمه وتذوقه. – استخدمي أداة تكييل موحدة لقياس الكمية اللازمة من الملح والماء. – شاركي الأطفال في تعداد كم كوب ماء يستخدم، وكم كوب من الملح؟ وملاحظة عملية الذوبان، واسألي الأطفال أسئلة تنمي التفكير مثل أين ذهب الملح؟ – اسمحي للأطفال الابداع عند تقطيع الليمون الحامض الطبيعي إلى أشكال متعددة كالدوائر أو أرباع...الخ، مع إمكانية استخدامه بالقشر أو بدونه. – ضعي الزيتون في «القطرميزين» للمقارنة، بحيث يضاف إلى الأول زيت الزيتون ويحكم اغلاقه. أما «القطرميز» الثاني فلا يضاف إليه زيت الزيتون ولا يغطي جيداً. – إنهاء النشاط: اعطي الأطفال الفرصة لمراقبة الزيتون في «القطرميزين» أياماً متتالية مع مقارنه ما يحصل من تغييرات. من حيث اللون وكمية الماء، هل نقصت ولماذا؟ وأي منهما تشكلت عليه طبقة من العفن، وما هو السبب؟ مع التركيز على شروط حفظ وتخزين الأطعمة حتى لا تفسد وتبقى صالحة للأكل.

ممارسات يومية في الروضة متعلقة بنظافة الطعام والشراب

المواد والأدوات	– المواد والأدوات اللازمة تحضر من قبل الأهل.
شرب الماء النظيف.	– يشرب كل طفل من كأسه الخاص به.
استخدام أدوات للطعام والشراب الخاصة والنظيفة.	– يضع الأطفال، الطعام في أوعية نظيفة ومغلقة. – يحضر الأطفال أدوات الطعام والشراب الخاصة بكل واحد منهم.
غسل اليدين قبل الأكل وبعده وتنظيف المكان.	– يغسل الأطفال أيديهم بالطريقة الصحيحة قبل تناول الوجبة الغذائية وبعدها. – ينظف الأطفال المائدة والمكان بعد تناول وجبة الطعام.
التضامن.	– يشعر الأطفال مع الطفل الذي ليس لديه طعام اثناء تناول الوجبة، ويشاركونهم طعامهم.

الجانب الثالث: نظافة المكان – الأهداف والنشاطات

محادثــة

الكفايات: التعاون، لغة.

اسم النشاط	**محادثة حول أهمية مراعاة نظافة المرحاض أثناء وبعد استخدامه.**
الأهداف	– أن يسحب الأطفال الماء بعد استخدام المرحاض. – أن يعرف الأطفال أضرار عدم سكب المياه على صحتهم.
المواد والأدوات	بطاقات لأشكال متنوعة ومتعددة من الجراثيم، بطاقات تسلسل مراحل استخدام المرحاض.

التنفيذ	– اجلسي مع الأطفال في حلقة التجمع الصّباحي، بشكل نصف دائري. – اعرضي على الأطفال بطاقات مراحل استخدام المرحاض بشكل متسلسل وبالطريقة الصحيحة. – وجهي سؤالاً إلى الأطفال ماذا ترون في الصورة؟ لماذا يجب الجلوس على كرسي المرحاض عند الاستخدام؟ مع توضيح أهمية الجلوس سواء للبنات أو للذكور، لان ذلك يوفر الراحة، وتأثير ذلك على الصحة وراحة الجسم، ويبقي المرحاض نظيفاً. – وجهي الأطفال إلى أهمية سحب الماء بعد الانتهاء من الاستخدام؟ ولماذا؟ – اشرحي للأطفال أن التصرف السليم في استخدام المرحاض يتمثل في ألا يترك عليه مخلفات وأوساخ، ما يجعلنا نترك للآخرين مرحاضاً مريحاً ونظيفا، لا تنبعث منه رائحة كريهة، ما يبعد الذباب عن المكان، ويحد من نقل الجراثيم التي تسبب العدوى بالمرض للآخرين، الذي من الممكن أن ينقل من طفل إلى آخر كما في «آلام البطن، والإسهال...الخ. – لإنهاء النّشاط اعرضي البطاقات كافة على لوحة في المكان المخصص.

الفنون والحرف

الكفايات: تعاون، الإبداع، المسؤولية، تنمية العضلات الدقيقة، التنسيق أو التآزر بين العين واليد.

اسم النشاط	**تشكيل المكان النظيف**
الأهداف	– أن يشعر الأطفال بمسؤولية المحافظة على البيئة المحيطة به. – أن ينمي الأطفال العضلات الدقيقة. – أن ينمي الأطفال مهارات التآزر ما بين العين واليد.
المواد والأدوات	– عيدان خشبية، خرز زجاجي، فسيفساء بألوان واحجام متنوعة.
التنفيذ	– قسمي الأطفال إلى مجموعات مصغرّة في ركن الألعاب الهادئة. – خططي مع الأطفال لتشكيل مجسم خاص بنظافة المكان. – حددي ووزعي المهمات بين الأطفال، بحيث أن تستند لكل طفل مهمة معينة للقيام بها. – قومي مع الأطفال بتشكيل (الروضة، الشارع، عامل النظافة، النفايات، السلة...). – اكتبي مسميات الأشكال التي كونها الأطفال على بطاقات وألصقيها مطابقة للمجسمات. – لإنهاء النشاط اجري محادثة مع الأطفال عن العمل المنجز، من خلال أسئلة مفتوحة ما هو شعوركم تجاه المكان النظيف؟ ما هو شعوركم تجاه المكان المتسخ؟ ماذا يمكن القول لمن يلقون الأوساخ على الأرض؟ ماذا يمكن القول لعامل النظافة؟

القصة

الكفايات: الإستمتاع، لغة، تطوير الخيال، الإنصات، المسؤولية.

