SELFSORG (A)

Graad 1

A DOEL

Om die Penkop en Drawwertjie:

1. Met kennis en vaardigheid toe te rus om homself te kan versorg.

B VEREISTES

Die Penkop en Drawwertjie moet die volgende kennis inwin en vaardighede aanleer :

1. Kleding:
   - Drie verskillende kledingstukke netjies opvou.
   - ‘n Laai, rak of tas met kledingstukke netjies regpak.
2. Velversorging:
   - Weet waarom sonbrandmiddels gebruik moet word.
   - Weet waarom dit nodig is om gereeld te bad of te stort.
   - Weet waarom jy hande was voor ete en nadat die toilet gebruik is.
3. Haarversorging:
   - Leer waarom en hoe om hare korrek te was, droog te maak en uit te borsel.
4. Naelversorging:
   - Weet waarom naels skoongehou behoort te word.
   - Weet hoe om ‘n naelborsel te gebruik.
5. Tandeversorging:
   - Weet waarom tande gereeld versorg moet word
   - Weet hoe om tande korrek te borsel.
6. Eetgewoontes:
   - Weet wat is die korrekte tafelmaniere .
   - Weet watter kossoorte goed is vir jou en waarom.
   - Weet watter kossoorte minder goed is vir jou en waarom.
7. Houding:
   - Die korrekte manier van sit aanleer, verstaan en toepas
     Voorbeelde:
     - Sit regop - fier en trots op wie en wat jy is.
     - Nie op die bene sit nie.
     - Nie die bene onnodig kruis nie.
   - Die korrekte manier van stap aanleer en dit toepas. (regop, fier en trots op wie en wat jy is)
   - Die korrekte manier van staan aanleer en dit toepas. (regop, fier en trots op wie en wat jy is)

C AANBIEDING

1. Behandel die vereistes deur gesprekke, demonstrasie en inoefening. Skep geleentheid dat elke kind die vaardighede self kan toepas. Voortdurende herinnering sal dit later ‘n gewoonte maak.
2. Die Offisier kan gebruik maak van gassprekers, denkbeeldige situasies, toneelspel, video’s, plakkate en ander hulpmiddels om die inligting oor te dra. Maak die aanbiedings ‘n ervaring. Laat byvoorbeeld die kinders uit ‘n klomp soorte kosse 4 of 5 kies wat gesond is en 4 of 5 wat minder gesond is en matig gebruik moet word.