

Naslov članka/Article:

Igrivo o osebni higieni in razvoj otrokovega pojmovanja

Fun Personal Hygiene Activities for Children and Concept Development

Avtorici/Authors:

Tiffany Čater, dr. Nikolaja Golob

CC licenca



Priznanje avtorstva-Nekomercialno-Brez predelav



Razredni pouk, št. 2-3/2024, letnik 26

ISSN 1408-7820

Izdal in založil: Zavod Republike Slovenije za šolstvo

Kraj in leto izdaje: Ljubljana, 2024

Spletna stran revije:

<https://www.zrss.si/strokovne-revije/razredni-pouk/>



Slika 1: Branje zgodbe o higieni zob
Foto: Tina Maček, 2024



✦
Tiffany Čater,
študentka Pedagoške
fakultete Univerze v
Mariboru



✦
Dr. Nikolaja Golob,
Pedagoška fakulteta,
Univerza v Mariboru

Igrivo o osebni higieni in razvoj otrokovega pojmovanja

Fun Personal Hygiene Activities for Children and Concept Development

IZVLEČEK: Ob ustrezno načrtovanih in pripravljenih igrih dejavnostih s področja higiene je mogoče preveriti napredek otrok pri razumevanju pojma čistoče, poznavanju mikrobov, pomenu umivanja rok z milom in toplo vodo, poznavanju pripomočkov za osebno higieno ter pomenu umivanja zob z zobno kremo. Prav tako nekatere predstavljene raziskave poročajo o tem, da je z izvajanjem načrtovanih dejavnosti na temo osebne higiene pri otrocih mogoče opaziti napredek v znanju, veščinah in razumevanju. Tudi mi smo v ta namen načrtovali tedenske dejavnosti s področja higiene. Rezultati, ki smo jih dobili po izvedbi dejavnosti, so pokazali napredek otrok v razvoju pojmovanja osebne higiene.

Ključne besede: osebna higiena, dejavnosti v vrtcu ali prvem razredu osnovne šole, razvoj pojmovanja otrok, napredek

Abstract With well-planned and engaging hygiene activities, it is possible to assess children's progress in grasping the concept of cleanliness, understanding germs, recognising the value of washing hands with soap and warm water as well as tooth brushing with toothpaste, and knowledge about personal care products. According to some collected data, organised personal hygiene activities help youngsters improve their knowledge, skills, and comprehension. We prepared weekly hygiene activities for this reason. The findings suggest that the children began to comprehend personal hygiene better.

Keywords: personal hygiene, kindergarten or first-grade activities, concept development in children, progress

Uvod

»Higiena telesa je za otroka enako pomembna kot za odraslega« (Kriegisch in Sommer, 2001, str. 249). Že od prvih let otroštva je pomembno, da odrasli seznanjajo otroke s higienskimi pravili in jih naučijo poskrbeti za osebno higieno. Z zdravimi higienskimi navadami bo otrok poskrbel za lastno zdravje in povečal samozavest (Lakrori in Nika, 2017). Torej je ključnega pomena, da se privzganje higienskih navad začne že v otroški dobi. Poleg otrok je o higienskih navadah treba seznaniti tudi vzgojitelje in učitelje, ki z otroki dan za dnem delajo (Jereb, Ovca, Bauer, Tomažič in Likar, 2009).

Skrb za osebno higieno je normalen del človeškega vsakdanjika. Otroke je treba v zgodnjem otroštvu navajati na osebno higieno in jih seznaniti z njenimi pozitivnimi vidiki, da bodo pozneje razvili ustrezne higienske navade. Otroci, še zlasti mlajši, ne zmorejo abstraktno razmišljati ali si predstavljati in razumeti stvari, ki jih ni mogoče videti s prostim očesom (npr. mikrobi). Še posebej težko razumejo, kako nevarni so lahko mikrobi ter kako se prenašajo. Zato je pomembno, da jim odrasli povedo in jim pomagajo razumeti, zakaj je osebna higiena pomembna za zdravje vsakega posameznika.

