

UBND HUYỆN KIẾN THUY
TRƯỜNG MẦM NON NGŨ PHÚC

BẢN MÔ TẢ SÁNG KIẾN

Tên sáng kiến: “Một số biện pháp rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ 24- 36 tháng tuổi tại trường Mầm non”

Tác giả: Phạm Thị Thủy

Trình độ chuyên môn: Đại học SPMN

Chức vụ: Giáo viên

Nơi công tác: Trường Mầm non Ngũ Phúc



Ngũ Phúc, ngày 15 tháng 02 năm 2024

BẢN MÔ TẢ SÁNG KIẾN

I. THÔNG TIN CHUNG VỀ SÁNG KIẾN

1. Tên sáng kiến: *"Một số biện pháp rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ 24-36 tháng tuổi tại trường Mầm non"*

2. Lĩnh vực áp dụng sáng kiến: Giáo dục Mầm non

3. Tác giả: Họ và tên: Phạm Thị Thủy

Ngày/ tháng /năm sinh: 05/11/1981

Chức vụ, đơn vị công tác: Giáo viên- Trường Mầm non Ngũ Phúc- Huyện Kiến Thụy- Thành phố Hải Phòng.

Điện thoại di động: 0345054589

4. Đơn vị áp dụng sáng kiến:

Tên đơn vị: Trường Mầm non Ngũ Phúc

Địa chỉ: Thôn Nghi Dương- xã Ngũ Phúc- Huyện Kiến Thụy- Hải Phòng

Điện thoại: 02256629996.

II. Mô tả giải pháp đã biết

Việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ là vô cùng quan trọng và cần thiết vì ở lứa tuổi nhà trẻ thì trẻ còn rất non nớt và vụng về nếu trẻ được uốn nắn từ nhỏ, giáo dục từng cử chỉ, việc làm nhỏ thì mới tạo thành kỹ năng tự phục vụ sẽ giúp trẻ hình thành con người, nhân cách cho trẻ, dễ hòa nhập, thích ứng với cuộc sống môi trường xung quanh, trẻ biết làm chủ bản thân có ích cho bản thân, gia đình và xã hội.

Như chúng ta đã biết đặc điểm tâm sinh lý của trẻ ở độ tuổi này dễ nhớ nhưng lại rất mau quên, trí nhớ của trẻ là trực quan hình tượng. Vì vậy người lớn chúng ta phải tạo cho trẻ môi trường để trẻ được trải nghiệm thực hành. Đặc biệt là việc giáo dục kỹ năng tự phục vụ trong trường mầm non phải là công việc được đưa lên hàng đầu, phải luôn là việc làm thường xuyên, hàng ngày của giáo viên. Độ tuổi 24- 36 tháng là độ tuổi các thói quen tự phục vụ mới bắt đầu hình thành và còn rất hạn chế. Do đó trẻ cần được người lớn hướng dẫn và uốn nắn. Tôi thấy thực tế của lớp tôi, đầu năm học đa số trẻ đi học ở độ tuổi 18-30 tháng, 1 số trẻ còn ít tháng, trẻ vừa mới đi học, vì vậy hầu như trẻ chưa hề có kỹ năng trong việc tự xúc cơm ăn, tự cất đồ dùng bát - thìa, tự lấy ghế và kê ghế ngồi về chỗ cũng như cất ghế khi đã ăn xong. Trẻ chưa có kỹ năng lấy nước, lấy đủ lượng nước muối để xúc miệng và lấy lượng nước uống theo nhu cầu. Trẻ cũng chưa có kỹ năng lấy gối về chỗ nằm ngủ và sau khi ngủ dậy thì cất gối vào đúng nơi quy định.

Qua nghiên cứu tài liệu, tôi được biết đến một số sáng kiến cũng như một vài quan điểm, và đề tài nghiên cứu có liên quan đến việc rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ 24-36 tháng như:

- Sáng kiến kinh nghiệm: "Rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ 24-36 tháng tuổi"- Của cô Nguyễn Thị Hơnon Trường Thành- Huyện An Lão- Hải Phòng.

- Sáng kiến kinh nghiệm: "Một số biện pháp nâng cao kỹ năng tự phục vụ cho trẻ 24-36 tháng tuổi tại trường mầm non Tây Sơn"- Của nhóm tác giả trường mầm non Tây Sơn.

- Sáng kiến kinh nghiệm: "Một số biện pháp rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ 24-36 tháng tuổi tại lớp 2 tuổi Trường Mầm non Hoa Sen" - Của cô giáo Nguyễn Thị Thanh- Trường mầm non Hoa Sen- huyện Đại Từ - Tỉnh Thái Nguyên.

Khi nghiên cứu và áp dụng các giải pháp trên tại trường chúng tôi nhận thấy đề tài có những ưu điểm và hạn chế sau:

* Ưu điểm: Sáng kiến trên đã đưa ra các giải pháp của giáo viên đề nâng cao chất lượng rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ 24-36 tháng tuổi tại trường mầm non.

- Các giải pháp trên đã định hướng cho giáo viên một số kỹ năng khi rèn kỹ năng tự phục vụ

* Hạn chế, bất cập của giải pháp. Tuy nhiên, những giải pháp của sáng kiến này đến nay đã không còn mới.

