ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

ANAOKULU EĞİTİM KİTAPÇIĞI

 **İÇİNDEKİLER Sayfa no**

  **1- Hijyen eğitimi……………………………………………………**

 **2- El yıkama eğitim planı…………………………………………**

 **3- Beslenme………………………………………………………**

 **4- Görgü kuralları…………………………………………**

 **5- Uyku…………………………………………………………**

 **6- Büyüme ve gelişme takibi………………………………**

 **7- Çocukluk döneminde sık görülen bulaşıcı hastalıklar………………………..**

 **8- Ev kazalarında ilk yardım………………………………**

 **9- Çocukluk dönemlerde görülen psikososyal bozukluklar………………………**

**10- İhmal ve istismar …………………………………………**

**NOT: Anaokullarında bulunan sağlık köşesi her ay yeni konularla düzenlenecek**

**HİJYEN EĞİTİMİ**

**AMAÇ**

Okul öncesi çocukları; temel kişisel hijyen ilkeleri, sağlayacakları yararlar, koruyacağı hastalıklar ile doğru el yıkama, tuvalet temizliği ve diş fırçalamanın sağlık açısından önemi açısından bilgilendirerek, doğru temizlik alışkanlıkları kazanmasını sağlamak.

**HEDEFLER**

1) Gerektiğinde el, yüz ve vücudun diğer kısımlarını uygun biçimde yıkama

2) Tuvalet gereksiniminin giderilmesine yönelik uygun işler yapma

3) Temizlikle ilgili malzemeleri doğru kullanma

4) Yiyeceklerin temizliğine dikkat etme

5) İçinde bulunduğu çevreyi temiz tutma

**EĞİTİMİN İÇERİĞİ**

-Çocuklara diş fırçalamanın önemi kısaca anlatılacak

- Konuyla ilgili video izlenecek

- Maket üzerinde diş fırçalama eylemi gösterilerek anlatılacak

-10-15 slaytlık resimli sunumla hijyen konusu anlatılacak.

- Temizlik konulu eğlenceli bir şarkı öğretilerek eğitim sona erdirilecek

-Tuvalet temizliğinin önemi, temizlik kuralları (banyo, çamaşır değişme, el ayak tırnakları, el-yüz yıkama, diş fırçalama)

**ARAÇ-GEREÇLER:** Diş maketi, diş fırçası, projeksiyon, bilgisayar

**SÜRE:** 10-15 dk.

**EL YIKAMA**

**AMAÇ**

El yıkama prosedürlerine uygun şekilde çocuklara doğru el yıkama davranışını kazandırma.

**HEDEF**

Çocuklara doğru el yıkama davranışını gösterir, ellerini yıkama zamanını bilir.

**İÇERİK**

* El yıkamanın önemi
* Neden el yıkamalıyız
* Eller ne zaman yıkanmalı
* Eller nasıl yıkanmalı
* Temizlikle ilgili malzemelerin doğru kullanma

**ARAÇ-GEREÇLER:** Video, projeksiyon, rol play, bilgisayar

**SÜRE:** 10-15 dk.

**OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE BESLENME**

**Amaç**

* Çocuklarda bazı yiyeceklere karşı oluşabilecek önyargı ve tepkiyi önlemek,
* Çocukları farklı besin grubundaki yiyeceklerle tanıştırmak,
* Çocukların sağlıklı ve sağlıksız yiyecekleri birbirlerinden ayırt edebilme yetisini geliştirmek,
* Çocuklara sağlıklı olmak ve doğru beslenme alışkanlığı arasındaki ilişkiyi göstermek,
* Çocuklara ileriki yaşlara da taşıyacağı doğru beslenme alışkanlıklarını kazandırmaktır.

