

Số: 16 /KH -MNCPTS

Tiên Sơn, ngày 22 tháng 9 năm 2025

**KẾ HOẠCH**  
**Chăm sóc sức khỏe và nuôi dưỡng trẻ trong trường mầm non**  
**Năm học 2025-2026**

**I. NHỮNG CĂN CỨ ĐỂ XÂY DỰNG KẾ HOẠCH**

- Căn cứ vào kế hoạch thực hiện nhiệm vụ năm học 2025-2026 của Trường mầm non C phường Tiên Sơn;
- Căn cứ vào tình hình thực tế của nhà trường, trường Mầm non C phường Tiên Sơn xây dựng kế hoạch chăm sóc sức khỏe và nuôi dưỡng trẻ trong trường mầm non năm học 2025-2026 như sau:

**II. ĐẶC ĐIỂM TÌNH HÌNH**

**1. Thuận lợi**

a) Đội ngũ lãnh đạo, giáo viên và nhân viên

Stt	VTVL	Số lượng	Trình độ chuyên môn				Trình độ chính trị	Đảng viên	Ghi chú
			TS	ĐH	CĐ	TC			
1	Hiệu trưởng	01	1				01	01	
2	Phó hiệu trưởng	01		1			1	1	
3	Giáo viên	21		13	8		2	14	
4	Kế toán	01		1				1	
5	Văn thư	0				0		0	
6	NV nấu ăn	03							Có chứng nhận VSATTP
7	Bảo vệ	01							
<b>Tổng số</b>		<b>28</b>	<b>1</b>	<b>15</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>17</b>	

- 100% CBQLGVNV có trình độ đạt chuẩn và trên chuẩn; có năng lực tốt trong công tác nuôi dưỡng, chăm sóc và giáo dục trẻ.

- 04/04 nhân viên nấu ăn nhiệt tình và có nhiều kinh nghiệm trong việc chế biến các món ăn, được tham gia các lớp tập huấn về VSATTP.

#### b) Cơ sở vật chất

- Bếp ăn có diện tích theo yêu cầu và đều được xây dựng và hoạt động theo quy trình 1 chiều, đảm bảo VSATTP

- Nhà trường có đầy đủ các loại đồ dùng, dụng cụ phục vụ cho công tác chăm sóc sức khỏe và nuôi dưỡng, các loại đồ dùng phù hợp và đảm bảo chất lượng

### **2. Khó khăn**

- Đội ngũ nhân viên nấu ăn đều là những người nhiều tuổi nên việc làm các loại sổ sách của công tác nuôi ăn còn hạn chế.

- Một số cha mẹ trẻ chưa thực sự quan tâm về nuôi dưỡng và chăm sóc sức khỏe trẻ mầm non.

Từ những thuận lợi và khó khăn trên, trường mầm non xã Tiên Ngoại xây dựng Kế hoạch Chăm sóc sức khỏe và nuôi dưỡng trẻ trong trường mầm non năm học 2025-2026 cụ thể như sau:

## **III. NHIỆM VỤ TRỌNG TÂM**

### **1. Chăm sóc**

- Nâng cao chất lượng nuôi dưỡng và chăm sóc sức khỏe trẻ. Đảm bảo an toàn tuyệt đối cho trẻ về thể chất và tinh thần, phòng tránh tai nạn thương tích cho trẻ.

- Tuyên truyền cho các bậc cha mẹ trẻ kiến thức, nhận thức về việc chăm sóc nuôi dưỡng trẻ theo khoa học; chế độ chăm sóc trẻ tại nhà trường.

- Làm tốt công tác chăm sóc sức khỏe cho trẻ phối hợp với trạm y tế phường, cha mẹ trẻ tổ chức khám sức khỏe định kỳ cho trẻ 1 lần /năm và tiêm chủng đầy đủ đúng quy định.

- Thực hiện nghiêm túc việc cân đo để đánh giá thể lực của trẻ trên cơ sở đó kịp thời xây dựng kế hoạch phòng chống suy dinh dưỡng và kiểm soát tình trạng thừa cân, béo phì cho trẻ.

- Thực hiện nề nếp việc vệ sinh cá nhân và vệ sinh môi trường.

### **2. Nuôi dưỡng**

- Không để xảy ra ngộ độc thức ăn tại trường

- Làm tốt công tác xã hội hoá để huy động 100% trẻ đến trường được nuôi ăn bán trú theo thực đơn và theo quy định của các cấp về công tác nuôi ăn. 100% số trẻ suy dinh dưỡng được ăn phục hồi dinh dưỡng.

- Chế độ và khẩu phần ăn phù hợp với từng độ tuổi:

+ Nhu cầu khuyến nghị năng lượng của một trẻ trong một ngày đối với trẻ nhà trẻ là 930-1000 Kcal, và trẻ mẫu giáo là 1230-1232 Kcal.