اسم النشاط	**قصة هل يمكننا مساعد أميرة؟**
الأهداف	– أن يستمتع الأطفال عند سماع القصة. – أن يكتسب الأطفال مفردات لغوية جديدة. – أن يفهم الأطفال أهمية المحافظة على نظافة الحي.

المواد والأدوات	– قصة تم تأليفها بمشاركة المربيات.
التنفيذ	– اجلسي مع الأطفال جلسة دائرية في ركن مريح في الروضة. – ابدئي بذكر اسم القصة للأطفال، وأنه تم تأليفها بمشاركة المربيات وإحداهن هي مربيتكم. – اسردي أحداث القصة للأطفال مع مراعاة التشويق من حيث تغيير في نبرات الصوت. – انهاء النشاط: اجري محادثة مع الأطفال لاسترجاع أحداث القصة.

● نص القصة

أميرة بنت عمرها خمس سنوات تحب الناس والبيت والحارة، شعرت بالحزن على حارتها، بخاصة عندما ترى اكوام نفايات مجمعة في الشارع، لأن الجيران القوا بقشور الفواكه والخضار كالتفاح والخيار والبطاطا والموز من الشباك، ورموا بواقي الطعام المطبوخ، والنفايات المنزلية الأخرى كقطع الأقمشة البالية والأثاث القديم، تتراكم النفايات يوماً بعد يوم، أصبحت أكواما بعلو البيوت أحيانا، وجدت الفئران والجرذان بيوتاً لها داخل أكوام النفايات المتراكمة، وتكاثرت عليها الحشرات كالذباب والبعوض، انتشرت الروائح الكريهة في الحارة، وأصبح السكان غير قادرين على فتح الشبابيك للتهوية، لأن الهواء غير نقي وغير صحي ورائحته كريهة وسيئة، أصيب كثير من سكان الحي بالأمراض كالتحسس، تزحلق عدد من المارة بقشور الموز، وهاجمت الجرذان والفئران المارة في الشارع ودخلت إلى البيوت، عبثت بالأثاث والمأكولات وأرّقت منام الناس.

ممارسات يومية في الروضة متعلقة بنظافة المكان

الكفايات: الاستقلالية، المشاركة، التعاون.

المحافظة على النظافة.	– يضع الأطفال النفايات في سلة المهملات والمحافظة على نظافة الصف والساحة. – يسحب الأطفال الماء بعد الذهاب للحمام.
الشعور بالمسؤولية	– يقدِّر الأطفال عامل النظافة. – يغلق الأطفال حنفية الماء بعد استعمالها.
اللعب في أماكن نظيفة	– يلعب الأطفال في الأماكن النظيفة ويبتعدوا عن الأماكن المتسخة إدراكاً منهم لأثرها السلبي على الصحة.
التنظيف بعد الانتهاء من النشاطات	– ينظف الأطفال المكان بعد الانتهاء من الانشطة.
المواد والأدوات	– المواد والأدوات تحضر من قبل المربية والأهل

الأغاني والأناشيد

اسم النشاط	والأغاني والأناشيد
الأهداف	– أن يستمتع الطفل بالانشاد والغناء في الروضة وفي العائلة. – أن يكتسب الأطفال مفردات لغوية جديدة
	أنشودة نظافة المكان ورقة ما برمي في الساحة ولا قشرة موز ولا تفاحة دايما بتلاقوني نظيف وقت الدرس ووقت الراحة ومعلماتي بحبوني ماما تقولي يا عيوني النظافة من الإيمان لازم يحفظها الإنسان

مسرح الدمى: تشمل المسرحية جوانب النظافة الثلاثة.

الكفايات: احترام وتقبل الآخرين، المساعدة، الاصغاء، الاستمتاع، تنمية الخيال، الشعور مع الآخرين.

اسم النشاط	**مسرحية «مزرعتنا النظيفة»** **تشمل المسرحية الجوانب الثلاثة للنظافة (الشخصية، الطعام والشراب، والمكان)**
الأهداف	– أن يقدر الأطفال قيمة النظافة. – أن يتعاون الأطفال في تنظيف الروضة. – أن يكتسب الأطفال مهارة الاصغاء والاستماع.
المواد والأدوات	– دّمى تمثل «كلب وقطه، ارنب وأوزه»، لوحه توضيحية تشتمل على «بيوت الحيوانات، وطعامها» وبطاقات كلمات من النص
التنفيذ	– اجلسي مع الأطفال في ركن القصة والمسرح جلسة نصف دائريّة. – ذكري الأطفال بقواعد الاستماع كالإصغاء والانتباه ليشاركوا في النقاش لاحقاً. – وجهي سؤالاً للأطفال ما هي المزرعة؟ ما هي الحيوانات التي تعيش في المزرعة؟ – استخدمي الدمى واللوحة التوضيحية كوسائل مساعدة خلال العرض. – شاركي الأطفال خلال العرض في تمثيل الأدوار باستخدام الدمى التي اختاروها. – لإنهاء المسرحية استعيني خلال العرض ولتفعيل الأطفال بالأسئلة التالية كيف شعر الدب؟ ولماذا؟ لو كنتم في المزرعة هل تعملون كما فعلت الحيوانات؟ ما هو أكثر ما اعجبكم في المسرحية؟ ماذا تعلمتم من الحيوانات؟