- Các giải pháp còn chung chung, chưa cụ thể, chưa quan tâm nhiều đến việc rèn kỹ năng tự phục vụ, còn quá lan giải, quá rộng.

- Các giải pháp trên chưa cụ thể hóa phối kết hợp với phụ huynh rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ. Đặc biệt là trong giờ ăn ngủ.

Để khắc phục những hạn chế và bất cập của những giải pháp trước đây.

Là một giáo viên Mầm non được phân công phụ trách trẻ 24- 36 tháng tuổi. Trong quá trình rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ, bản thân tôi là giáo viên chủ nhiệm lớp ở môi trường phụ huynh làm ở các ngành, nghề khác nhau, trình độ hiểu biết khác nhau nên rất khó để thỏa mãn tất cả các nguyện vọng của phụ huynh. Tôi thiết nghĩ mình cần có trách nhiệm chính trong việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ; cần có kế hoạch, biện pháp thực hiện lâu dài trong suốt quá trình hoạt động của lớp để mang lại hiệu quả cao trong công tác chăm sóc nuôi dưỡng và giáo dục trẻ. Chính vì vậy, tôi đã lựa chọn đề tài "Một số biện pháp rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ 24-36 tháng tuổi tại trường mầm non" làm đề tài sáng kiến kinh nghiệm của mình. Với mong muốn giúp trẻ có kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ, tạo tiền đề cần thiết cho trẻ khi lớn lên trẻ sẽ trở thành người có ích cho bản thân, gia đình và xã hội.

III. Nội dung giải pháp đề nghị công nhận sáng kiến

III.1. Nội dung giải pháp đề nghị công nhận sáng kiến

Ý thức được sự cần thiết, nhằm khắc phục được hạn chế trong việc rèn kỹ

năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ tại lớp mình. Là một giáo viên đã có nhiều năm kinh nghiệm trong công tác giảng dạy, tôi tập trung nghiên cứu đúc kết kinh nghiệm từ việc học hỏi đồng nghiệp, tham khảo nhiều tài liệu và vận dụng vào thực tiễn đã thực hiện đề tài "Một số biện pháp rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ 24-36 tháng tuổi tại trường mầm non" có hiệu quả cao. Cụ thể:

Biện pháp 1: Xây dựng kế hoạch rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ

Xây dựng kế hoạch ngay từ đầu năm học là kim chỉ nam cho sự phấn đấu để đạt được mục tiêu và nhiệm vụ năm học vì nó gắn liền giữa khoa học với thực tiễn. Căn cứ vào chương trình giáo trình giáo dục trẻ độ tuổi 24-36 tháng và kế hoạch của nhà trường, căn cứ vào kết quả đạt được và những mặt tồn tại trong quá trình chăm sóc, giáo dục trẻ, căn cứ vào tình hình thực tế trẻ ở lớp về nhận thức của trẻ, về kỹ năng của từng trẻ và điều kiện cơ sở vật chất của lớp mình phụ trách. Từ đó, tôi xây dựng kế hoạch rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ của lớp sao cho phù hợp với sự phát triển của trẻ. Cụ thể:

Thời gian	Nội dung	Biện pháp	Ghi chú
- Tháng 9+ tháng 10	- Rèn kỹ năng: + Tập cầm thìa xúc ăn + Tập xúc miệng bằng nước muối, tự lấy nước uống + Biết lấy ghế về bàn ăn cơm- cất ghế đúng nơi quy định.	- Khi mới đến trường trẻ hầu như chưa có kỹ năng tự xúc cơm ăn. cho trẻ tập cầm thìa xúc cơm ăn. + Xây dựng kế hoạch thực hiện chương trình GDMN trong hoạt động dạy trẻ đọc thuộc thơ. VD: Bài thơ "Giờ ăn" của tác giả Lê Thị Hoa. Lồng ghép giáo dục trẻ cách xúc cơm. + Trong giờ hoạt động vui chơi, ở trò chơi nấu ăn cô hướng dẫn cho những trẻ chưa biết cầm thìa chơi ở trò chơi bế em để trẻ tập cầm thìa xúc cơm cho em bé ăn. + Trong buổi họp phụ huynh đầu năm học trao đổi với phụ huynh về tầm quan trọng của việc rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ nhà trẻ. Trao đổi với phụ huynh hằng ngày trong giờ đón trả trẻ về kỹ năng tập cầm thìa xúc ăn của trẻ. - Với nội dung tập súc miệng bằng nước muối và tự lấy nước uống: Những buổi đầu khi trẻ mới đến trường cô hướng dẫn mẫu cho trẻ vào những lúc trẻ vừa ăn cơm xong. - Những buổi đầu, cô	