**Hedef davranış**

1. Verilen yiyecekleri ayrım yapmadan yeme
2. Yeterli miktarda yiyecek yeme
3. Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri yemekten kaçınma
4. Yiyecekleri uygun zamanlarda yeme

**Eğitim İçeriği**

-Sebze ve meyvelerin yararları

 -Fastfood besinlerin zararları

 -Kahvaltının önemi

 -Bol sıvı alımının yararları

 -Süt ve süt ürünlerinin yararları

**Eğitimin sunumu**

Bilgisayar, projeksiyon, yiyeceklerin zararları ve yararlarının skeç halinde anlatılması,

**Eğitimin süresi** 10-20 dk.

**GÖRGÜ KURALLARI**

**AMAÇ**

Çocuklara görgü kurallarını en doğru şekilde uygulama

**HEDEFLER**

- Görgü kurallarını nerede ve nasıl kullanacaklarını söyler,

- Görgü kurallarının önemini bilir,

 - Görgü kurallarını günlük hayatta kullanılmaya başlar, davranışları sergiler.

**KULLANILACAK TEKNİK**

Rol play, drama

**ARAÇ-GEREÇLER**

Görsel materyaller (ppt, projeksiyon, bilgisayar)

İşitsel öğeler (tekerleme, şarkı, hikaye)

**KONU BAŞLIKLARI**

**-** Çevresine karşı doğru olmayan davranışlar sergilendiğinde özür dileme alışkanlığını kazandırmak

- Olumlu tutumlar karşısında teşekkür etme alışkanlığını kazandırmak.

- Gerektiği durumlarda izin isteme alışkanlığı kazandırmak.

-Yemek sırasında; ağzı doluyken konuşmamak, çevresindekileri rahatsız edici davranışlarda bulunmamak, yemek sonrasında; eline sağlık, afiyet olsun gibi cümleleri söyleme alışkanlığı kazandırmak.

- Kötü, kalp kırıcı, onur kırıcı sözlerin yanlış olduğunu benimsetmek.

- Esnerken, öksürürken, hapşırırken elini ağzına kapatma, toplum içinde yüksek sesle konuşmama alışkanlığı kazandırmak.

 - Hayatın her alanında düzenli olma alışkanlığını kazandırmak.

- Günün belirli saatlerinde; günaydın, iyi günler, iyi akşamlar, iyi geceler deme alışkanlığı kazandırmak.

**EĞİTİMİN SÜRESİ:** 10-15 dk

**UYKU**

**AMAÇ**

Çocukların düzenli ve yeterli uykuyu sağlamak.

**HEDEF**

Çocuğun düzenli ve yeterli uyku davranışını göstermesi belirlenen saatte uyuma.

**İÇERİK**

Çocuklarda yeterli ve düzenli uykunun önemi

Düzenli uykunun çocukta olumlu etkileri

Düzensiz uykunun olumsuz etkileri

Yatma kalkma saati

**ARAÇ GEREÇLER**: Resimler, masal, projeksiyon, bilgisayar

**SÜRE:** 15 dk.

  **BÜYÜME VE GELİŞME TAKİBİ**

**AMAÇ**

Çocuğun; Fiziksel yönden gelişiminin düzenli bir şekilde takip edilerek ortaya çıkan sorunlara karşı çözüm yolu üretmek, risk faktörü altındaysa koruyucu sağlık hizmetleri vermek, gerektiğinde bireysel eğitim programları uygulamak.

**HEDEF**

Öğrencilerin büyüme gelişmeyi yaş dönemlerine göre değerlendirebilme ve izleyebilmelerinin sağlanması**.**

**YÖNTEM**

**Fiziksel Gelişim Takibi**

Çocuğun genel sağlık bilgilerinin alınması

Kilo takibi

Boy ölçümü

Saç-Tırnak bakımı

Diş kontrolü

Vücut temizliği

**Araç – Gereç**

Tartı

Mezura

Büyüme ve gelişme takip formları

**ÇOCUKLUK DÖNEMİNDE SIK GÖRÜLEN BULAŞICI HASTALIKLAR**

**AMAÇ**

 *Ebeveyn ve okul çalışanlarını çocuklarda sıkça görülen bulaşıcı hastalıklar ve bulaşıcı hastalıklardan korunma konusunda bilgi ve tutum kazandırmak*