Vloga odraslih pri skrbi za osebno higieno otrok

Otroci se veliko naučijo že z opazovanjem in posnemanjem ravnanja odraslih, saj so odrasli s svojim ravnanjem vzor. Pomembno je, da starši otroke že od samega začetka vzpodbujajo k usvojitvi osnovnih higienskih navad (Bajrič idr., 2020). Znano je, da otroci zelo radi posnemajo odrasle, zato je pomembno, da jih ti učijo z zgledom in jim dovolijo, da jih opazujejo, npr. pri tem, kako si umivajo roke pred jedjo, kako si počeshejo lase, kako si umivajo zobe ... (Seix in Noguera, 2018).

Pri skrbi za osebno higieno morajo tudi otroci poznati in redno uporabljati higienske pripomočke. Odrasli jim naj te predstavijo in se pogovorijo o tem, kateri pripomočki so za osebno uporabo in kateri za skupno uporabo z drugimi družinskimi člani (Lakrori in Nika, 2017).

Odrasli morajo poskrbeti, da bo umivanje otroke zabavalo in jim bo postalo prijetna navada. Otrokom naj pojasnijo, kaj so to bakterije. Pri tem si lahko pomagajo s slikanicami. Za nasvet in pomoč pa lahko prosijo tudi zdravnika, zobozdravnika ali medicinsko sestro (Shapiro, Skinulis in Skinulis, 2006). Vloga odraslih je tudi to, da otroke izkušnje z nevidnimi bitji (mikrobi) povežejo z razmišljanjem o zdravju ter higieni zob in rok. Pri tem morajo biti pozorni na to, da se pri otroku ne razvije pretiran strah pred njimi (Kurikulum za vrtce, 1999).

Umivanje rok in zob sta pomembni vsakdanji veščini, ki se odraslim zdita čisto preprosti, saj ju obvladajo in opravijo samodejno. Pri otrocih pa ni tako. Žal veliko otrok pride v vrtec in tudi v šolo, ne da bi jim bilo umivanje rok ali zob samoumevno (Pitamic, 2013).

Če odrasli poznamo teorijo umivanja rok, to še ne pomeni, da jo poznajo tudi otroci. O pomenu umivanja rok jih je treba učiti, moramo jih naučiti, kdaj in kako si roke umivamo. Pri tem moramo ozavestiti, kdaj si umijemo roke, kaj potrebujemo pri umivanju, kakšna je pravilna tehnika ter koliko časa si roke umivamo (Jereb in Tomažič, 2009). Ko bo otrok vedel in usvojil, kako si pravilno umiti roke, bo zadovoljen s tem, na svoj dosežek pa bo ponosen (Pitamic, 2013).

Znanje o umivanju rok se ne prenaša samo s staršev na otroke, svoj delež prispevajo tudi vzgojitelji v vrtcih in učitelji v šolah. Vendar če si odrasli znajo umiti roke, pa tega znanja ne uporabljajo vestno in dosledno, potem ne moremo pričakovati, da bodo otroci osnovne zakonitosti umivanja rok usvojili čisto sami, brez spodbude in poučevanja (Jereb in Tomažič, 2009). Odrasli morajo biti torej s svojim higienskimi vedenjem zgled otrokom. Ključnega pomena je, da otroke pogosto spodbujajo k pravilnemu in doslednemu umivanju rok, kadar je to potrebno, ter jih pri tem tudi spremljajo in po potrebi vodijo (Bajrič idr., 2020).

Podobno kot pri razumevanju pomena umivanja rok je tudi pri umivanju zob. Pitamic (2013) poudarja, da otroci ne razumejo dolgoročnega pomena umivanja zob. Odrasli morajo umivanje zob otrokom privzgojiti že v zgodnjih letih. Dobro je, da jim pri tem pomaga tudi zobozdravnik in otrokom pojasni, zakaj si je treba umivati zobe. Odrasli morajo otrokom povedati, kdaj si je treba umiti zobe, ter jih naučiti, da ima vsak družinski član svojo zobno ščetko.

Dejavnosti na temo osebne higiene v vrtcu

V vrtcu se otroci hitro navajajo na skrb zase in higieno. Pri tem jim pomagajo vzgojitelji. Nega in higiena otrok v vrtcu vključuje umivanje rok in zob, odhode na stranišče in splošno skrb zase (Dolar Bahovec, 1999; povz. po Lepičnik Vodopivec in Hmelak, 2020).

