

KẾ HOẠCH CHĂM SÓC GIÁO DỤC VỆ SINH- DINH DƯỠNG

CHỦ ĐỀ: Ngành Nghề

Thời gian thực hiện từ ngày 24/11/2025 – 26/12/2025

Người thực hiện: Cao Thị Lan Lớp : Lớn C

1.Mục tiêu:

+ Tổ chức bữa ăn:

- Nhằm đảm bảo dinh dưỡng theo nhu cầu khuyến nghị .
- Nhằm giáo dục, hình thành các kỹ năng trong ăn uống

+ Tổ chức giấc ngủ:

- Tổ chức giấc ngủ tốt nhằm giảm bớt sự mệt nhọc do sự hoạt động trong suốt thời gian từ sáng đến trưa đồng thời khôi phục lại tinh thần sức lực cho trẻ.

+ Tổ chức vệ sinh:

- Nhằm giúp trẻ loại bỏ vi khuẩn và các yếu tố làm ảnh hưởng đến sức khỏe trẻ đồng thời tạo được thói quen rửa tay, lau mặt, vệ sinh cơ thể luôn được sạch sẽ.
- Trẻ biết giữ gìn vệ sinh môi trường, vứt rác đúng nơi quy định

+ Chăm sóc sức khỏe:

- Nhằm phát hiện kịp thời sức khỏe của trẻ để có biện pháp phù hợp
- Phòng tránh các bệnh thường gặp.
- Bảo vệ an toàn và phòng tránh một số tai nạn thường gặp.

2.Chuẩn bị:

- Giáo viên cần chuẩn bị đầy đủ các đồ dùng, vật dụng, có ký hiệu riêng cho trẻ

3.Nội dung

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	- Trước khi ăn: + Cô chuẩn bị bàn ghế (trẻ cùng cô sắp xếp) + Trẻ 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 ăn chậm, trẻ yếu hoặc mới ốm dậy, cô tạo không khí thoải mái và khuyến khích trẻ ăn hết suất, không dọa, nạt trẻ trong khi ăn. + Xếp những trẻ yếu, ăn chậm và suy dinh dưỡng riêng một 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 cho trẻ ăn, uống khi trẻ ho, khóc hoặc ngủ gật để tránh hóc và sặc.	-Giáo viên: Cao Thị Lan - Giáo viên và trẻ	-

	+ Động viên trẻ ăn hết suất, không làm rơi vãi thức ăn, không ngậm thức ăn , trong khi ăn không nói chuyện ,nhai kỹ, nhắc nhở trẻ nhặt cơm rơi vãi bỏ vào đĩa đựng cơm rơi. - Sau khi ăn: + Trẻ biết bỏ bát thìa đúng nơi, đánh răng và cho trẻ lau mặt sạch sẽ .		
2. Tổ chức giấc ngủ	a. Trước khi trẻ ngủ: - Trẻ biết cùng cô trải chiếu, xếp gối và chuẩn bị trước khi đi. + Giáo viên cho trẻ đi vệ sinh + Cho trẻ cởi bớt áo cho trẻ thoải mái để ngủ + Cho trẻ nghe những bài hát ru, kể câu chuyện có tính giáo dục, tạo cho trẻ giấc ngủ yên tĩnh, với những trẻ khó ngủ cô nên vỗ về giúp trẻ dễ ngủ hơn. * Theo dõi trẻ trong khi ngủ: + Cô có mặt trong khi trẻ ngủ + Tạo cho 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, sửa chăn cho trẻ đủ ấm, sửa tư thế ngủ cho trẻ * Chăm sóc sau khi trẻ thức dậy: - Không nên đánh thức trẻ đồng loạt, trẻ nào thức trước cô cho trẻ dậy trước. Cho trẻ cất gối gọt gàng vào tủ + Cô cho trẻ đi vệ sinh sau khi trẻ ngủ dậy - Hướng dẫn trẻ thu dọn đồ dùng cùng cô	-Giáo viên	
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. + Chăm sóc và hướng dẫn trẻ thực hiện VSCN: - Tổ chức cho trẻ rửa tay, lau mặt theo đúng quy trình, đảm bảo vệ sinh sạch sẽ. Khi trẻ thực hiện cô bao quát và hướng dẫn trẻ. - Trẻ biết rửa tay khi tay bẩn, trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh b) Vệ sinh môi trường:	-Giáo viên -Giáo viên và trẻ	

	+ 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 - 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 - 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. Hằng 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 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 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	-Giáo viên	
4.Tổ chức chăm sóc, sức khỏe và an toàn	a) Chăm sóc sức khỏe + Để theo dõi phát triển thể lực của trẻ qua biểu đồ: -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. b. Phòng và xử lý các bệnh thường gặp + Tiêm chủng, phòng dịch	-Giáo viên phối hợp với y tế để thực hiện	

	- 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 + <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. <i>c. 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. - Giáo dục trẻ không tự ý sử dụng đồ dùng, dụng cụ của các nghề. <i>* An toàn tính mạng:</i> - Không để xảy ra việc thất lạc trẻ. - Tạo tâm lý thoải mái, vui vẻ cho trẻ khi đến lớp.	-Giáo viên phối hợp với phụ huynh	
--	--	--	--