Thời gian	Nội dung	Biện pháp	Ghi chú
		hướng dẫn trẻ cách bê ghế về bàn ngồi ăn cơm, cô giới thiệu cho trẻ biết trẻ ngồi bên cạnh bạn nào và phải ngồi ngay ngắn. Khi ăn xong, cô bê cất ghế để vào đúng nơi quy định để cho trẻ nhìn, hướng dẫn trẻ cách cất ghế. Khi trẻ biết làm cô bao quát nhắc nhở, khích lệ trẻ.	
- Tháng 11+ tháng 12	- Rèn kỹ năng: + Tự xúc miệng bằng nước muối khi ăn xong. + Lấy gối về chỗ nằm ngủ- cất gối vào đúng nơi quy định. + Tự giác đi ngủ.	- Những trẻ đi học từ đầu năm trẻ đã biết súc miệng bằng nước muối khi ăn xong. Cô bao quát nhắc nhở trẻ, khuyến khích trẻ xúc miệng bằng nước muối. Với những trẻ mới đi học cô làm mẫu và hướng dẫn trẻ. - Với nội dung lấy gối về chỗ nằm ngủ và cất gối vào đúng nơi quy định Cô khuyến khích, động viên trẻ. Khi trẻ ngủ dậy cô cũng phải khích lệ trẻ. - Tự giác đi ngủ: Cô mở nhạc nhỏ, hát ru cho trẻ ngủ...Khi trẻ đã quen cô để trẻ tự nằm ngủ cùng các bạn. + + Trao đổi trò chuyện với các bậc phụ huynh trong việc rèn trẻ tự giác đi ngủ. Trẻ đi ngủ mà không cần có người lớn nằm ở bên.	
- Tháng 1 + tháng 2	- Rèn kỹ năng: + Tự xúc ăn cho trẻ + kỹ năng cất thìa, bát đúng nơi quy định. + Lấy gối về chỗ nằm ngủ- cất gối vào đúng nơi quy định. + Tự giác đi ngủ.	- Thời gian này trẻ đã lớn hơn và nhiều cháu đã có kỹ năng xúc cơm ăn. nhắc nhở thường xuyên, khuyến khích trẻ tự xúc cơm ăn. - Khi trẻ ăn xong cô hướng dẫn trẻ cất thìa, bát đúng nơi quy định. - Cô phải bao quát, nhắc nhở, khuyến khích trẻ lấy gối về chỗ nằm ngủ - cất gối vào đúng nơi quy định. - Tự giác đi ngủ: Cô mở nhạc nhỏ, hát ru cho trẻ ngủ...Khi trẻ đã quen cô để trẻ tự nằm ngủ cùng các bạn. + Trao đổi trò chuyện với các bậc phụ huynh trong việc rèn trẻ tự giác đi ngủ. Trẻ đi ngủ mà không cần có người lớn nằm ở bên.	
- Tháng 3+ tháng	- Làm quen một số thao tác đơn giản:	- Đây là giai đoạn cuối năm học, cho trẻ làm quen với thao tác đơn giản: Rửa tay.	

Thời gian	Nội dung	Biện pháp	Ghi chú
4+ tháng 5	+ Rửa tay + Rửa mặt.	Cô thực hiện mẫu thao tác rửa tay để trẻ quan sát. Sau đó hướng dẫn trẻ một số thao tác rửa tay. -	

=> Từ kế hoạch trên giúp tôi quyết tâm thực hiện tốt mục tiêu kế hoạch đề ra nhằm rèn cho trẻ các kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ độ tuổi nhà trẻ 24-36 tháng.

Biện pháp 2: Hướng dẫn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ trong giờ ăn - ngủ.

Trẻ có thói quen tốt trong sinh hoạt ăn ngủ, vệ sinh là rất cần thiết. Vì trong cuộc sống hiện nay thì văn hóa ăn uống là tiêu chí đánh giá nhân cách một con người. Vì vậy trẻ phải được rèn thói quen trong ăn uống từ lúc này. Đa số các cháu mới đi học nên còn bỡ ngỡ, lạ lẫm mang thói quen sẵn có từ ở nhà không phải làm việc gì nên chưa có kỹ năng để tự xúc cơm ăn và lấy gỏi của mình vào chỗ nằm.

Trong giờ ăn:

Trước khi vào bàn ăn tôi hướng dẫn trẻ cách bê ghế vào bàn ngồi: Tôi cho trẻ ra nơi để ghế và bắt tay trẻ để trẻ bê ghế về bàn ngồi theo tổ các bạn lớn ngồi một dãy- các bạn nhỏ ngồi một dãy để cô dễ bao quát trẻ. Giúp trẻ nhận biết chỗ ngồi của mình bằng cách hỏi trẻ bạn ngồi bên cạnh mình là bạn nào.

VD: Sơn ngồi bên bạn nào thế nhỉ?

Nếu trẻ chưa biết cô giới thiệu tên bạn ngồi bên cạnh trẻ là bạn nào?

VD: Sơn ngồi bên bạn Khôi nhé, lát hai bạn ăn thì xem ai ăn hết trước nhé! Với những trẻ chưa biết lấy ghế vào chỗ ngồi

Tiếp đó cô cho trẻ đi rửa tay, rửa mặt: Tôi rửa tay cho trẻ qua 6 bước bằng xà phòng, lau khô tay rồi rửa mặt, Vừa thực hiện tôi vừa trò chuyện với trẻ để trẻ biết và dần dần hình thành cho trẻ thói quen, nhu cầu rửa tay rửa mặt khi cần thiết. Việc rửa tay, rửa mặt được thực hiện thường xuyên kèm theo đó là những lời động viên như: Tay bạn nào cũng rất sạch, thơm và đáng yêu. Khi đã có cơm, cô giới thiệu cho trẻ biết hôm nay ăn gì:

VD “Hôm nay chúng mình ăn cơm với tôm rim bí xanh nhé ngon ơi là ngon cơ”. Sau đó cho trẻ mời cô và bạn trước khi ăn.