+ Nhu cầu khuyến nghị năng lượng tại trường, của một trẻ trong một ngày đối với nhà trẻ là 600-651 Kcal chiếm 60-70%; trẻ mẫu giáo chiếm 50-55% nhu cầu cả ngày: 615-726 Kcal.

- Số bữa ăn là một bữa chính và một bữa phụ đối với trẻ mẫu giáo và 2 bữa chính một bữa phụ đối với trẻ nhà trẻ.

+ Năng lượng phân phối cho các bữa ăn: bữa chính (bữa trưa) đối với trẻ Mẫu giáo cung cấp từ 30% đến 35% năng lượng cả ngày, Bữa phụ cung cấp từ 15% đến 25% năng lượng cả ngày; đối với trẻ nhà trẻ bữa trưa cung cấp từ 30-35% năng lượng cả ngày, bữa chính chiều cung cấp 25-30% và bữa phụ cung cấp khoảng 5-10% năng lượng cả ngày.

+ Tỷ lệ các chất cung cấp năng lượng theo cơ cấu:

Chất đạm (Protit) cung cấp khoảng 13% - 20% năng lượng khẩu phần.

Chất béo (Lipit) cung cấp khoảng 25% - 35% năng lượng khẩu phần đối với trẻ mẫu giáo; 30% - 40% năng lượng khẩu phần đối với nhà trẻ.

Chất bột (Gluxit) cung cấp khoảng 52% - 60% năng lượng khẩu phần đối với trẻ mẫu giáo và khoảng 52% - 60% năng lượng khẩu phần 47% - 50% đối với trẻ nhà trẻ.

- Đủ nước uống cho trẻ theo quy định: Trẻ nhà trẻ khoảng 0,8 lít – 1,6 lít/trẻ/ngày, trẻ mẫu giáo khoảng 1,6 lít – 2 lít/trẻ/ngày.

- Đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm.

- Xây dựng thực đơn theo tuần, mùa, không trùng thực phẩm chính trong một tuần ăn tại trường.

#### **IV. KẾ HOẠCH CỤ THỂ**

##### **1. Chăm sóc**

###### **\* Chỉ tiêu**

- 11/11/ nhóm lớp thực hiện đảm bảo an toàn tuyệt đối cho trẻ

- 100% trẻ đến trường được đảm bảo an toàn tuyệt đối về thể chất và tinh thần, không xảy ra tai nạn thương tích cho trẻ.
- Đảm bảo không để xảy ra ngộ độc thức ăn tại trường.
- 100% trẻ đến trường được nuôi ăn bán trú.
- 100% số trẻ được khám sức khỏe định kỳ ít nhất 1 năm 1 lần và được tiêm chủng đầy đủ đúng thời gian quy định.
- 100% số trẻ được theo dõi đánh giá sự phát triển cân nặng, chiều cao theo lứa tuổi bằng biểu đồ theo đúng quy định
- Giảm tỷ lệ suy dinh dưỡng từ 1,5% trở lên so với đầu năm học.
- 100% trẻ có đủ đồ dùng vệ sinh cá nhân và có kỹ năng vệ sinh cá nhân.
- 100% số nhóm lớp, các khu vui chơi, khuôn viên nhà trường được vệ sinh thường xuyên. Hàng ngày dùng dung dịch cloramin B để lau nhà tẩy rửa.

### **\* Biện pháp**

#### **a) Chăm sóc sức khỏe**

- \* Khám sức khỏe định kỳ, theo dõi tiêm chủng
- Thành lập Ban chăm sóc sức khỏe của nhà trường trong đó đồng chí Hiệu trưởng làm trưởng ban trực tiếp chỉ đạo công tác chăm sóc sức khỏe cho trẻ.
- Phối hợp với trạm y tế trường để theo dõi trẻ tiêm chủng và khám sức khỏe định kỳ cho trẻ 1 lần /năm. Địa điểm khám sức khỏe cho trẻ tại trường mầm non.
- Giáo viên lập danh sách trẻ của nhóm lớp theo mẫu quy định. Quản lý trẻ chặt chẽ trong mọi hoạt động, luôn theo dõi số lượng trẻ đến lớp hàng ngày.
- Tập hợp kết quả: Giao cho giáo viên phụ trách nhóm lớp thông báo với cha mẹ trẻ về kết quả khám sức khỏe của trẻ và phối hợp cùng gia đình chăm sóc sức khỏe cho trẻ. Tập hợp kết quả khám sức khỏe để theo dõi và phối hợp chăm sóc.

#### **b) Đánh giá sự phát triển thể lực của trẻ**

- Chuẩn bị đầy đủ đồ dùng, dụng cụ phục vụ cho công tác đánh giá sự phát triển thể lực của trẻ như cân, thước. Dùng một loại cân, thước để cân đo trẻ nhằm đảm bảo độ chính xác cao giữa các lần cân đo, giữa lớp này với lớp khác.
- Ban chăm sóc sức khỏe của trường cân đo trẻ vào ngày 15 hàng tháng đối với trẻ 13 - 24 tháng và những trẻ suy dinh dưỡng, cân đo hàng quý đối với trẻ 25 - 36 tháng và trẻ mẫu giáo.

