

KẾ HOẠCH NUÔI DƯỠNG CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRẺ 4-5 TUỔI C

CHỦ ĐỀ: BẢN THÂN

(Thực hiện 3 tuần từ ngày 06/10 đến ngày 24/10/2025)

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. - Thực đơn của trẻ thay đổi hàng ngày, theo tuần, theo mùa. - Nước uống: Trẻ tự uống đủ nước theo nhu cầu, chia làm nhiều lần trong ngày, nhắc nhở trẻ, 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 hết lượng nước lấy ra ở cốc, uống xong úp cốc đúng nơi quy định. b. Chăm sóc bữa ăn - Trước khi ăn: + Xếp 10 bàn chia làm 5 nhóm cho trẻ ngồi 6,7bạn/1 bàn. Và đủ số lượng 33 ghế. + Trải khăn bàn, khăn lau và giấy. + Chia thìa, khay về từng nhóm tương ứng với số trẻ - Trong khi ăn: + Cô giới thiệu món ăn ngày hôm nay. + Cho trẻ mời cô và các bạn ăn cơm. + Dạy trẻ một số thói quen văn minh trong ăn uống. + Cô bao quát trẻ, động viên khuyến khích trẻ ăn hết suất ăn của mình. - Sau khi ăn: + Trẻ biết bỏ bát thìa đúng nơi và đúng loại dụng cụ. + Đánh răng và cho trẻ lau mặt sạch sẽ .	Giáo viên Cao Thị Trà và Hoàng Thị Năm - Giáo viên và trẻ	
3.2: Tổ chức giấc ngủ	* Trước khi trẻ ngủ: - Cô kiểm tra xem trẻ có ngậm thức ăn trong miệng không. + Giáo viên cho trẻ đi vệ sinh, trẻ biết cùng cô trải chiếu, xếp gối và chuẩn bị trước khi đi.	Giáo viên	

	+ 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 nhóm bẩn và sử dụng nước lau nhà để lau sau khi trẻ ăn xong, sau khi trẻ ra về. - Phòng học, phòng kho 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. + Chuẩn bị tốt công tác về sinh nhóm lớp để đoàn kiểm tra vào ngày 14/10	-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 năm học nhà trường phối hợp bác sỹ 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 : 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 địa phương . - Trong thời gian có dịch bệnh xảy ra nếu có nhiều trẻ bị bệnh do dịch thì giáo viên báo cáo nhà trường để mời y tế đến khám, tìm nguyên nhân, có biện pháp xử lý kịp thời để tránh lây lan - Thực hiện nghiêm cách phòng chống dịch “ Cảm cúm, cúm mùa” của bộ y tế trong trường, lớp học an toàn. + Phát hiện sớm và chăm sóc trẻ ốm - 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. Bảo vệ an toàn và phòng một số bệnh thường gặp: *An toàn thể lực: - Tạo môi trường an toàn cho trẻ khi đến trường, vệ	-Y tế phối hợp với nhân viên y tế để thực hiện -Giáo viên phối hợp với phụ huynh	

	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 lí, 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. * An toàn tính mạng: - Đảm bảo vệ sinh attp. Nước uống và nước sh dùng cho trẻ đảm bảo vệ sinh để không xảy ra tình trạng ngộ độc thực phẩm, ảnh hưởng đến tính mạng trẻ. - Không để xảy ra việc thất lạc trẻ. - Tạo tâm lý thoải mái, vui vẻ cho trẻ khi đến lớp. Gần gũi, thân mật với trẻ như ở nhà. Không dọa nạt, quát mắng, đánh trẻ. - Phối hợp với các ban ngành đoàn thể để giữ ATGT trong giờ đưa đón trẻ.	Giáo viên phối hợp với nhà trường để thực hiện	
--	---	---	--

Ngày duyệt

Người thực hiện

Người duyệt

Hiệu trưởng

Hoàng Thị Năm

Võ Thị Đào

Hoàng Thị Mỹ Hạnh