- Trong giờ ăn của trẻ tôi luôn tạo điều kiện và khuyến khích trẻ tự làm: Hướng dẫn trẻ cách ngay ngắn, cách cầm thìa, khi trẻ đã cầm được rồi thì cô bắt tay trẻ xúc cơm đưa lên miệng, cô khuyến khích trẻ bằng những câu như: “ Ôi, Sơn xúc cơm giỏi thế nhỉ”, “Cơm Sơn xúc ăn ngon quá cơ”, “Hôm nay ai nấu cơm mà ngon thế nhỉ”. Mặc dù thao tác của trẻ lúc đầu rất ngượng để làm đổ, rơi vãi cơm. Nhưng, khi trẻ được tự trải nghiệm công việc của mình từ đó trẻ sẽ học hỏi, hình thành những kỹ năng cho riêng mình và biết yêu quý thành quả lao động của người khác. Khi trẻ ăn cô động viên trẻ hết xuất, nhai kỹ, khi ăn không

nói chuyện, cơm vãi thì nhặt để ở đĩa và lau tay vào khăn, khi ăn xong trẻ tự cầm bát, thìa cất đúng nơi quy định.

- Sau đó, tôi nhắc trẻ cất ghế, cũng như khi bê ghế vào bàn thì khi cất ghế trẻ phải bê lên rồi mang để vào đúng nơi quy định. Cô lấy khăn có ký hiệu riêng của trẻ và lau miệng sạch sẽ cho trẻ. Tiếp đến cô cho trẻ đi xúc miệng nước muối, khi xúc miệng nước muối cô cho trẻ lấy ca nhựa, tay cô cầm một ca để hướng dẫn trẻ cách lấy nước muối: Khi lấy nước muối cô cúi xuống tay trái cầm ca để ca dưới vòi nước dùng lực của hai đầu ngón tay ngón cái và ngón trỏ của tay phải để gạt vòi nước cho nước chảy một lượng vừa đủ, cô xúc miệng cho cơm và thức ăn còn sót lại trong miệng ra và nhổ ra chậu nhỏ có hứng ở dưới. Tiếp theo cô cho trẻ tự đi lấy ca có dán ký hiệu của mình trên ca, và cô hướng dẫn trẻ cách lấy nước uống: Khi lấy nước uống, cô cũng cúi xuống và hứng ca dưới vòi nước tay còn lại cô gạt vòi nước để cho nước chảy lượng vừa đủ để uống, cô gạt vòi nước chờ lại, sau đó cô uống hết lượng nước cô vừa lấy, uống xong cô úp ca lên giá. Khi trẻ làm cô làm cô khích lệ trẻ bằng những câu: “Bạn Ngân đã lấy được nước uống rồi đấy, giỏi quá!”...

Trong giờ ngủ:

Trước khi đi ngủ cô cho trẻ đi vệ sinh trước khi đi ngủ, tập cho trẻ tự lấy gối ngủ theo đúng ký hiệu của mình. Khuyến khích trẻ lấy gối vào đúng chỗ nằm:

Việc lấy gối vào chỗ nằm ngủ tưởng chừng như rất đơn giản mà không hề đơn giản chút nào. Trẻ nhỏ nên khả năng nhận biết của trẻ của trẻ còn chưa có, trẻ còn hiếu động, chạy nhảy chưa tự giác, một số trẻ lấy được gối ra nhưng không cầm vào chỗ nằm mà bòn tung, ném cho bạn hoặc nằm đè lên gối, tranh giành gối với bạn. Cô cần phải đưa ra những câu khích lệ khuyến khích trẻ làm theo hiệu lệnh của cô.

VD: “Hôm nay bạn nào lấy được gối vào chỗ nằm ngủ trước cô sẽ cho về sớm.”

VD “Hôm nay cô có hai phần quà giành cho bạn nào tìm được chỗ nằm trước và ngủ ngoan”.

VD: “Bạn nào ngủ ngoan cuối tuần cô sẽ thưởng cho phiếu bé ngoan.

Trẻ nằm ngủ với tư thế tự nhiên, không nói chuyện và nghịch đồ chơi trong giờ ngủ. Khi trẻ ngủ cô bật nhạc hát ru nhỏ cho trẻ ngủ, với những trẻ khó ngủ cô ngồi cạnh vỗ về trẻ ngủ. Và khi ngủ dậy, tập cho trẻ xếp gối cất vào nơi quy định. Khuyến khích trẻ cất gối.

=> Sau một thời gian thực hiện trẻ đã có kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ.

Biện pháp 3: Giáo dục kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ thông qua các hoạt động khác.

Bản chất trẻ mầm non nhanh tiếp thu nhưng cũng chóng quên nên việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong ăn - ngủ ở mọi lúc, mọi nơi thông qua các hoạt động trong ngày là vô cùng quan trọng. Trẻ quan sát, thực hành, trải nghiệm những công việc đơn giản từ đó trẻ có những kỹ năng tự phục vụ bản thân. Việc rèn kỹ năng đòi hỏi phải thường xuyên và liên tục vì vậy cô phải tiếp tục cho trẻ thực hành kỹ năng bằng cách: Cô lồng ghép vào các giờ học và vào các hoạt động trong ngày để rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ.