Hava yolu ile bulaşan hastalıklar ve korunma yolları konusunda bilgi ve tutum kazandırmak

Bulaşıcı hastalıklardan korunmada aşı ve önemi konusunda bilgi ve tutum kazandırmak

**HEDEF**

Bulaşıcı hastalıklardan korunmada genel önlemleri açıklayabilmeli

Bulaşıcı hastalıkların genel belirtilerini söyleyebilmeli,

Hava yolu ile bulaşan hastalıkları sayabilmeli,

Bu hastalıkların önemli belirtilerini söyleyebilmeli,

Bu hastalıklardan korunma yollarını açıklayabilmelidir

Bulaşıcı hastalıklardan korunmada aşı ve aşılamanın önemini söyleyebilmeli,

Aşı ile korunulabilen hastalıkları sayabilmeli,

Çocukların güvenli aşılanması için anne babaların dikkat etmesi gereken önemli noktaları söyleyebilmeli,

Aşı sonrası aşıya bağlı yan etki görüldüğünde nasıl davranacağını bilmelidir.

***Araç-Gereç***

Bilgisayar ve projeksiyon cihazı,

Afiş, broşür, kitap, kitapçık

**EĞİTİMİN İÇERİĞİ** : **a-)** *Çocuklarda sıkça görülen bulaşıcı hastalıklar nelerdir ?*

***b-)*** *Bu hastalıklar nasıl belirti verir ?*

***c-)*** *Çocukları bu hastalıklardan korumak için neler yapmak gerekir?*

 *--Etken*

 **Görülen hastalıklar :** -*Suçiçeği*  *- Boğmaca* --*Kuluçka süresi*

 *-Kızamık* *-Kabakulak* *--Risk altındakiler*

 *-*Kızamıkçık -Kızıl --*Yapılması gerekenler*

 -- *Korunma*

 -- *Komplikasyonlar*

**EĞİTİMİN SÜRESİ** : 35-40 dk.

 **EV KAZALARINDA BASİT İLK YARDIM**

**AMAÇ**

Ebeveynlere evleri, yaşam alanları, içerisinde olabilecek her türlü kaza ve yaralanma durumunda doğru ve etkin ilk yardım uygulamasını yapabilme, bilgi ve becerilerini kazandırma.

**HEDEFLER:**

 - Ev kazalarının neler olduğu örneklerle açıklanır.

 - Ev kazalarını önlemek için yapması gerekenler anlatılır.

 - ilk yardım ve türlerini öğrenme

 - İlk yardımın önemi

 - Basit ilk yardım müdahalelerini yapabilme.

 - Her evde ilk yardım malzemelerinin bulunmasını sağlama.

**İÇERİK**

 **-** Evdeki güvenliği sağlamak için alınması gereken önlemler

 - Oluşabilecek kazalar

\* Yanıklar ve donmalarda ilk yardım

\* Kanamalarda ilk yardım (burun kanaması, kulak kanaması)

\*Ateşli durumlarda ilk yardım (normal ateş değeri, ateşli durumlarda yapılacaklar)

\* Zehirlenmelerde ilk yardım

\* Düşme/ çarpmalarda ilk yardım

\*Burkulma/ Kırık / Çıkıklar ve kramplarda ilk yardım

\* Kulak- burun- boğaz ve göze yabancı cisim kaçmasında ilk yardım

\*Böcek sokmaları ve hayvan ısırıklarında ilk yardım

\* Solunum yolu tıkanıklığı ve boğulmalarda ilk yardım.

**ARAÇ- GEREÇLER:** Bilgisayar, projeksiyon

**EĞİTİMİN SÜRESİ:** 45- 60 dk

**NOT: Evde ve okulda bulundurulması gereken ilk yardım çantasında neler olacağına değinilecek.**