Tudi v Kurikulumu za vrtce (1999) in v učnem načrtu Spoznavanje okolja najdemo jasno zapisanih nekaj ciljev ter primerov dejavnosti, povezanih s higieno - otrok pridobiva navade o negi telesa, spoznava svoje telo, spoznava, kako se varuje pred boleznimi in škodljivimi snovmi in podobno. Med primeri dejavnosti je zapisano, da »otrok opazuje živa bitja (npr. mikrobe) s pomočjo povečeval (npr. ročna lupa, stereomikroskop), išče informacije o živih bitjih (npr. mikrobih) v različnih medijih (slikanice, knjige, filmi itn.).

V sklopu diplomske naloge Čater (2023) smo tudi mi želeli otrokom na zanimiv in igrivo predstavljen način približati osebno higieno, skrb zanjo ter pomembnost uporabe določenih pripomočkov. V ta namen smo pripravili štiri načrtovane usmerjene dejavnosti, v sklopu katerih smo z aktivnimi načini dela, kot so izvedba eksperimentov, uporaba modela, ogled fotografij ter uporaba konkretnih pripomočkov, otrokom od bližje predstavili osebno higieno, higieno rok, higieno zob in mikrobe. Načrtovane usmerjene dejavnosti smo tematsko poimenovali in jih izvedli v enem tednu, natančneje v štirih dneh. Raziskovalni vzorec je sestavljajo 16 otrok 2. starostnega obdobja, starih od 3 do 4 leta. V nadaljevanju bomo dejavnosti predstavili opisno in s fotografijami. Pred izvedbo in po koncu izvedbe vseh načrtovanih usmerjenih dejavnosti pa smo s pomočjo individualnih intervjujev ugotovili, ali so otroci dosegli napredek v razvoju pojmovanja o osebni higieni.

Osebna higiena - zakaj je pomembno, da se umivamo?

Ob prebrani knjigi smo otrokom zastavljali vprašanja povezana z osebno higieno. Prav tako smo se pogovorili o pojmu čistoča. Že med prvim intervjuvanjem se je izkazalo, da otroci ne vedo, kaj pomeni beseda čistoča. Odgovarjali so: »To je voda.« »Čistoča je taka, ko ustvarjaš neke stvari.« »Da dež pada.« ipd. Pri tem vprašanju so potrebovali največ naše pomoči in razlage. Skupaj smo prišli tudi do spoznanja, da si moramo nekatere dele telesa pogosteje umivati. Ob tem so pomagale slike različnih dejavnosti, ki so prikazovale npr. igro na igrišču, stik z živaljo, uporabo stranišča ...

V drugem delu dejavnosti pa je bil poudarek na spoznavanju pripomočkov za osebno higieno (slika



Slika 1: Ogled slik na temo umivanja
Foto: Tina Maček, 2024

2), ki smo jih skrili v »vrečko presenečenja«. V vrečki je bilo tudi nekaj takšnih pripomočkov, za katere smo menili, da jih otroci ne poznajo. Otroci so pripomočke prepoznali, nekaj težav pa so imeli pri bolj netipičnih, in sicer pri gobici za umivanje, krtački za nohte, strgalu za podplate in trdem milu. Pri vsakem od teh pripomočkov smo otrokom povedali, za kaj se uporablja. Spet smo bili pozitivno presenečeni, saj je en deček vedel, kaj je to strgalo za podplate in za kaj se uporablja krtačka za nohte. Povedal je, da njegov oče pogosto uporablja krtačko za nohte, ker veliko dela in ima potem zelo umazane nohte. Pokazal nam je, kako se krtačka uporablja. Drugi deček pa nam je prikazal uporabo ščipalca za nohte. Pri spoznavanju trdega mila je ena deklica rekla, da ima njen dedi to doma, samo da ne ve, kaj je. Otrokom smo povedali, da je to trdo milo. Trdo milo smo primerjali s tekočim in spodbudili otroke, da naj poskušajo ugotoviti, kaj je glavna razlika med njima. Otroci so ugotovili, da se razlikujeta po barvi, nihče pa ni rekel, da tudi po trdoti. Trdo milo smo dali potem tudi naokrog, da so ga vsi lahko prijeli v roke, ga potipali in poduhali.