Giáo dục kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ thông qua giờ hoạt động với đồ vật.

- Lồng ghép nội dung giáo dục kỹ năng sống nói chung, kỹ năng ăn - ngủ nói riêng vào các môn học nhằm hình thành cho trẻ những thói quen, hành vi văn hóa, văn minh, lịch sự, lễ phép.

- Điều tôi luôn muốn rèn ở trẻ là niềm tin, sự mạnh dạn để giúp trẻ có nền tảng ngay từ độ tuổi nhỏ. Trẻ biết được khi đến giờ ăn phải vào bàn ăn, khi ăn cơm thì xúc cơm gọn gàng, bình tĩnh, không làm cơm rơi vãi. Khi vào giờ ngủ trẻ nằm ngay ngắn, mắt thì nhắm lại, không làm việc riêng trong giờ ngủ.

VD: Hoạt động phát triển ngôn ngữ, dạy trẻ bài thơ "*Giờ ăn*"

*"Đến giờ ăn cơm
Vào bàn bạn nhé
Nào thìa, bát, đĩa
Xúc cho gọn gàng
Chớ có vội vàng
Cơm rơi, cơm vãi".*

Tác giả: Lê Thị Hoa

Qua bài thơ này giáo dục trẻ thói quen xúc cơm cho gọn gàng, khi ăn thì không vội vàng mà ăn bình tĩnh, không làm cơm rơi vãi.

VD: Hoạt động phát triển ngôn ngữ, dạy trẻ bài thơ "*Giờ ngủ*"

*"Vào giường đi ngủ
Không nghịch đồ chơi
Không gọi bạn ơi
Không cười khúc khích
Không ai tỉnh nghịch
Giơ chân giờ tay
Phải nằm cho ngay
Mắt thì nhắm lại".*

(Sưu tầm)

Khi dạy trẻ bài thơ này cô giáo dục trẻ khi vào giường ngủ thì không được nghịch đồ, không nói cười, không giơ chân tay. Mà phải nằm ngay ngắn, mắt thì nhắm lại.

Giáo dục kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ thông qua giờ hoạt động vui chơi.

- Trong hoạt động vui chơi trẻ được thực hành trải nghiệm với nhiều vai chơi khác nhau phản ánh trong cuộc sống của người lớn, tôi tiến hành lồng kỹ năng tự phục vụ trong ăn ngủ vào hoạt động vui chơi. Qua đó giúp trẻ hình thành thói quen, hành vi văn minh trong sinh hoạt.

- Với những trẻ cô đã hướng dẫn cách cầm thìa xúc cơm mà trẻ vẫn chưa biết xúc trong khi mà lớp tôi hơn hai chục cháu không thể ngày nào tôi cũng bắt tay rèn cháu đấy được. Thì trong hoạt động vui chơi tôi hướng cho cháu chơi ở góc phản ánh sinh hoạt.

VD: “Trẻ bé em, lau mặt cho em, xúc cơm cho em ăn, khi ăn xong phải lau miệng cho em, cho em đi ngủ”.

Trong trò chơi này tôi đến hướng dẫn trẻ cách cầm thìa xúc cơm cho em ăn. Lâu dần thói quen cầm thìa xúc cơm của trẻ được hình thành và trẻ đã biết xúc cơm. Cũng trong trò chơi bé em trẻ biết được rằng trước khi ăn thì phải rửa tay rửa mặt sạch sẽ, khi ăn xong thì phải lau miệng, khi cho em đi ngủ trẻ biết được rằng đi ngủ phải lên giường nằm và nằm yên khi ngủ.

VD: Khi trẻ chơi trò chơi nấu ăn, trong quá trình trẻ chơi trẻ sẽ thôi thúc trẻ học cách cầm thìa, cầm muôi, và bê bát. Qua trò chơi này, dần dần sẽ hình thành kỹ năng biết cầm thìa để xúc cơm ở trẻ.

=> Cứ như vậy qua các hoạt động tôi uốn nắn, giáo dục, rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ những thói quen, hành vi tốt. Qua việc làm này tôi thấy trẻ rất thích được làm công việc tự phục vụ cho mình, trẻ tự tin hơn, mạnh dạn, khéo léo hơn trong các hoạt động khác. Trẻ rất thích và phấn khởi làm một số công việc tự phục vụ, tạo cho trẻ hình thành phát triển kỹ năng sống trong giai đoạn sau.

