



تُجري رياض الأطفال في اليابان بانتظام فحوصات جسدية للتحقق من صحة الأطفال والقياسات البدنية لتسجيل نموهم. فيما يلي بعض الأمثلة على القياسات البدنية. يتم وضع ذلك الفحص في الخطة السنوية التي تنظمها كل روضة أطفال ويعقد مرة واحدة في الشهر أو مرة واحدة في الفصل الدراسي. هذه المرة، نعرض فقط قياسات الطول والوزن الأكثر شيوعًا في رياض الأطفال اليابانية. يتم تسجيل نتائج القياس على الصفحة المقابلة لـ "Otayori-cho" والتي تعني "دفتر الملاحظات"، وهي أداة لمشاركة المعلومات مع الوالدين، وإخطار الوالدين بالمستجدات. نظرًا لاختلاف حالة العقل والجسم السليمين من طفل إلى آخر، فإننا نعمل مع كل أسرة لفهم الوضع الفعلي لكل طفل وتعزيز نموه الصحي.

🏠 الصف الدراسي المستهدف: جميع الأعمار في رياض الأطفال

📅 نوع النشاط: رياض الأطفال، القياسات البدنية

🕒 الوقت: مرة في الشهر أو مرة في الفصل الدراسي، حسب ظروف كل حضانة، يستغرق كل قياس حوالي من 30-40 دقيقة

🎯 الهدف

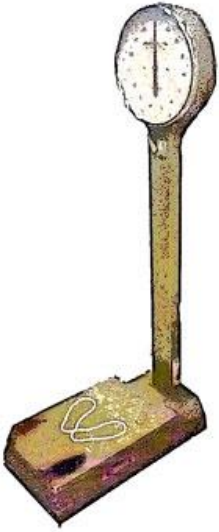

> يستهدف أطفال الحضانة <

- اهتمام الأطفال الصغار بالطول والوزن.
- يجب أن يهتم الأطفال بنمو وتطور أجسامهم، وفهم أهمية الصحة، واكتساب موقف يدعم الوقاية من المرض.

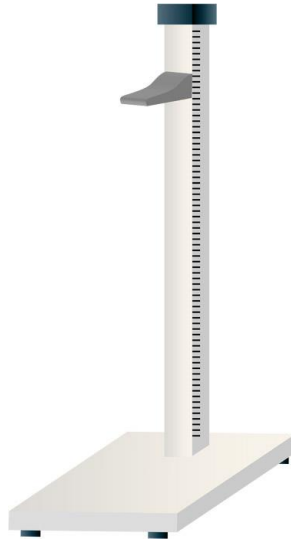
> يستهدف الحضانة وأولياء الأمور <

بالنسبة لجانب الحضانة، فهي فرصة لفهم ما إذا كان جسم الطفل يتطور بطريقة صحية. يتم مشاركة النتائج مع أولياء الأمور، ونعمل معًا لتعزيز النمو الصحي للأطفال الصغار.

• ميزان الجسم (ميزان منزلي)

	
<p>شكل رقم ١: ميزان مخصص لقياسات الجسم</p>	<p>شكل رقم ٢: مقياس الوزن الرقمي العام</p>

• مقياس طول الجسم



الشكل رقم ٣: مقياس الارتفاع المخصص لقياسات الجسم

- ورقة التسجيل الجانبي لرياض الأطفال (أو برنامج جداول البيانات على جهاز الكمبيوتر)
- أدوات لمشاركة المعلومات مع الوالدين (مثل في حالة اليابان: دفتر الملاحظات (Otayori-cho))

月/日	身長cm	体重kg	座高cm	その他
4/16	107.9	21.2	.	
5/14	109.4	21.4	.	
6/23	109.5	20.5	.	
7/8	109.6	20.9	.	
9/22	111.5	21.3	.	
10/20	112.3	21.4	.	
11/17	113.1	22.0	.	
12/9	113.1	22.2	.	
2/1	113.4	23.4	.	
2/17	114.9	23.6	.	
3/11	114.9	23.1	.	
/	.	.	.	