● نص المسرحية

عاشت حيوانات (كلب وقطه وأرنب وأوزه) في مزرعة نظيفة جميله، حرصوا على عادة تنظيفها صباحاً ومساءً، واستحموا يومياً من ماء النهر النظيف، وغطوا الطعام كي لا تتجمع الحشرات والذباب عليه وينقل لهم الأمراض، وهم سعداء جداً بمزرعتهم النظيفة، في يوم زارهم ضيف من الغابة وهو الدب السمين له رائحه كريهة وفراؤه متسخ مليئا بالحشرات، وبعد أن قدموا له الطعام لاحظوا أنه لم يغسل يديه قبل الأكل ولا بعده، كما وترك بقايا الطعام، وفي صباح اليوم التالي ذهب الأربعة إلى النهر للاستحمام. لعبوا بالماء ونظفوا أجسامهم وانتظروا الدب، ولكنه بقي نائما، وعندما استيقظ لم يذهب إلى النهر ولم يغسل يديه ولا وجهه، غضبوا منه وسألوه: لماذا لا تستحم؟ اغسل يديك قبل الأكل وبعده؟ أجابهم أنه لا يستطيع التحرك بسهوله، شعروا بالحزن على الدب وأحضروا له الماء والصابون لمساعدته في تنظيف نفسه.

التجارب العلمية

الكفايات: المراقبة المنتظمة، المقارنة، السبب والنتيجة، مفردات لغوية جديدة، العلوم.

اسم النشاط	كيفية تكون العفن
الأهداف	– أن يعرف الطفل أهمية تهوية البيت. – أن يفهم الطفل سبب تكون العفن.
المواد والأدوات	كيس نايلون شفاف، عدسة مكبرة. قطعتان من الخشب الرطب.
التنفيذ	– ضعي قطعتين خشبيتين بحالة رطبة، إحداهن في كيس مغلق بإحكام، وآخرى اتركيها معرضة للهواء. – اطلبي من الأطفال استخدام عدسة مكبرة لمشاهدة التغييرات بشكل أوضح. – اشـرحي للأطفـال أثـر التهوية وإدخال الهواء على القطعة الخشـبية المعرضة للهواء، وكيف أنه يمنع تكوّن العفن، وأوجدي العلاقة بأهمية تهوية البيوت.

اسم النشاط	بركان من الصابون
الأهداف	– أن يفهم الطفل كيف تتكون التفاعلات. – أن يفهم الطفل تاثير إضافة مواد على بعضها البعض. – أن يفهم الطفل أهمية الحذر عند عمل التجارب.
المواد والأدوات	– 2 ملعقـة مـن البيكنـج بـاودر، كاس من الخل، صابون سـائل، صبغة طعـام، ماء. قنينة زجاجية، كاسات زجاجية، محقن، كيس نايلون لحماية الطاولة.
التنفيذ	– ضعـي المـواد فـي «القنينـة» الزجاجيـة بواسـطة المحقـن، بالترتيـبٍ فـي البدايـة «البيكنـج بـاودر» والخل، ثم الصابـون وملعقة من صبغة الطعام وأخيـراً أضيفي الماء تدريجياً. – ملاحظـة: خـلال التجربة حـذري الأطفال من لمس المواد أثنـاء تفاعلها كونها تصبح حارقة.

اسم النشاط	تجربة تأثير ري المزروعات بماء نظيف.
الأهداف	– أن يفهم الأطفال أهمية ري المزروعات بالماء النظيف. – أن يدرك الأطفال أن الماء ينتقل من الأسفل إلى الأعلى. – أن يدرك الأطفال عملية تسلسـل امتصاص الوردة الماء من البداية وفي الوسـط وفي النهاية. – ان يتعلم الأطفال مفردات لغوية جديدة.

المواد والأدوات	– الأدوات اللازمـة: كـؤوس زجاج شـفافة، وردات بيضاء اللون، ملاعـق، قلم لتعين كمية الماء في الكأس. – صبغة طعام، ماء.
التنفيذ	– قسمي الأطفال إلى مجموعات مصغرة. واجلسوا جلسة دائرية في ركن الطبيعة والعلوم. – عرفيهـم علـى المـواد والأدوات، وأوضحي أنه سـيتم وضع عدد من الـوردات في ماء ملوَّن والأخرى في ماء غير ملون. – اطلبي من الأطفال مراقبة ما سيحدث لاحقاً. – الفتي انتباه الأطفال للتغييرات الحاصلة على لون الماء بعد إضافة الصبغة إليه وكيف ذابَت الصبغة في الماء، وجهي أسئلة للأطفال، أين ذهبت الصبغة؟ ما اللون الناتج؟ – ضعي بعض الوردات في الماء الملون. – اطلبي من الأطفال ملاحظة عملية التغيير في لون الساق تدريجيا، وملاحظة طريقة الامتصاص من الأسـفل إلى الأعلى، والتغير في اللون، ومقارنة نتائج امتصاص الماء الملـوَّن وغيـر الملـوَّن علـى الوردات وكيف تغيـر لونها، والنقص في كميـة الماء نتيجة للامتصاص. – الفتـي انتبـاه الأطفـال لايجاد العلاقـة بين تأثير رَيّ المزروعـات بالماء النظيف وغير النظَيف. – لإنهـاءِ النّشـاط، اعرضي مـع الأطفال على لوحة توضيحية في ركـن الطبيعة والعلوم، صـوراً تشـمل خطوات تسلسـل النشـاط بالترتيب ومراحل التغيرات فـي لون الوردات في الماء الملوَّن.