Biện pháp 4: Công tác phối kết hợp với phụ huynh trong việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ

Với phương châm “Trường học là nhà, nhà là trường học” thì việc phối kết hợp với các bậc phụ huynh là một trong những biện pháp rất cần thiết để giáo dục trẻ. Nhiều bậc phụ huynh hiện nay cho rằng con còn nhỏ thì chưa cần phải rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ hay chỉ quan tâm đến việc rèn kiến thức cho trẻ mà không quan tâm đến việc rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ. Khi trẻ về nhà vì gia đình ít con nên phụ huynh thường xúc cơm bón cho con ăn, thậm chí còn cho trẻ đi ăn rong khắp nhà, lấy nước cho con uống. Khi đi ngủ có nhiều phụ huynh còn bế con đi dong khắp nhà khi trẻ ngủ rồi mới cho trẻ nằm xuống giường. Nói chung là tất cả mọi việc cá nhân của trẻ cha mẹ trẻ thường sợ con mình không làm được nên làm hộ trẻ. Từ đó dẫn đến hệ lụy trẻ thường ỷ lại dựa dẫm, không có khả năng tự phục vụ bản thân. Nhiều trẻ còn nhút nhát, chưa mạnh dạn, tự tin, không thích tham gia các hoạt động. Vì vậy tôi luôn tìm cách tuyên truyền với phụ huynh trong việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ. Từ đó, phụ huynh hiểu được tầm quan trọng của việc rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ và thông cảm, chia sẻ với giáo viên trong việc rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ khi ở nhà.

Gia đình- Nhà trường là nhân tố quan trọng trong việc hình thành nhân cách cho trẻ. Vì vậy việc rèn kỹ năng cho trẻ cần phải phối kết hợp giữa gia đình - nhà trường mới đạt kết quả tốt. Chính vì vậy mà tôi đã tuyên truyền và kết hợp với phụ huynh qua những nội dung tuyên truyền sau:

***Tuyên truyền qua các buổi họp phụ huynh**

- Trong buổi họp phụ huynh đầu năm tôi mạnh dạn trao đổi với phụ huynh về tầm quan trọng của giáo dục kỹ năng tự phục vụ cho trẻ nhà trẻ: Nếu trẻ không có kỹ năng tự phục vụ bản thân, các con sẽ không thể chủ động và tự lập trong cuộc sống hiện đại. Vì vậy việc rèn luyện những kỹ năng tự phục vụ cho trẻ là một trong những nhiệm vụ trọng tâm để phụ huynh nhận thức rõ vấn đề để cùng nhà trường giáo dục trẻ. Tôi gặp gỡ trao đổi với bậc phụ huynh hằng ngày trong giờ đón trả trẻ về sự tiến bộ hay những hạn chế của trẻ và những kỹ năng mới tôi đã rèn để phụ huynh nắm bắt kịp thời và tiếp tục rèn luyện cho trẻ ở nhà.

VD: “Bạn Sơn hôm nay đã biết cầm thìa xúc cơm ăn, nhưng vẫn còn rơi vãi nhiều. Phụ huynh giúp cô về cùng rèn cho con để con không làm rơi vãi cơm nữa ạ”.

***Tuyên truyền qua giờ đón -trả trẻ**

- Qua các buổi đón trả trẻ tôi gặp gỡ trao đổi với bậc phụ huynh hằng ngày về tầm quan trọng của việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ. Trao đổi về sự tiến bộ hay những hạn chế của trẻ và những kỹ năng mới tôi đã rèn để phụ huynh nắm bắt kịp thời và tiếp tục rèn luyện cho trẻ ở nhà.

VD: Bạn Sơn hôm nay đã biết cầm thìa xúc cơm ăn, nhưng vẫn còn rơi vãi nhiều. Phụ huynh giúp cô về cùng rèn cho con để con không làm rơi vãi cơm nữa nhé.

*** Tuyên truyền qua nhóm Zalo, bảng tuyên truyền của lớp**

- Thông qua nhóm Zalo của lớp, tôi còn cho phụ huynh thấy hình ảnh con em mình trong giờ ăn - ngủ ở lớp. Hướng dẫn cho các bậc phụ huynh biết về các kỹ năng cần làm để rèn kỹ năng giờ ăn- ngủ cho trẻ.

- Hướng dẫn cho các bậc phụ huynh biết về các kỹ năng cần làm để rèn kỹ năng ăn- ngủ cho trẻ. Tôi cũng cho phụ huynh hiểu rõ rằng: Trẻ nhỏ như tờ giấy trắng những hành động, những việc làm, lời nói của người lớn trẻ sẽ bắt chước và học theo. Chính vì vậy ở nhà phụ huynh luôn là những tấm gương, có những hành vi văn hóa mẫu mực là thước đo chuẩn của trẻ.

Cùng với sự phối kết hợp của phụ huynh tôi nhận thấy trẻ lớp tôi thay đổi rất nhiều trong việc tự phục vụ bản thân trẻ trong giờ ăn - ngủ và có nề nếp tốt hơn trong giờ ăn ngủ.

III.2. Tính mới, tính sáng tạo:

III.2.1. Tính mới:

- Tôi đã nghiên cứu thành công đề tài: *“Một số biện pháp rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ 24-36 tháng tuổi tại trường mầm non”* với một số biện pháp như sau:

Biện pháp 1: Xây dựng kế hoạch rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ.

Biện pháp 2: Hướng dẫn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ trong giờ ăn - ngủ.

Biện pháp 3: Giáo dục kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ thông qua các hoạt động khác.

Biện pháp 4: Công tác phối kết hợp với phụ huynh trong việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ

- Biện pháp đưa ra không trùng với các nội dung biện pháp của bản thân đã thực hiện trước đó.

- Biện pháp không trùng với biện pháp của người khác đã được áp dụng trước đó.

III.2.2. Tính sáng tạo:

- Đã tìm ra biện pháp hữu hiệu để thực hiện tốt việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ tại trường Mầm non một cách có hiệu quả, sát thực tế.