Slika 2: Spoznavanje pripomočkov za osebno higieno – brisača
Foto: Tina Maček, 2024

Mikrobi - spoznajmo jih

Drugi dan smo z otroki spoznavali mikrobe. Ugotovili smo, da otroci niso seznanjeni s pravilnim poimenovanjem – *mikrobi*, temveč jim je bližji izraz *bacili*. Tudi sami so nam pritrdili, da besede mikrobi še niso slišali. Z otroki smo besedo večkrat ponovili, nato



Slika 3: Pogovor o mikrobih
Foto: Tina Maček, 2024



Slika 4: Ogled mikrobov
Foto: Tina Maček, 2024

pa smo spoznavali mikrobe. Najprej nam je bila v pomoč slika roke, na kateri so bili prikazani različni mikrobi (slika 3). Ob sliki so otroci spoznali, da so mikrobi različnih oblik in velikosti. Pogovorili smo se tudi o tem, kje vse se mikrobi nahajajo. Za lažje razumevanje prenosa mikrobov smo z otroki izvedli še preprost eksperiment z bleščicami. V razpršilko smo nalili vodo in vanjo vsuli bleščice, ki so predstavljale mikrobe. Popršili smo si roko in se dotaknili druge roke ter stvari in predmetov v bližini. Tako so otroci spoznali kako hitro se mikrobi prenesejo na vse, česar se dotaknemo. Mikrobe pa smo si tudi od bližje pogledali s pomočjo improviziranega »mikroskopa«, ki smo ga sami izdelali in realnega posnetka mikrobov preko telefona (slika 4). Otroke smo seznanili z mikroskopom ter se naučili še pravilnega gledanja skozenj. V zadovoljstvo nam je bilo, da je bil eksperiment z bleščicami otrokom všeč in so ga prav vsi z veseljem opravili. Vendar pa je otroke najbolj pritegnil prav »mikroskop«. Prav zanimivo je bilo poslušati njihove komentarje ob gledanju skozi »mikroskop«, kot so: »Vidim gosenice. Fuj, kako lezejo. Bacili so. Lej mikrone. Mikrobi lezejo na drugo stran čevlja. Bibike so tu. Ne dela, nima baterij. (Posnetek se je nehal predvajati, zato otrok ni ničesar videl.) Strah me je«. (Deček se je ustrašil, da bodo mikrobi prišli ven, zato je hitro zbežal stran.).

Higiena rok - zakaj je pomembna uporaba mila in tople vode?

Otroci so bili pred izvedbo dejavnosti pri umivanju rok še precej nespretni in so potrebovali veliko spodbud in opominjanja, da si je treba roke pogosto umivati. Zato smo se odločili, da se bomo skupaj naučili pravilne tehnike umivanja rok. Skozi dejavnost smo bili še posebej pozorni na to, da bomo umivanje rok otrokom res dobro predstavili in jim ga čim bolj približali. Najprej smo njihovo pozornost pritegnili z zmesjo zemlje in vode, v katero smo položili svojo roko, da je ta postala umazana. Ob tem smo vodili pogovor o umivanju rok, pogovorili smo se, da se z umazanimi rokami ne dotikamo obraza, saj lahko potem zbolimo. Ob pripravljenih slikah smo zopet ponovili, kdaj si moramo umivati roke. Prav tako smo ponovili tudi, katere pripomočke potrebujemo pri umivanju rok. Otroci so vedeli, da potrebujemo milo, brisačo in vodo. Ob tem smo poudarili, da je zelo pomembno, da si roke umijemo s toplo vodo, saj lahko le tako odstranimo večji del mikrobov. Otroke smo vprašali, kaj mislijo, zakaj je milo pomembno pri umivanju. Otroci so odgovorili da zato, da roke niso umazane, mi pa smo jih ob tem spomnili na mikrobe, ki so jih spoznali prejšnji dan. Povedali smo jim, da le milo lahko povsem uniči mikrobe in jih spere z rok.

Da bi si otroci bolj zapomnili in razumeli vlogo mila, smo pokazali eksperiment z milom in poprom. V krožnik smo nalili vodo in vanjo vsuli poper, ki je predstavljal mikrobe. Nato smo pomočili prst v krožnik. Opazili smo, da na prstu ostane poper, da pa bi poper odstranili s prsta, smo uporabili milo in ponovili postopek. Milo je odstranilo poper (mikrobe) in naše roke so bile čiste. Tudi otroci so kasneje sami izvedli eksperiment in dobro opazovali, ali se bo kaj zgodilo (slike 5–9). Izkušnjo iz eksperimenta smo lahko povezali z vsakdanjim življenjem (umivanje rok). Nekaj odgovorov otrok med izvedbo eksperimenta: »To je čarovnija. Kar skočilo je v stran. Milo res pomaga. Vau, kako dobro. Še lahko poskusim?«.