أمثلة لنشاطات تطبيقية مع الأطفال

حملة تنظيف

الكفايات: المسؤولية، التعاون، التواصل، التعبير باستخدام اللغة الفصحى.

اسم النشاط	**حملة تنظيف حول الروضة بمشاركة الأهل.**
الأهداف	– أن يشعر الأطفال بمسؤولية المحافظة على نظافة البيئة المحيطة. – أن يشعر الأطفال براحة نفسية نتيجة لنظافة المكان.
المواد والأدوات	– أكياس، مكنسة، دلو، كفوف يدين.
التنفيذ	**قبل الحملة:** – تّواصلي مع الأهل وحددي اليوم المناسب لحملة تنظيف البيئة المحيطة بالروضة، ووضحي أهمية النشاط وأهدافه التربوية. – أخذ الموافقة من الأهل. – قسمي الأطفال إلى مجموعات على ألا يزيد عدد الأطفال عن عشرة في كلّ مجموعة. – أديري محادثة مع الأطفال باستخدام الأسئلة المفتوحة مثل «ما الذي تتوقعون مشاهدته قبل تنظيف البيئة؟ ما هي الأدوات اللازمة؟ لماذا يجب تنظيم حملة تنظيف للمكان؟ ما أهمية النظافة على صحتنا؟». **خلال الحملة:** – اجذبي انتباه الأطفال إلى النفايات المتراكمة، كالأطعمة الفاسدة في الشّوارع والاكياس الملقاة على الارض. – التقطي صورا للمكان قبل تنظيفه. – اطلبي من الأطفال جمع النفايات في الأكياس وإلقاءها في المكان المخصص لذلك. – التقطي صوراً للمكان بعد التنظيف. **ما بعد الحملة:** – أعدّي لوحة واكتبي عليها مع الأطفال عبارات مثل (لا ترمي النفايات بجانب روضتي) (النظافة من الايمان). – اجلسي مع الأطفال على شكل دائرة، وأجري محادثة حول النشاط الذي قاموا به.

جولة ميدانية

الكفايات: العد، الاتصال والتواصل، عملية البيع والشراء، اتخاذ القرار، التعاون، المقارنة، جغرافية المكان.

اسم النشاط	**جولة ميدانية: إلى الدكان أو «السوبرماركت «القريب لشراء مواد التنظيف لبيئة الروضة والمرافق الصحية فيها.**
الأهداف	– أن يتعلم الأطفال التعامل بالنقود والتوفير أثناء البيع والشراء. – أن يتعلم الأطفال عد النقود والإضافة والناقص. – أن يتعلم الأطفال مفردات وطرق التواصل مع البائع أثناء عملية الشراء. – أن يتعلم الأطفال كيفية التصرف بالنقود. – أن يفرق الطفل بين ما يريده من أغراض وما يحتاجه فعلاً. – أن يفهم الطفل أهمية دفع النقود مقابل الحصول على المواد.
التنفيذ	**قبل الجولة الميدانية:** – تواصلي مع البائع وحددي اليوم المناسب، وماذا يجب على الأطفال تعلّمه من خلال الجولة؟ – احصلي على موافقة الأهل. – قسمي الأطفال إلى مجموعات على ألا يزيد عدد الأطفال على عشرة في كلّ مجموعة. – تحدثي مع الأطفال عن المكان المنوي الذهاب اليه، وكيفية الوصول إلى المكان، حددي المبلغ اللازم لشراء مواد التنظيف، مع التأكيد على شروط الأمان اثناء المشي في الشارع. **خلال الجولة الميدانيّة:** – تحدثي مع الأطفال اثناء طريقهم إلى «السوبر ماركت» ماذا ترون في الشارع؟ اينٍ يجب وضع النفايات؟ ما الذي تراه يتجمع على النفايات؟ كيف يمكن إبقاء الشارع نظيفاً؟ – ذكري الأطفال بأهمية القاء التحية على البائع، وطلب الاذن منه ثانية لمرافقتهم إلى قسم مواد التنظيف والمحافظة على الهدوء، وعدم العبث بالمواد التي على الرفوف العالية كي لا تسقط وتؤذيهم. – اختاري مشاركة الأطفال بما يحتاجونه من مواد التنظيف للأرضيات والحمام، كالصابون السائل ومعطر الارضيات والديتول.... الخ – اختاري الأدوات اللازمة كالليف والفرشاة والممسحة والمكنسة، دلو وكفوف اليدين... الخ. – الفتي انتباه الأطفال إلى رائحة المكان، الملصقات وأسمائها المكتوبة على كل غرض من مواد التنظيف، وثمنها وقارنوا بينها. من حيث مفاهيم الأغلى والأرخص الأكبر والأصغر ومكان الإنتاج أو التصنيع. – تحدثي مع الأطفال عن خبراتهم، هل يعرفوا مواد التنظيف هذه سابقاً وأين شاهدوها؟ ولماذا تستخدم؟ وان يأخذوا دور الزبون الذي يجب عليه الانتظار بالدور، ودفع النقود مقابل الحصول على المواد. – شاركي الأطفال في عملية الجمع لثمن المنظفات، ووضعها في الأكياس المناسبة والملائمة لها من حيث الحجم والطول، ثم عد النقود. – اطلبي من الأطفال توجيه شكر للبائع، ومن ثم التعاون في حمل المشتريات إلى الروضة. **ما بعد الجولة:** – اطلبي من الأطفال تصنيف المواد وترتيبها في أماكن مناسبة لحفظها في الروضة.