- Phụ huynh có chuyển biến tốt, quan tâm đến việc rèn kỹ năng cho trẻ nhiều hơn, chủ động kết hợp với giáo viên để rèn kỹ năng cho trẻ thêm tại gia đình.

- Góp phần không nhỏ, làm cải tiến cách thức rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ tại lớp và ở nhà.

III. 3. Phạm vi ảnh hưởng, khả năng áp dụng của sáng kiến

- Biện pháp đưa ra đã được triển khai, áp dụng tại lớp nhà trẻ D2 trường Mầm non Ngũ Phúc đạt hiệu quả, các biện pháp đưa ra phù hợp với trẻ. Qua đó, bản thân tôi nhận thấy có thể áp dụng biện pháp đối với các lớp nhà trẻ trong trường và các lớp nhà trẻ tại các trường Mầm non trong toàn huyện để việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ đạt hiệu quả cao.

- Biện pháp đưa ra áp dụng phù hợp với đối tượng tác động phù hợp với điều kiện thực tế của trường, phù hợp với phụ huynh, trong những năm tiếp theo có thể áp dụng biện pháp này để việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ đạt kết quả tốt.

III.4. Hiệu quả, lợi ích thu được từ sáng kiến

a. Hiệu quả kinh tế:

- Qua việc thực hiện sáng kiến giúp trẻ có kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ, phụ huynh nhận thấy những trẻ đến trường sớm kỹ năng tự phục vụ của trẻ được tăng cao, từ đó phụ huynh sẽ cho con ra lớp sớm hơn, số trẻ đi học tăng so với tháng 9/2024 là 8 cháu, đã đạt chỉ tiêu đề ra.

- Qua việc thực hiện các biện pháp đã giúp cho bản thân giáo viên có thêm kinh nghiệm trong việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ 24-36 tháng. Các biện pháp trên không mất kinh phí mà vẫn có thể thực hiện tốt.

b. Hiệu quả về mặt xã hội:

- Sáng kiến đã giúp cho phụ huynh xóa bỏ được tư tưởng chỉ chú trọng đến kiến thức của trẻ không quan tâm đến việc rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ đặc biệt là trẻ nhà trẻ. Từ đó, phụ huynh sẽ hiểu được tầm quan trọng của việc rèn kỹ năng tự phục vụ cho con, chủ động phối kết hợp cùng với giáo viên qua đó nâng cao chất lượng chăm sóc, giáo dục trẻ.

- Sáng kiến là cầu nối gắn kết giữa gia đình và nhà trường, giữa cô với trẻ và phụ huynh. Từ đó, giúp cho việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ đạt được hiệu quả cao nhất. Sáng kiến đã đưa ra các biện pháp hữu hiệu giúp trẻ mạnh dạn, tự tin hơn khi tham gia các hoạt động.

c. Giá trị làm lợi khác:

Sáng kiến này đã được thực hiện có hiệu quả tại trường Mầm non Ngũ Phúc, thu hút sự quan tâm của các bậc phụ huynh có con trong độ tuổi 24-36 tháng. Phụ huynh phấn khởi hơn khi thấy con tự súc cơm ăn, tự lấy nước uống và tự đi ngủ, tự làm những việc trong giờ ăn ngủ mà không cần người lớn giúp, qua đó yên tâm khi gửi con tại trường. Đó là nguồn động lực giúp giáo viên cố gắng hơn trong công tác chăm sóc- giáo dục trẻ.

Trên đây là những kinh nghiệm thực tế khi tôi áp dụng sáng kiến "*Một số biện pháp rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ 24- 36 tháng tuổi tại trường mầm non*" và đã có kết quả đáng khích lệ.

Tôi rất mong được sự đóng góp của đồng nghiệp và hội đồng khoa học các cấp để sáng kiến của tôi hoàn thiện hơn./.

Tôi xin chân thành cảm ơn!

CƠ QUAN ĐƠN VỊ
ÁP DỤNG SÁNG KIẾN



HIỆU TRƯỞNG
Phạm Thị Nga

Ngũ Phúc, ngày 15 tháng 02 năm 2024
TÁC GIẢ SÁNG KIẾN

Phạm Thị Thủy

ĐƠN ĐỀ NGHỊ XÉT, CÔNG NHẬN SÁNG KIẾN

Năm học 2025

Kính gửi: Hội đồng đánh giá hiệu quả áp dụng và phạm vi ảnh hưởng cấp
cơ sở huyện Kiến Thụy cho các sáng kiến năm 2025

Họ và tên: PHẠM THỊ THUY

Chức vụ, đơn vị công tác: Giáo viên- Trường Mầm non Ngũ Phúc

Tên sáng kiến: *"Một số biện pháp rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn -
ngủ cho trẻ 24-36 tháng tuổi tại trường Mầm non"*

Lĩnh vực áp dụng sáng kiến: Giáo dục mầm non

1. Đơn vị áp dụng sáng kiến

Tên đơn vị: Trường mầm non Ngũ Phúc

Địa chỉ: Nghi Dương - Ngũ Phúc - Kiến Thụy - Hải Phòng

Điện thoại: 02256629996

I. Mô giải pháp đã biết:

Việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ là vô cùng quan trọng và cần thiết. Trẻ được uốn nắn từ nhỏ, giáo dục từng cử chỉ, việc làm nhỏ thì mới tạo thành kỹ năng tự phục vụ sẽ giúp trẻ hình thành con người, nhân cách cho trẻ, dễ hòa nhập, thích ứng với cuộc sống môi trường xung quanh, trẻ biết làm chủ bản thân có ích cho bản thân, gia đình và xã hội.