Sledila sta še predstavitev in učenje pravilne tehnike umivanja rok. Predstavitev je potekala kar v igralnici pred umivalnikom. Da je bilo umivanje bolj zabavno, pa smo ob tem pripovedovali še zgodbo o traktorju, ki jo lahko najdemo na spletni strani NIJZ. Bili smo prav presenečeni, da so nas otroci res budno opazovali in spremljali. Po predstavitvi smo v manjših skupinah s po štirimi otroki odšli v umivalnico in se skupaj naučili to tehniko (Slike 10–12). Nato smo »na suho« ponovili zgodbo in pravilno tehniko umivanja rok. Kasneje pa so si otroci roke še zares umili. Opazili smo, da so bili



Sliki 5 in 6: Opazovanje otrok med eksperimentom
Foto: Tina Maček, 2024

pri umivanju rok tokrat resnično bolj zainteresirani in so upoštevali vsa navodila. Zanimivo jih je bilo opazovati, ko so se med seboj opozarjali, da ne smejo vzeti več kot eno kapljico mila in eno brisačko. Čez dan smo opazili, da so nekateri otroci v celoti ali vsaj delno usvojili tehniko pravilnega umivanja rok; kar je bilo razveseljivo.





Slike 7–9: Utrjevanje umivanja rok v umivalnici
Foto: Tina Maček, 2024

Ustna higiena - zakaj je pomembna uporaba zobne kreme?

Iz knjige Naše čisto telo, čiste roke in čisti zobje (Jeong, 2011) smo otrokom prebrali odlomek, ki govori o umivanju zob (slika 13). Nato smo si ogledali slike, ki prikazujeta čiste in umazane zobe. Otroci so takoj opazili razliko in so znali določiti, kateri zobje so zdravi. Na vprašanje, zakaj si moramo umivati zobe, so največkrat odgovorili, da zaradi črvov, ki napadejo naše zobe, če so umazani, zato, da zobje ne izpadejo, ker jim starši tako naročijo ... Otrokom smo preprosto razložili, kaj se dogaja z zobmi, če si jih ne umivamo redno. Pogovarjali smo se tudi o tem, kaj škoduje zdravju zob. Otroci so že dobro vedeli, da jim najbolj škoduje sladkor, ki je v jedeh in tudi v pijačah. Skupaj smo našli nekaj za zobe škodljive hrane (npr. vse vrste sladkarij) in povedali, katera hrana in pijača je pomembna za zobe in prispeva k temu, da so bolj zdravi in močnejši (npr. določeno sadje in zelenjava, voda, mleko in mlečni izdelki, nesladkani čaji). Ob vprašanju, kolikokrat si umijejo zobe, so otroci največkrat navedli, da zjutraj pred prihodom v vrtec ter zvečer. Nekateri otroci pa si zobe umivajo tudi v vrtcu po obrokih. Sledilo je vprašanje o pripomočkih za umivanje zob. V večini so vsi otroci našli vsaj zobno kremo ali ščetko. Otrokom smo povedali, da obstaja zobna krema za odrasle in za otroke. Nekaj pozornosti smo namenili še zobni ščetki. Povedali smo, da mora imeti zobna ščetka ravne in čvrste ščetine, sicer jo je treba zavreči in kupiti novo. Ker pa si vsi otroci v oddelku še ne umivajo sami zob, smo se odločili, da si skupaj ogledamo posnetek pravilne tehnike umivanja zob, nato smo se o tem še pogovarjali.

Osredotočili smo se na zobno kremo in na njen pomen pri umivanju zob.

