

KẾ HOẠCH CHĂM SÓC GIÁO DỤC VỆ SINH- DINH DƯỠNG
CHỦ ĐIỂM: Trường mầm non
(Thời gian thực hiện 4 tuần: Từ ngày 08/09/2025 đến ngày 03/10/2025)
Lớp Lớn B

Nội dung	Phương pháp hình thức thực hiện	Người thực hiện, người phối hợp thực hiện	Lưu ý/điều chỉnh
3.1. Tổ chức bữa ăn	a. Số lượng và chất lượng bữa ăn: - Trẻ ăn 1 bữa chính và 1 bữa phụ, các loại thực phẩm cung cấp đủ năng lượng cả ngày, đủ các chất: Chất đạm, chất béo, chất bột, vitamin - Nước uống: Trẻ uống đủ nước theo nhu cầu, chia làm nhiều lần trong ngày, Không để trẻ quá khát mới uống hoặc uống một lần quá nhiều. Không nên cho trẻ uống nhiều nước trước bữa ăn. Hướng dẫn trẻ tự lấy cốc uống nước, uống xong úp cốc đúng nơi quy định. b. Chăm sóc bữa ăn - Trước khi ăn: + Xếp bàn, ghế chia làm 4 nhóm + Trẻ được ngồi vào bàn ăn + Cô chuẩn bị đầy đủ số lượng đồ dùng cho trẻ. (thìa, bát, khăn lau, đĩa đựng cơm rơi, giấy lau) + Chia cơm vào khay (mỗi trẻ 1 khay) - Trong khi ăn: + Cô phát khay cơm cho từng trẻ + Cô giới thiệu món ăn ngày hôm nay + Rèn cho trẻ mời cô, mời bạn ăn cơm + Dạy trẻ có một số hành vi văn minh trong ăn uống (Không nói chuyện khi ăn, không dùng tay bốc thức ăn, hắt hơi biết lấy tay che miệng, lấy bát cơm bằng 2 tay...) + Cô bao quát, động viên, khuyến khích trẻ ăn hết suất của mình - Sau khi ăn: + Cô hướng dẫn trẻ biết cất đặt khay đúng chỗ + Đánh răng, lau mặt sạch sẽ sau khi ăn.	- Giáo viên Đặng Thị Thủy và Cao Thị Hào - Giáo viên và trẻ	
3.2 Tổ chức giấc ngủ	a. Trước khi trẻ ngủ: + Giáo viên cho trẻ đi vệ sinh, chuẩn bị đồ dùng chỗ ngủ cho trẻ (thoáng mát về mùa hè) + Kiểm tra xem miệng trẻ có ngậm thức ăn không.	Giáo viên	

	+ Cởi bớt áo, quần cho trẻ thoải mái để ngủ + Cho trẻ nghe những bài hát ru, dân ca êm dịu để trẻ dễ đi vào giấc ngủ, với những trẻ khó ngủ cô vỗ về giúp trẻ dễ ngủ hơn. * Theo dõi trẻ trong khi ngủ: + Trẻ có thói quen ngủ trưa 1 giấc khoảng 150 phút + Khi trẻ ngủ cô bao quát trẻ, vỗ về những trẻ khó ngủ, bật quạt cho trẻ ở mức độ vừa phải + Chú ý trẻ để cho trẻ dậy đi vệ sinh, giáo viên bao quát các tình huống trong khi trẻ ngủ * Chăm sóc sau khi trẻ thức dậy: - Không nên đánh thức trẻ đồng loạt, trẻ nào thức trước cô cho trẻ dậy trước. + Cô cho trẻ đi vệ sinh sau khi ngủ dậy sau đó cho trẻ ăn quà chiều.		
3.3. Tổ chức vệ sinh	a. Vệ sinh cô: + Cô trang phục, đầu tóc gọn gàng, sạch sẽ, cô là tấm gương cho học sinh noi theo b. Vệ sinh cá nhân trẻ + Cô chuẩn bị các đồ dùng vệ sinh cá nhân: Khăn lau mặt, xà phòng, dụng cụ đựng khăn.. + Cô hướng dẫn từng thao tác rửa tay- lau mặt và cho trẻ nhắc lại thao tác rửa tay, lau mặt - Hướng dẫn trẻ tự lau mặt sạch sẽ trước và sau khi ăn, khi tay và mặt khi bị bẩn theo đúng quy trình, trẻ tự đánh răng bằng bàn chải cá nhân riêng b) Vệ sinh môi trường: + Vệ sinh đồ dùng, đồ chơi - Mỗi trẻ có cốc, khăn mặt riêng, đảm bảo sạch sẽ, được lau, rửa thường xuyên, sau đó được phơi ngoài ánh nắng. - Hằng tuần giặt khăn 1 lần bằng nước sôi muối - Bình, thùng đựng nước phải có nắp đậy, được vệ sinh hàng ngày, để nơi sạch sẽ, tránh bụi bẩn. Nước không uống hết sau một ngày phải đổ đi. Tuyệt đối không để trẻ thò tay hoặc uống trực tiếp vào bình đựng nước	Giáo viên Giáo viên và trẻ - Giáo viên	