4.2 مشاركة الأهل

بهدف الوصول إلى الشمولية في العمل ولتحقيق الأهداف التي وضعت:

- كوِّني لجنة الأهل والمربيات.
- كوِّني مجموعات الأهل للتوعية والتثقيف في موضوع النظافة» بمعدل عشر ساعات بواقع خمسة لقاءات».
- اشركي الأهل في الروضة من خلال (النشاطات التعليمية، والرحلات التعليمية والترفيهية، وإعداد الوجبات الصحية الخفيفة).
- اعقدي لقاءات فردية مع الأهل.
- راسلي الأهل وأوجدي لوحة الاتصال معهم.
- وزِّعي نشرات وقصص للتوعية في موضوع النظافة.
- عددي ونوعي في أساليب تقديم اللقاءات مثل «تقسيم مجموعات عمل مصغرة، عرض شرائح (البوربوينت)، مشاهدة فيديو تعليمي، عصف ذهني، طرح سلوكيات تتعلق بالنظافة».

المواضيع المقدمة لمجموعة الأمهات الخاصة بالنظافة.

- الموضوع الأول: أهمية النظافة الشخصية وكيفية الاعتناء بكل عضو في الجسم.
- الموضوع الثاني: الأمراض الناجمة عن انعدام النظافة، كالقمل والأمراض الجلدية، وكيفية غسل اليدين بالطريقة الصحيحة وتنظيف الأسنان.
- الموضوع الثالث: ماهو الطعام النظيف؟ والإجراءات الوقائية لنظافة الطعام والشراب، وماهو الماء الصالح للشرب؟ كيف يحدث التسمم الغذائي؟ وما هي الأمراض الناجمة عن انعدام نظافة الطعام والشراب؟
- الموضوع الرابع: أهمية نظافة المكان وحفظ المبيدات الحشرية ومواد التنظيف بعيداً عن متناول أيدي الأطفال.
- الموضوع الخامس: أثر تراكم النفايات على الصحة، الطرق السليمة للتخلص منها، أثر الحفر الامتصاصية على مياه الشرب والمزروعات. المسافة المحددة بين البئر والحفر الامتصاصية.

4.3 التعاون مع المجتمع المحلي

نظراً لأهمية دور المؤسسات المجتمعية بأنواعها لتسيير عملية التطبيق للظرف المفصلي «النظافة في الروضات»، ولإحداث التغيير تعاوني مع المؤسسات» الحكومية وغير الحكومية والقاعدية ومنتديات المربيات ومتطوعين محليين، لتنفيذ الانشطة المخططة للأطفال والمربيات والأهل بناءً على أهداف البرنامج.

اللقاء الأول: أهمية النظافة بشكل عام، وأهميتها في اعداد وجبات طعام صحية.

اللقاء الثاني: أهمية صيانة ونظافة المرافق الصحية في الروضات، وفحص الخزانات وتعقيم مياه الآبار.

اللقاء الثالث: جوانب النظافة الشخصية للأطفال وتأثير التقمل عليهم.

5. التقييم

فيما يخص الأطفال، أسئلة أثناء جلسة التجمع الصباحي

- لماذا يجب غسل اليدين قبل تناول الطعام وبعده، وبعد استخدام المرحاض، واللعب؟
- لماذا يجب سحب الماء بعد استخدام المرحاض؟
- لماذا يجب عدم تناول الأطعمة المكشوفة؟
- لماذا يجب عدم استخدام أدوات النظافة الخاصة بأطفال آخرين كالمنشفة وفرشاة الأسنان والصابون الخاصة.
- لماذا يجب وضع النفايات في المكان المخصص؟
- لماذا يجب شرب الماء من المشارب النظيفة المخصصة للشرب؟

فيما يخص الأهل، استخدمي الأسئلة الآتية أثناء لقاء الأهل

- لماذا يجب استخدام أدوات خاصة بتقطيع اللحوم، وأدوات آخرى خاصة بتقطيع الخضار والفواكه؟
- لماذا يجب غسل أجسام الأطفال مرتين إلى ثلاث مرات أسبوعياً على الأقل؟
- ما هي مسببات التسمم الغذائي؟
- لماذا يجب ري المزروعات بالمياه النظيفة؟
- لماذا يجب عدم خلط مواد التنظيف مثل الكلور وماء النار معا، وعدم حفظهما في زجاجات العصائر؟
- لماذا يجب عدم وضع أدوات النظافة الشخصية في المرحاض كالمناشف الخاصة، وفراشي الأسنان ...الخ؟

فيما يخص مشاركة المجتمع المحلي، استخدمي الأسئلة التالية:

هل تعاونت المربيات مع:

- وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطيني لتوفير مواد تنظيف وشامبو ضد التقمل ونشرات توعوية؟
- وزارة الصحة الفلسطينية للتثقيف في موضوع النظافة والصحة العامة؟
- وزارة الصحة لفحص مياه الخزانات وعقمت مياه الآبار؟
- ممثلو مؤسسات المجتمع المحلي «كاللجان المجتمعية والمراكز النسوية والمجالس المحلية» لتقديم وجبات صحية للأطفال ونفذوا إصلاحات؟
- متطوعين من المجتمع المحلي لتنفيذ أنشطة خاصة بالنظافة؟

المراجع

- الدليل الإرشادي للتثقيف الصّحي النفسي المدرسي، 2012، وزارة الصحة الفلسطينية.
- الدليل الإرشادي الصحي لمعلمات رياض الأطفال، ٢٠١٦، وزارة الصحة (دائرة الصحة المدرسية)، مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري.
- العيسى، محمد عبد الرحمن 2012. تأثير النفايات على صحة الإنسان والبيئة.
- بارود، نعيم سلمان 2002. المياه العادمة وأثرها على الخزان الجوفي في محافظة دير البلح. مجلة الجامعة الإسلامية ، المجلد العاشر ، العدد الأول. فلسطين.
- دليل التثقيف الصحي المدرسي الخامس-التاسع 2012، وزارة الصحة الفلسطينية.
- قطيشات، تالا. وآخرون. 2009. مبادىء في الصحه والسلامه العامه. دار المسيره للنشر والتوزيع.
- وزارة الصحة الفلسطينية، دائرة الصحة المرسية. 2012. الدليل التثقيف الصحي المدرسي.