Otrokom smo povedali, da zobna krema vsebuje posebno snov (fluorid), ki pomaga pri čiščenju umazanije, zaščiti zobe in jih naredi močnejše. Za lažjo predstavbo o pomembnosti zobne kreme za naše zobe smo naredili eksperiment z jajcem (Slike 14–16). Zunanost jajca, torej jajčna lupina, je po sestavi podobna našim zobem. Tako zobje kot jajčna lupina so iz kalcija. Prav vsebnost kalcija daje zobem trdoto in moč, da z lahkoto zagrizemo, grizemo in žvečimo različno hrano. Kisline, ki so v sadnih sokovih, gaziranih pijačah, kavi pa tudi v hrani, lahko pustijo razjede in barvne madeže na zobeh. Podobno pa se zgodi tudi pri jajčni lupini. In prav ta pojav, obarvanost, lahko opazujemo pri eksperimentu z jajcem. Ker smo del eksperimenta za lažjo izvedbo v vrtcu pripravili že doma, smo otrokom ob slikah razložili, kaj smo naredili z jajcem, da se je tako obarvalo. Jajce smo do trdega skuhalo in ga potopili v skodelico gazirane pijače, kole. Po enem dnevu se je lupina jajca obarvala rjavo. Ko smo vzeli ščetko in poskusili jajce očistiti samo z vodo, smo ugotovili, da ga ne moremo očistiti. Nato smo ponovili še z uporabo zobne kreme. Ob uporabi zobne kreme je bil viden rezultat, in sicer je rjavo plast bilo mogoče odstraniti. Ker smo želeli, da tudi otroci dobijo to izkušnjo, smo vsem omogočili izvedbo eksperimenta. Otroci so se posedli za mize, vsak je dobil obarvano jajce, zobno kremo in ščetko, namenjeno samo eksperimentiranju. Ob izvedbi smo jih skrbno spremljali in jih spraševali, ali opazijo spremembo, po potrebi pa smo jim tudi pomagali. Nekaj odgovor otrok med izvedbo eksperimenta: »Poglej, umazanija gre dol! Bolj

čisto je. O, to pa diši. To je tako čistilo za zobe. *Moram dat pasto gor, da lahko tole spravim dol. Fuj! Zdaj pa grem še po eno umazano jajce. So to bacili?»*

Ugotavljanje napredka otrok v znanju o osebni higieni

En teden pred izvedbo načrtovanih usmerjenih dejavnosti smo z vnaprej pripravljenim intervjujem preverili, kakšno predznanje in izkušnje o osebni higieni otroci že imajo. Podobno smo storili še en teden po izvedbi usmerjenih dejavnosti, da smo preverili napredek v znanju otrok. Intervju je vseboval 9 vprašanj odprtega tipa:

- Kaj je to čistoča?
- Zakaj se moramo umivati?
- Katere pripomočke uporabljamo pri umivanju?
- Kaj ostaja na naših rokah, če si jih ne umijemo?
- Ali lahko mikrobe vidimo s prostim očesom?
- Ali je pomembno, da si roke umijemo z milom in toplo vodo? Zakaj?
- Kaj se zgodi, če si ne umivamo zob?
- S čim si moramo umivati zobe?
- Zakaj je uporaba zobne kreme pomembna za naše zobe?

Med intervjujem smo otrokom po potrebi postavili tudi kakšno podvprašanje. Intervjuvanje je potekalo individualno v ločenem prostoru. Odgovore otrok smo glasovno posneli in kasneje izpisali ter analizirali.

Razvoj otrokovega pojmovanja

Na podlagi prejetih odgovorov smo prišli do spoznanja, da se otroci pred izvedbo dejavnosti še niso srečali z besedo čistoča. Po izvedbi dejavnosti in ponovitvi intervjuja pa so rezultati pokazali napredek otrok pri razumevanju besede. Otroci so ob načrtovanih dejavnostih, branju zgodbe, eksperimentih ter s pomočjo drugih ponazoril in pogovora z aktivnim poslušanjem in sodelovanjem pri dejavnostih usvojili vsaj del preproste razlage besede čistoča. Prav tako je večina otrok besedo povezala s področjem higiene.