	- Bàn ghế, đồ dùng trong lớp thường xuyên lau sạch sẽ tránh để bụi bẩn - Đồ dùng vệ sinh: Xô, chậu, nước tẩy các loại được úp, cất cẩn thận và tránh xa tầm tay của trẻ - Đồ chơi phải đảm bảo sạch sẽ, an toàn . Hàng tuần vệ sinh đồ chơi ít nhất 01 lần. + Vệ sinh phòng nhóm - Hằng ngày trước khi trẻ đến lớp, cô mở tất cả cửa sổ và cửa ra vào để phòng học được thông thoáng. - Quét nhà thường xuyên khi phòng học bẩn và sử dụng nước lau nhà để lau sau khi trẻ ăn xong, sau khi trẻ ra về. - Phòng học, phòng kho thường xuyên sạch sẽ và khô ráo. - Phòng vệ sinh thường xuyên được lau chùi sạch sẽ, khô ráo và không có mùi hôi + Xử lý rác thải - Rác thải của nhóm lớp được bỏ vào túi nilon và bỏ vào thùng rác của lớp. Cuối ngày đưa về nơi tập kết rác thải của nhà trường để xử lý rác sạch sẽ. + Giữ sạch nguồn nước: - Nguồn nước phải có nguồn nước sạch: Nước tinh khiết đóng bình, nước máy để sử dụng ăn uống, vệ sinh	- Giáo viên, trẻ	
3.4. Tổ chức chăm sóc sức khỏe và an toàn	a) Chăm sóc sức khỏe + Khám sức khỏe định kỳ và khám chuyên khoa: - Trong tháng 9 nhà trường phối hợp bác sĩ của Trạm y tế xã để sức khỏe định kỳ và khám chuyên khoa cho trẻ nhằm phát hiện sớm những căn bệnh để có biện pháp can thiệp kịp thời. + Để theo dõi phát triển thể lực của trẻ qua biểu đồ : - Tháng 9 cân đo theo dõi trẻ trên biểu đồ tăng trưởng nhằm phát hiện những trẻ suy dinh thể nhẹ cân, thấp còi, béo phì để có biện pháp phối hợp với phụ huynh trong chăm sóc trẻ b. Phòng và xử lý các bệnh thường gặp + Tiêm chủng, phòng dịch - Nhắc nhở và tuyên truyền phụ huynh tiêm phòng đầy đủ cho trẻ theo hướng dẫn của y tế. Theo dõi	- GV phối hợp với nhân viên y tế để thực hiện	

	chặt chẽ tình trạng sức khỏe của trẻ sau tiêm chủng. - Thực hiện nghiêm cách phòng một số dịch bệnh khác xảy ra. + <i>Phát hiện sớm và chăm sóc trẻ ốm</i> - Khi đón trẻ và chăm sóc trẻ trong cả ngày, nếu thấy trẻ có gì khác thường phải theo dõi tình hình sức khỏe của trẻ cẩn thận để xử lý kịp thời. - Biết cách xử lý và chăm sóc trẻ ốm tại trường. c. <i>Bảo vệ an toàn và phòng một số bệnh thường gặp:</i> * <i>An toàn thể lực:</i> - Tạo môi trường an toàn cho trẻ khi đến trường, vệ sinh đồ dùng đồ chơi sạch sẽ, sắp xếp giá tủ gọn gàng, ngăn nắp. - Thường xuyên kiểm tra cơ sở vật chất để kịp thời thanh lý, tu sửa, không để trẻ bị xây xước, ngã, trơn trượt, đảm bảo an toàn cho trẻ mọi lúc mọi nơi, không để trẻ bị thương tích. - Quản lý trẻ cẩn thận mọi lúc mọi nơi. * <i>An toàn tính mạng:</i> - Đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm. Nước uống và nước sinh hoạt dùng cho trẻ đảm bảo vệ sinh, không để xảy ra ngộ độc thực phẩm ảnh hưởng đến tính mạng của trẻ. Không để xảy ra việc thất lạc trẻ. - Đồ chơi ngoài trời đảm bảo an toàn đảm bảo an toàn về tính mạng. - Phối hợp với các ban ngành đoàn thể để giữ an toàn giao thông trong giờ đưa đón trẻ.	-Giáo viên phối hợp với phụ huynh	
		Giáo viên phối hợp với nhà trường để thực hiện	