المراجع الإلكترونية

- http://woman.rafed.net
- http://www.ausde.org
- http://www.startimes.com
- http://jeunesse.ahlamountada.com
- http://www.vercon.sci.eg
- http://forum.el-wlid.com/
- http://www.ksau-hs.edu.sa
- www.dzbatan.com
- http://mawdoo3.com
- www.qalqilia.edu.ps\foodbla.htm
- https://www.youtube.com/watch?v=zW7R4ARjUUg

الملاحق

ملحق رقم 1

الجراثيم

ملحق رقم 2

لعبة بازل «حملة النظافة» حينا نظيف

الكفايات: حل مشكلة، التفاعل المشاركة، التآزر الحسحركي، تفكير منطقي، تنمية العضلات الدقيقة.

الأهداف	– أن يربط الطفل ما بين الجزء والكل. – أن ينمّي الطفل العلاقات المكانية. – أن ينمّي الطفل العضلات الدقيقة. – أن ينمّي الطفل التآزر ما بين اليد والعين.
المواد المطلوبة	– صول سميك، جلاتين، أقلام عريضة ملونة، مادة لاصقة «صمغ أو غراء»، ورق بلاستيكي شفاف– جلاتين
الأدوات اللازمة	– مشرط، مسطرة.
طريقة العمل	– الصقي البطاقة التوضيحية على قطعة من الصول السميك بقياس 30*30 سم. – لونيها وجلتنيها ثم قصيها إلى 20 قطعة كما هو مبين في الشكل في الصفحة المقابلة.
طريقة اللعب	– اعرضي الصورة التوضيحية كاملة للاستعانة بها في تركيب القطع. – اعرضي قطع البازل أمام الطفل بوضوح. – اديري محادثة بعد تركيب الصورة كاملة.
عدد اللاعبين	1 – 3

ملاحظة: زيادة عدد القطع، يعني زيادة الصعوبة في اللعبة.

حملة النظافة

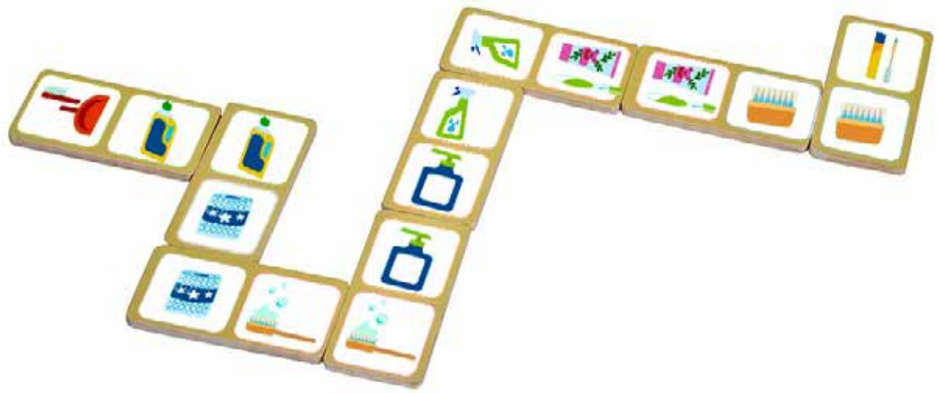
ملحق رقم 3

لعبة دومينو أدوات النظافة

الكفايات: الانتباه والتركيز، الاتجاهات، مطابقة، تميز بصري، رياضيات، لغة.

الأهداف	– أن يلائم الطفل المحتويات العددية من 1–6. – أن يلائم الطفل الصورة مع الصورة الصحيحة.
المواد المطلوبة	– صمغ، كرتون مقوى، مادة لاصقة «صمغ أو غراء»، ورق بلاستيكي شفاف–جلاتين، أقلام فلوماستر عريضة وملونة، بطاقات مصورة لأدوات –نظافة المكان.
الأدوات اللازمة	– مقص أو مشرط
طريقة العمل	– حضري 28 من البطاقات قياس 8×4 سم. – قسمي كل بطاقة من النصف إلى قسمين. – الصقي صور أدوات تنظيف المكان. كما هو مبين في الشكل.
طريقة اللعب	– وزعي البطاقات بين الأطفال بالتساوي. – ابدأي اللعب بمن يملك الرقم الأعلى أي الرقم 6. – اطلبي من الأطفال اللعب بالدور من اليمين. – وضّحي لهم بأنه يجب أن يتلاءم طرف البطاقة الأولى مع طرف البطاقة الثانية، ومن لا يملك صورة ورقم متشابهان يتم تخطّيه والانتقال للاعب الذي يليه. – يستمر اللعب بالدور إلى أن تنتهي البطاقات كافة.
عدد اللاعبين	4 **أطفال**

ملاحظة: يمكن انتاج لعبة دومينو: صور أدوات النظافة الشخصية أو نظافة الطعام والشراب. وكذلك لعبة الشيء ونصفه من خلال قص كل أداة إلى نصفين.