Napredek je bil opazen tudi pri razlogih za umivanje in pri poznavanju pripomočkov za osebno higieno. Otroci so po izvedbi dejavnosti v povprečju našteali po šest različnih pripomočkov, pred dejavnostjo pa so v povprečju naštevali le tri osnovne pripomočke (milo, brisača, zobna ščetka), ki jih dobro poznajo, saj jih vsakodnevno uporabljajo pri umivanju zob in rok. Sklepamo, da je dejavnost o osebni higieni, ki smo jo izvedli, vplivala na napredek otrok. Otroci so namreč aktivno sodelovali pri spoznavanju pripomočkov za osebno higieno. Vsakega

od pripomočkov so si lahko od blizu ogledali, ga potipali in poduhali. Možnost spoznavanja pripomočkov so imeli pri načrtovani dejavnosti in tudi druge dni pri prosti igri v kotičkih. Menimo, da so tako dobili dobro izkušnjo pri spoznavanju pripomočkov in so si jih tudi več zapomnili.

Prav tako je bil napredek opazen na področju spoznavanja mikrobov. Pred dejavnostjo nihče od otrok ni poznal besede mikrobi, saj je nobeden niti ni uporabil. Otroci so pri prvem intervjuju pogosteje uporabljali njim dobro znano besedo bacili. Po izvedbi dejavnosti pa je mogoče opaziti napredek, saj je polovica otrok uspešno uporabila besedo mikrobi. Prav tako je tudi eden od otrok poskušal povedati besedo mikrobi, vendar je pri tem imel nekaj težav, zaradi tega jo je izgovoril napačno. Iz tega lahko sklepamo, da je otrok vsaj delno usvojil besedo in si jo poskušal zapomniti. Otroci so tudi uspešno usvojili, da mikrobov ne moremo videti s prostim očesom, temveč z mikroskopom. Menimo, da je napredek na tem področju bil opazen prav zaradi dejavnosti, pri kateri so se otroci spoznali z mikrobi, videzom in načinom prenašanja. Da pa bi bila izkušnja otrok z mikrobi še bolj zanimiva in da bi se jim vtisnila v spomin, smo si mikrobe ogledali še z improviziranim »mikroskopom«.

Na področju higiene rok je bilo mogoče opaziti, da so pred dejavnostjo prav vsi otroci pritrdili, da je pri umivanju rok pomembna uporaba tople vode in mila. Razlage otrok so bile kar raznolike, nekatere med njimi so bile še posebej izvirne in so nas prav nasmejale. Po izvedeni dejavnosti smo opazili manjši napredek otrok pri razumevanju pomena tople vode in mila. Nekateri otroci so sicer odgovorili nekoliko pomanjkljivo, in sicer, da je uporaba mila in tople vode pomembna, zato da so naše roke lepe in čiste. Seveda tudi to drži, vendar smo pričakovali, da bodo otroci usvojili še razlago, ki smo jim jo povedali, torej da sta milo in topla voda pomembna zato, da lažje, hitreje in učinkovito odstranimo oz. speremo mikrobe.

Pri področju zobne higiene pa smo spoznali, da so si otroci pred dejavnostjo izoblikovali lastno predstavo o tem, kaj se zgodi, če si ne umivamo zob. Veliko otrok je menilo, da pridejo »črvički, ki delajo luknje in pojejo zobe«. Predvidevamo, da so otroci napačne predstave dobili skozi določeno otroško literaturo in pogovore doma. Takšna literatura namreč ni ustrezna, saj zavaja otroke, da obstajajo »črvički«, ki napadajo zobe, če si jih ne umivajo. Zato je bistvenega pomena, da smo pozorni ter da uporabljamo strokovno ustrezne knjige, ki vsebujejo pravilno in ustrezno terminologijo. Pri navedbi dveh pripomočkov za higieno zob – ščetka in zobna pasta, nas je sprva nekoliko presenetilo, saj vsi otroci pred izvedbo dejavnosti niso uspešno našteali obeh pripomočkov ali pa so na enega od njih pozabili. Po izvedbi pa je bil viden napredek, saj so prav vsi otroci odgovorili pravilno in navedli, tako zobno kremo kot zobno ščetko.





Sliki 10 in 11: Otroci med izvajanjem eksperimenta
Foto: Tina Maček, 2024

Pri razumevanju pomembnosti uporabe zobne kreme za naše zobe smo spoznali, da kljub poučnem eksperimentu pri otrocih ni bilo mogoče opaziti napredka. Otroci so se pri pomenu zobne kreme osredotočili samo na čistočo zob in ne na druge pomembne vidike njene uporabe (zobje so bolj trdi, zobna krema jih zaščiti). Menimo, da smo otrokom dovolj jasno in nazorno pokazali eksperiment in ga tudi razložili, saj se je to kasneje odražalo v uspešni samostojni izvedbi eksperimenta. Glede na vse pozitivne odzive otrok in glede na uspešno izvedbo eksperimenta smo pričakovali, da bo viden vsaj kakšen napredek v njihovem razumevanju. Sklepamo, da željenega napredka ni bilo, ker je mogoče za otroke te starostne skupine razumevanje samega pomena uporabe zobne kreme še preveč abstraktno in težko

razumljivo. Predvidevamo, da bi zato bil napredek pri osnovnošolskih otrocih večji.

