KẾ HOẠCH NUÔI DƯỠNG CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRẺ

CHỦ ĐIỂM : Những con vật đáng yêu

Nội dung	Phương pháp hình thức thực hiện	Người thực hiện, người phối hợp thực hiện	Lưu ý/điều chỉnh
1. Tổ chức bữa ăn	*a.Số lượng và chất lượng bữa ăn:* - Số bữa ăn : Hai bữa chính và một bữa phụ. - Nước uống: khoảng 0,8 - 1,6 lít/trẻ/ngày (kể cả nước trong thức ăn). **b. Chăm sóc bữa ăn** ***- Trước khi ăn:*** +Cô chuẩn bị bàn ghế (cô sắp xếp) +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) ***- Trong khi ăn:*** + Trong khi cho trẻ ăn cô cần quan tâm đến đặc điểm từng trẻ như: Trẻ mới tập ăn cơm, trẻ ăn chậm, trẻ yếu hoặc mới ốm dậy, cô tạo không khí thoải mái và khuyến khích trẻ ăn hết suất, không được dọa, nạt trẻ trong khi ăn, không ép trẻ khi trẻ không muốn ăn hoặc nôn trớ +Xếp những trẻ yếu, ăn chậm và suy dinh dưỡng riêng 1 bàn để tiện chăm sóc. Thường xuyên thông tin kịp thời với phụ huynh về tình trạng trẻ biếng ăn để có biện pháp chăm sóc. + Không nên cho trẻ ăn, uống khi trẻ ho, khóc hoặc ngủ gật để tránh hóc và sặc. Khi trẻ ăn, uống không bịt mũi hoặc ngáng miệng bắt trẻ nuốt ***- Sau khi ăn:*** +Trẻ biết bỏ bát thìa đúng nơi, súc miệng, lau mặt sạch sẽ	GV: Cao Thị Hường, Cao Thị Hoa	
2. Tổ chức	***a.Trước khi trẻ ngủ:***	GV:	

giấc ngủ	- Cô kiểm tra xem trẻ có ngậm thức ăn trong miệng không. + Giáo viên cho trẻ đi vệ sinh, chuẩn bị chỗ ngủ cho trẻ ấm áp + 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 nên 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, chú ý đắp chăn cho trẻ + Chú ý trẻ để cho trẻ dậy đi vệ sinh, nếu trẻ tè dầm giáo viên cần quan sát để thay cho trẻ kịp thời và bao quát các tình huống **** 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 ngồi bô đi vệ sinh sau khi ngủ dậy sau đó cho trẻ ăn quà chiều.	Cao Thị Hường	
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, xã phòng +Chăm sóc và hướng dẫn trẻ thực hiện VSCN: -Cô rửa tay, lau mặt cho trẻ theo đúng quy trình, đảm bảo vệ sinh. Vừa làm vừa hướng dẫn từng thao tác rửa tay và tập cho trẻ làm quen dần với việc tự phục vụ. *b) Vệ sinh môi trường*: +Vệ sinh đồ dùng, đồ chơi - Một số đồ dùng phục vụ cho trẻ ăn uống, vệ sinh tại nhóm lớp cần theo quy định: Mỗi trẻ có cốc, bát, thìa, khăn mặt riêng, đảm bảo sạch sẽ, được lau, rửa thường xuyên, sau đó sấy hoặc được phơi ngoài ánh nắng. - Hằng tuần giặt khăn 1 lần bằng nước sôi muối	GV: Cao Thị Hường và trẻ GV: Cao Thị Hường, Cao Thị Hoa	

	- Bình, thùng đựng nước 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 - 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 phải được úp, cất cẩn thận và tránh xa tầm tay của trẻ đối với những chất có chứa chất độc hại. - Đồ chơi phải đảm bảo sạch sẽ, an toàn khi cho trẻ chơi. 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 nhóm 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 giáo viên 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	GV: Cao Thị Hường, Cao Thị Hoa	
4.Tổ chức chăm sóc sức khỏe và an toàn	***a) Chăm sóc sức khỏe*** **+ *Khám sức khỏe định kỳ và khám chuyên khoa:*** -Phối hợp với nhà trường và bác sĩ của Trạm y tế xã để sức khỏe định kỳ và khám chuyên khoa cho trẻ. **+ *Để theo dõi phát triển thể lực của trẻ qua biểu đồ*** -Vào tháng 12 trẻ được theo dõi cân nặng và đo chiều cao trên biểu đồ 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.	GV: Cao Thị Hường, Cao Thị Hoa phối hợp với nhà trường	

	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 Theo dõi chặt chẽ tình trạng sức khỏe của trẻ sau tiêm chủng. Báo cáo nhà trường và phối hợp với phụ huynh những trường hợp bất thường để xử lý kịp thời. - Trong thời gian có dịch bệnh xảy ra nếu có 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. **+ *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. ***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 sinh đồ dùng đồ chơi sạch sẽ,sắp xếp giá tủ gọn gàng, ngăn nắp. Không để trẻ bị xây xước, ngã, trơn trượt, không cho trẻ lại gần con vật hung dữ …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. - Không cho trẻ tiếp xúc với những con vật hung dữ **** An toàn tính mạng:*** - 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 trẻ bị động vật cắn, 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 doạ nạt, quát mắng, đánh trẻ.	GV và phụ huynh GV: Cao Thị Hường, Cao Thị Hoa	