ملحق رقم 4

لعبة مطابقة أنا أغسل يدي بالطريقة الصحيحة.

الكفايات: الملاحظة، المقارنة، العد الترتيبي، منطق، لغة، مفاهيم.

الأهداف	– أن يعرف الطفل تسلسل مراحل غسل اليدين. – أن ينمّي الطفل دقة الملاحظة.
المواد المطلوبة	– قطعتان من الكرتون قياس 20× 20سم، نسختان مصورتان لمراحل غسل اليدين، مادة لاصقة «صمغ أو غراء»، ورق بلاستيكي شفاف – جلاتين
الأدوات اللازمة	– مقص.
طريقة العمل	– الصقي النسختين على قطعتي الكرتون ثم جلتيهما، قصي احداهما بتتبع خطوط المربعات للحصول على 8 بطاقات.
طريقة اللعب	– قدمي اللعبة للأطفال، اعطي الأطفال فرصة كافية لوصف ما تحتويه البطاقات واحدة تلو الآخرى، ثم تأكدي من مطابقة الأطفال البطاقات بالشكل الصحيح.
عدد اللاعبين	1 – 2

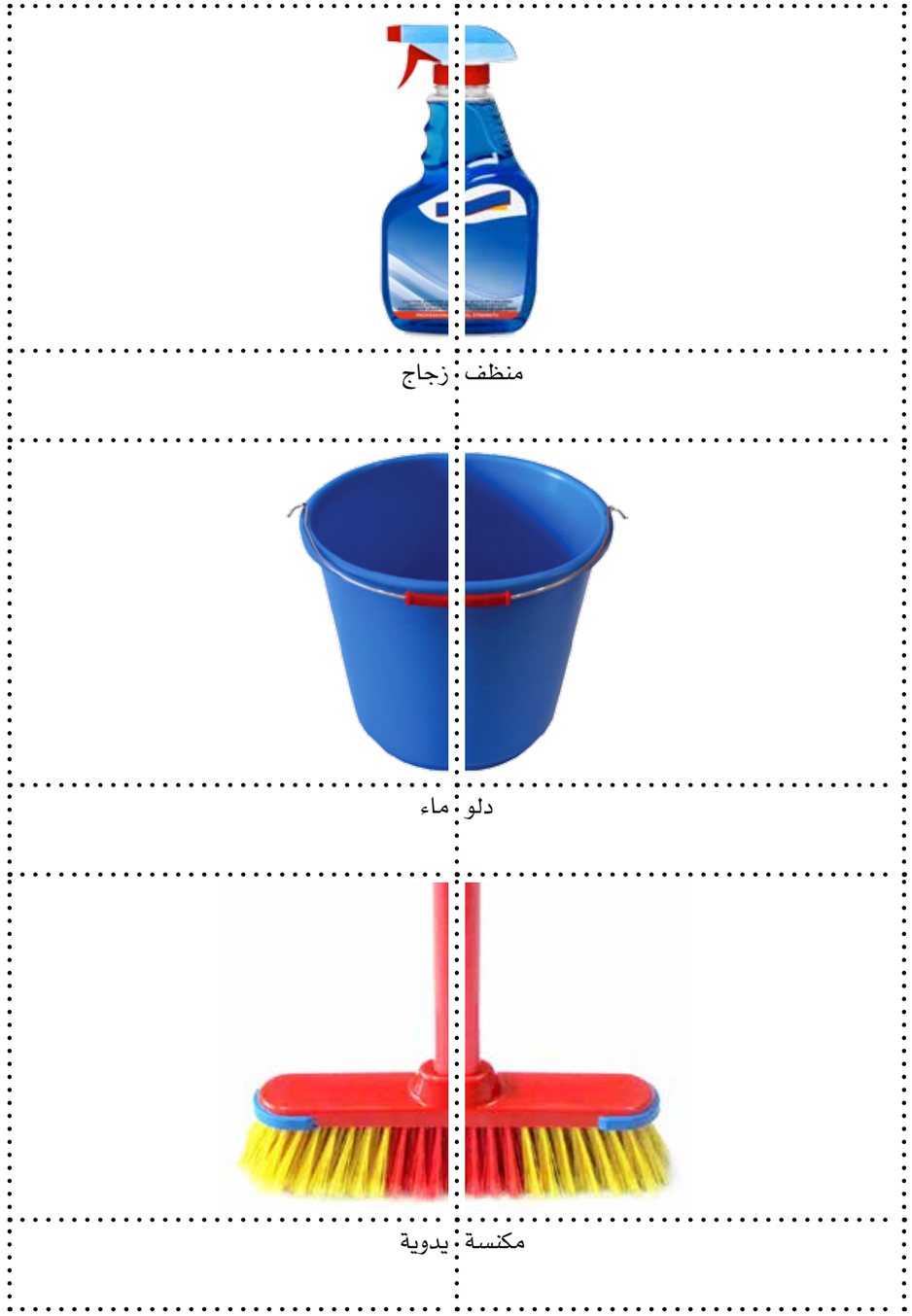
ملاحظة: من الممكن القيام بلعبة مطابقة أخرى، مثل لعبة مطابقة أدوات النظافة الشخصية أو نظافة الطعام والشراب أو نظافة البيئة، أو لعبة مطابقة كلمات خاصة بالنظافة أو الحروف.

ملحق رقم 5

لعبة بازل الشيء ونصفه

الكفايات: الملاحظة، المقارنة، منطق رياضي، لغة، مفاهيم، حل مشكلة، تعاون، تنمية العضلات الدقيقة.