年齢	身長cm	体重kg	座高cm	
1歳	男	80.7	10.9	—
	女	78.2	10.1	—
2歳	男	89.4	12.5	—
	女	87.9	12.0	—
3歳	男	96.1	14.6	—
	女	97.1	14.3	—
4歳	男	105.1	16.9	—
	女	103.5	16.8	—
5歳	男	110.8	19.1	62.1
	女	109.8	18.6	61.6
6歳	男	116.7	21.5	65.0
	女	115.8	21.0	64.6

1・2・3・4歳：平成18年度国民健康・栄養調査（厚生労働省）
5・6歳：平成20年度学校保健統計調査（文部科学省）
*年齢は満計算

الشكل 5: مثال على صفحة من سجل القياس البدني في "دفتر الملاحظات" المستخدم في اليابان.

إجراءات التنفيذ

(1) الخطة السنوية

يتم وضع الفحص في الخطة السنوية لرياض الأطفال ويخصص الوقت من أجله. يختلف تواتر وتوقيت الفحص الصحي من حضنة إلى أخرى. في المثال الموضح في الشكل 4 أعلاه، يتم الفحص كل شهر.

(2) إعداد أدوات القياس واستمارات التسجيل وما إلى ذلك.

سيتم تعيين شخص مسؤول في الحضنة لإعداد معدات القياس وصحيفة التسجيل (أو الكمبيوتر أو تطبيق جداول القياسات). يتم مسبقاً تقسيم الفصل الواحد إلى مجموعات (مجموعة تقيس طول الجسم أولاً، مجموعة تقيس الوزن أولاً، الخ)، ويتابع تنفيذ القياس طوال ذلك اليوم دون تأخير. إذا كنت تستخدم "دفتر الملاحظات"، فاختر دفترًا يحتوي على صفحة تسجيل لتدوين النتائج ومشاركتها مع أولياء الأمور. إذا لم يكن الأمر كذلك، فيمكنك طباعة نسخة ورقية من الرسم البياني الشخصي للطفل الذي من خلاله يمكن تتبع بيانات الطفل ويكفي لطوال العام أو لفترة رياض الأطفال كلها. ويمكن لروضات الأطفال التي تروج لاستخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات إنشاء صفحة على الإنترنت تتيح مشاركة مخططاتهم الشخصية مع أولياء الأمور، أو كتابتها في تطبيق جداول بيانات مثل جدول Excel، ومشاركتها مع أولياء الأمور عبر البريد الإلكتروني أو الرسائل.

(3) القياس والتسجيل

بما أن الأطفال يقاسون مرتين ملابسهم الداخلية فقط، فيجب تعديل درجة حرارة الغرفة حتى لا يمرضوا، خاصة في فصل الشتاء. وقبل أخذ القياسات، من الضروري أيضاً تخصيص وقت لزيارة دورات المياه. يتم تعيين العديد من المعلمين في العديد من الأدوار، مثل معلم لإرشاد الأطفال أثناء انتظارهم في الصف حتى يحين دورهم، ومعلم لقياس طول ووزن الأطفال عندما يحين دورهم، ومعلم لتدوين النتائج في استمارة تسجيل رياض الأطفال وما إلى ذلك. بعد تسجيل نتائج قياسات جميع الأطفال، يقوم المعلمون بتدوين النتائج مرة أخرى في دفتر الملاحظات أو السجل الشخصي، والتجهيز لمشاركة المعلومات مع أولياء الأمور. إن استهداف الأطفال الصغار، كما ذكر أعلاه، هي "جعل الأطفال مهتمين بطولهم ووزنهم"، و"جعل الأطفال مهتمين بنمو وتطور أجسامهم ومعرفة أهمية الصحة، وإكسابهم موقف يشجعهم على الوقاية من المرض". أثناء القياس، يقارن المعلم أرقام القياسات السابقة بالأرقام الحالية ويشرح الفرق للأطفال، ويُعد القصص المتعلقة بالتطور، ويقوم بالحديث معهم قبل القياس وبعده.

(4) مشاركة النتائج:

اجعل الطفل يحمل دفتر ملاحظات أو جدول بيانات شخصية وشارك المعلومات مع ولي الأمر. إذا كان الطفل ينمو بشكل طبيعي، فلا توجد مشكلة، ولكن إذا كانت هناك علامات مثل فقدان الوزن، إذا كان هناك مدرسة تمرريض أو ممرضات في المدرسة، فسوف يعملن معهم لمساعدة الوالدين.

في مصر، هناك مثال على استخدام مقياس ملتصق بالحائط بدلاً من مقياس الطول المخصص لقياسات الجسم.



الشكل 4: مثال من مصر مع موازين معلقة على الحائط