Sklep

Iz predstavljenega sklepamo, da so tematsko načrtovane dejavnosti pripomogle k napredku otrok pri razumevanju osebne higiene.

Pomembno je torej, da so načrtovane dejavnosti za otroke raznolike, privlačne, igrive, z uporabo konkretnih materialov in dejavnosti, v katere so tudi sami aktivno vključeni ter so primerne njihove starosti in razumevanju. Motivacija in želja po sodelovanju je bila izkazana, saj so vsi otroci brez zadržkov z veseljem sodelovali v načrtovanih dejavnostih in jih želeli tudi večkrat ponoviti.

S podobnimi temami raziskovanja so se ukvarjali tudi drugi avtorji. Ugotavljamo, da je možno s predstavljenimi dejavnostmi zapolniti vrzel v znanju in veščinah ter razumevanju otrok. Želimo si, da bi učitelji razrednega pouka in tudi vzgojitelji s pomočjo predlaganih in preizkušenih dejavnosti omogočili napredek vseh otrok na področju osebne higiene.

Viri in literatura

- Bajrič, Š., Bešič, S., Gabrijel, B., Kisilak, Š., Kolbl, A., Krumpak, L., in Luskovec, I. (2020). *Spodbujanje dobre higienske prakse v vrtcu*. Zdravstvena fakulteta.
- Čater, T. (2023). *Razvoj otrokovega pojmovanja o osebni higieni*. [Diplomsko delo]. Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta. <https://dk.um.si/IzpisGradiva.php?id=83604>
- Jereb, G. in Tomažič, I. (2009). Higiena rok med osnovnošolskimi otroci. V: Rugelj, D. (ur.), Sevshek, F. (ur.). *Zbornik predavanj, Raziskovalni dan Zdravstvene fakultete*. Zdravstvena fakulteta, str. 91–101. <http://oldwww.zf.uni-lj.si/ri/publikacije/dan2009/9.pdf>
- Jereb, G., Ovca, A., Bauer, M., Tomažič, I. in Likar, K. (2009). Higiena rok med učenci osnovnih šol in njihovimi učitelji v Mestni občini Ljubljana. V: Rugelj, D. (ur.), Sevshek, F. (ur.). *Zbornik predavanj, Raziskovalni dan Zdravstvene fakultete*. Zdravstvena fakulteta, str. 83–90. <https://www.zf.uni-lj.si/images/ri/publikacije/dan2009/8.pdf>
- Jeong, S. (2011). *Naše čisto telo: čiste roke in čisti zobje*. Skrivnost.
- Kriegisch, N., in Sommer, G. (2001). *Otroški zdravnik*. Prešernova družba.
- Kurikulum za vrtce: predšolska vzgoja v vrtcih (1999). Ministrstvo za šolstvo in šport in Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Lakrori, J. in Nika, D. (2017). *For clean healthy and beautiful children: A handbook parents and kindergarten teachers*. Save the Children. For Clean, Healthy, and Beautiful Children: A handbook parents and kindergarten teachers | Save the Children's Resource Centre
- Lepičnik Vodopivec, J. in Hmelak, M. (2020). *Dnevna rutina v vrtcu in njen pomen za razvoj predšolskega otroka*. Založba Univerza na Primorskem.
- Pitamic, M. (2013). *Pokaži mi, kako se to naredi: spoznavanje dejavnosti po metodi montessori*. Mladinska knjiga.
- Seix, M., in Noguera, M. (2018). *Vedno sem čist*. Založba Lekarna.
- Shapiro, S., Skinulis, K. in Skinulis, R. (2006). *SOS knjiga za starše: 50 hitrih in učinkovitih rešitev za težave, ki se najpogosteje pojavljajo pri vzgoji*. Mohorjeva založba v Celovcu.