* *Ưu điểm:* Sáng kiến đã đưa ra các giải pháp của giáo viên để nâng cao chất lượng rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ 24-36 tháng tuổi tại trường mầm non. Các giải pháp đã định hướng cho giáo viên một số kỹ năng khi rèn kỹ năng tự phục vụ

* *Hạn chế, bất cập của giải pháp:* Tuy nhiên, những giải pháp của sáng kiến này đến nay đã không còn mới.

- Các giải pháp còn chung chung, chưa cụ thể, chưa quan tâm nhiều đến việc rèn kỹ năng tự phục vụ, còn quá lan giải, quá rộng.

- Các giải pháp trên chưa cụ thể hóa phối kết hợp với phụ huynh rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ. Đặc biệt là trong giờ ăn ngủ.

II. Nội dung giải pháp đề nghị công nhận sáng kiến

II.1. Nội dung giải pháp đề nghị công nhận sáng kiến:

Trong quá trình rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ. Tôi thiết nghĩ mình cần có trách nhiệm chính trong việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ. Chính vì vậy, tôi đã lựa chọn đề tài "Một số biện pháp rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ 24-36 tháng tuổi tại trường mầm non" làm đề tài sáng kiến kinh nghiệm của mình.

II.2 Tính mới, tính sáng tạo:

* *Tính mới:* Tôi đã nghiên cứu thành công đề tài "Một số biện pháp rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ 24-36 tháng tuổi tại trường mầm non" đạt hiệu quả tốt. Thông qua một số biện pháp:

Biện pháp 1: Xây dựng kế hoạch rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ.

Biện pháp 2: Hướng dẫn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ trong giờ ăn - ngủ.
Biện pháp 3: Giáo dục kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ thông qua các hoạt động khác.

Biện pháp 4: Công tác phối kết hợp với phụ huynh trong việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ

- Biện pháp đưa ra không trùng với các nội dung biện pháp của bản thân đã thực hiện trước đó.

** Tính sáng tạo:*

- Đã tìm ra biện pháp hữu hiệu để thực hiện tốt việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ tại trường Mầm non một cách có hiệu quả, sát thực tế.

- Phụ huynh có chuyển biến tốt, quan tâm đến việc rèn kỹ năng cho trẻ nhiều hơn, chủ động kết hợp với giáo viên để rèn kỹ năng cho trẻ thêm tại gia đình.

- Góp phần không nhỏ, làm cải tiến cách thức rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn - ngủ cho trẻ tại lớp và ở nhà.

II.3. Hiệu quả, lợi ích thu được do áp dụng giải pháp

a) *Hiệu quả kinh tế:* Tiết kiệm được thời gian và nâng cao hiệu quả hoạt động giáo dục.

Không tốn kinh phí đầu tư.

b) *Hiệu quả về mặt xã hội:*

- Sáng kiến đã giúp cho phụ huynh xóa bỏ được tư tưởng chỉ chú trọng đến kiến thức của trẻ không quan tâm đến việc rèn kỹ năng tự phục vụ cho trẻ đặc biệt là trẻ nhà trẻ.

- Sáng kiến là cầu nối gắn kết giữa gia đình và nhà trường, giữa cô với trẻ và phụ huynh. Từ đó, giúp cho việc rèn kỹ năng tự phục vụ trong giờ ăn- ngủ cho trẻ đạt được hiệu quả cao nhất. Sáng kiến đã đưa ra các biện pháp hữu hiệu giúp trẻ mạnh dạn, tự tin hơn khi tham gia các hoạt động.

c) *Giá trị làm lợi khác:* Sáng kiến này đã được thực hiện có hiệu quả tại trường Mầm non Ngũ Phúc, thu hút sự quan tâm của các bậc phụ huynh có con trong độ tuổi 24-36 tháng. Phụ huynh phấn khởi hơn khi thấy con tự súc cơm ăn, tự lấy nước uống và tự đi ngủ, tự làm những việc trong giờ ăn ngủ mà không cần người lớn giúp, qua đó yên tâm khi gửi con tại trường.

II.4. Khả năng nhân rộng: Đề tài này phù hợp với tất cả trẻ 24-36 tháng tuổi tại trường mầm non Ngũ Phúc và có thể áp dụng trong tất cả các trường mầm non trong toàn huyện.

II.5. Phạm vi ảnh hưởng: Đề tài được thực hiện từ tháng 9/2024 đến tháng 12/2024 trong trường Mầm non Ngũ Phúc. Các biện pháp để thực thi, có hiệu quả thiết thực, có thể áp dụng đại trà trong các trường Mầm non trong toàn huyện và các nhóm trẻ độc lập, tư thục.

Kiến Thụy, ngày 05 tháng 2 năm 2025

NGƯỜI VIẾT ĐƠN

Phạm Thị Thủy