الأهداف	– أن يطابق الأطفال بين النصف والآخر ليكون الكل. – أن ينمّي الأطفال دقة الملاحظة. – أن ينمّي الأطفال مهارة حل المشكلات.
المواد المطلوبة	– قطعة من الكرتون قياس 20×30 سم، نسخة مصورة لأدوات تنظيف المكان، مادة لاصقة «صمغ أو غراء»، ورق بلاستيكي شفاف – جلاتين.
الأدوات اللازمة	– مقص.
طريقة العمل	– الصقي النسخة المصورة لأدوات تنظيف المكان على قطعة من الكرتون، قصيها من النصف بتتبع خطوط المربعات للحصول على نصفين لكل اداة، ثم قومي بجلتنتهما .
طريقة اللعب	– اجلسي مع الأطفال جلسة دائرية. – قدمي اللعبة للأطفال بعرض الصورة الكلية لكل أداة. – افصلي الأدوات عن بعضها أمام الأطفال. – اطلبي من الأطفال ايجاد النصف المكمل لكل أداة. – اقرأي اسم الأداة أمام الأطفال بالشكل الصحيح.
عدد اللاعبين	2 – 3



ملحق رقم 6

لعبة البطاقات المفتاحية

الكفايات: ربط بين الصورة والكلمة، مقارنة ومطابقة، تنسيق بين العين واليد.

الأهداف	– أن يتعرف الطفل على الكلمة المكتوبة. – أن يطابق الطفل بين الكلمات والصور الصحيحة. – أن يتمكن الطفل من التصحيح ذاتيا.
المواد المطلوبة	– كرتون مقوى، أقلام عريضة ملونة، مادة لاصقة «صمغ أو غراء»، ورق بلاستيكي شفاف– جلاتين.، أقلام فلوماستر عريضة وملونة.
الأدوات اللازمة	– مقص أو مشرط
طريقة العمل	– حضري صور ومسميات أدوات النظافة الشخصية. – الصقيها على كرتون مقوى بقياس 7×20 سم لكل كلمة 3 بطاقات. – البطاقة الأولى: تحتوي صورة وكلمة وتمثّل المفتاح للصورة والكلمة المكتوبة. – البطاقة الثّانية: تحتوي الصّورة بدون كلمة وبطاقة الكلمة منفصلة. – البطاقة الثّالثة: تحتوي الكلمة بدون صورة وبطاقة الصّورة منفصلة. – لونيها وجلتنيها كما ما هو مبين في الشكل.
طريقة اللعب	– اجلسي مع الأطفال جلسة دائريّة. – عرفي الأطفال على البطاقة الأولى، وأن الكلمة تعبر عن الصورة. – اطلبي من الأطفال البحث عن الكلمة ومطابقتها للصورة, – اطلبي من الأطفال البحث عن الصورة ومطابقتها للكلمة. – اعطي الأطفال فرصة اللّعب الحر بالبطاقات واستخدام بطاقة المفتاح للتصحيح الذّاتي.
عدد اللاعبين	**5 أطفال**

ملحق رقم 7

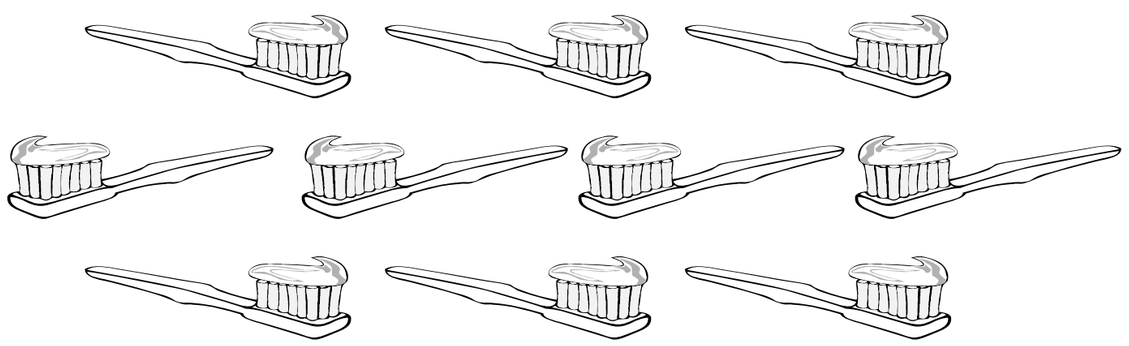
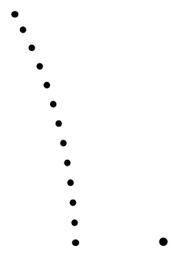
ورقة عمل بعنوان «أتعلم الرقم 10»

الكفايات: الملاحظة، رياضيات، لغة، تنمية العضلات الدقيقة.

الأهداف	– أن يعرف الأطفال مكونات العدد 10. – أن ينمّي الأطفال العضلات الدقيقة. – أن يرسم الأطفال العدد 10.
الأدوات اللازمة	– نسخة مصورة من ورقة العمل، ألوان شمعية أو خشبية.
حل ورقة العمل	– اجلسي مع مجموعة من الأطفال جلسة دائرية. – ذكّري الأطفال بالرقم 10 واطلبي منهم عد الفراشي ثم تلوينها بشكل حر. – اطلبي من الأطفال تتبع الرقم 10 وفقا للنقاط. انظري الصفحة المقابلة.

الاسم ..... اليوم ..... التاريخ .....

يوجد عشر فراشي أسنان، هيا نلون فراشي الأسنان.



هيا نتتبع الرقم 10 وفقاً للنقاط