- Giao cho giáo viên phụ trách các nhóm lớp chấm biểu đồ theo dõi đánh giá sự phát triển cân nặng, chiều cao của trẻ. Thông qua báo kết quả theo dõi sự phát triển cân nặng chiều cao của trẻ đối với từng phụ huynh.

- Lập danh sách trẻ bị suy dinh dưỡng, thấp còi của nhóm lớp mình nộp về Ban chăm sóc sức khoẻ của trường.

\* Vệ sinh cá nhân:

+ Đối với trẻ

- Nhà trường huy động nguồn kinh phí mua sắm trang thiết bị, đồ dùng vệ sinh cá nhân cho trẻ đảm bảo mỗi trẻ có đầy đủ khăn mặt, ca cốc, bàn chải đánh răng, và có ký hiệu riêng.

- Mỗi nhóm lớp phải có đầy đủ dụng cụ cho trẻ thực hiện vệ sinh cá nhân như máng rửa tay, nguồn nước sạch, xà phòng.

- Giáo viên hướng dẫn trẻ thực hiện vệ sinh cá nhân (Vệ sinh da, vệ sinh răng miệng, trẻ biết đi vệ sinh đúng nơi quy định, giữ gìn quần áo giày dép sạch sẽ).

+ Đối với giáo viên.

- Mỗi giáo viên phải là tấm gương về giữ vệ sinh và chăm sóc bảo vệ sức khoẻ cho bản thân để trẻ học tập và làm theo (Thân thể, đầu tóc, quần áo phải luôn gọn gàng sạch sẽ, móng tay phải thường xuyên cắt ngắn.)

- Giáo viên, nhân viên nấu ăn được khám sức khoẻ định kỳ và có biện pháp phòng bệnh.

\* Vệ sinh môi trường

- Mỗi nhóm lớp phải có lịch vệ sinh cụ thể hàng ngày, hàng tuần.

- Thực hiện nghiêm túc việc vệ sinh trường lớp và môi trường xung quanh đảm bảo cảnh quan trường, lớp luôn xanh, sạch, đẹp.

- Vệ sinh phòng nhóm, đồ dùng, đồ chơi tại các nhóm lớp, bếp ăn vào thứ 2 hàng tuần. Giữ sạch nguồn nước và xử lý rác, nước thải. Mỗi khối lớp, nhà bếp, sân chơi, đều có thùng rác có nắp đậy, hàng ngày giáo viên rèn trẻ có thói quen bỏ rác đúng nơi quy định nhằm đảm bảo vệ sinh môi trường.

- Nhà trường thường xuyên kiểm tra nguồn nước, nhằm đảm bảo không bị dịch bệnh cho trẻ, hàng tuần rửa bể.

- Hệ thống cống thoát nước đảm bảo vệ sinh sạch sẽ. Nhà vệ sinh là nhà vệ sinh tự hoại, nguồn nước sạch đảm bảo đầy đủ cho trẻ sử dụng.

### **c) Đảm bảo an toàn tuyệt đối**

- Giáo viên phối hợp với gia đình và nhà trường chăm sóc, nuôi dưỡng đầy đủ, vệ sinh và phòng tránh bệnh tật tốt.
- Thực phẩm phải được hợp đồng ký nhận đầy đủ, lựa chọn, mua thực phẩm phải tươi ngon. Đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm,
- Nước uống và nước sinh hoạt dùng cho trẻ hợp vệ sinh.
- Nhà trường có 1 phòng y tế, có túi cứu thương gồm có các đồ dùng sơ cứu, có giường nằm và các loại thuốc thông thường sử dụng cho trẻ.
- Giáo viên dành nhiều thời gian tiếp xúc vui vẻ với trẻ tạo không khí thân mật, tạo cảm giác yên tâm cho trẻ khi ở trường. Tránh gò ép dọa nạt, phê phán trẻ. Đặc biệt quan tâm, chăm sóc trẻ mới đến lớp và các trẻ có nhu cầu đặc biệt.
- Trường lớp phải có hàng rào bảo vệ xung quanh. Sân chơi và đồ chơi ngoài trời phù hợp với lứa tuổi, tránh trơn trượt.
- Phòng học phải đảm bảo đủ ánh sáng, đủ diện tích, thoáng mát về mùa hè, ấm áp về mùa đông.
- Giáo viên không để trẻ tiếp xúc hoặc nhận quà từ người lạ.
- Thường xuyên kiểm tra cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ cho công tác chăm sóc, nuôi dưỡng giáo dục trẻ loại bỏ những dụng cụ đồ dùng không đảm bảo an toàn đối với trẻ.

## **2. Công tác nuôi dưỡng**

### **a) Chỉ tiêu**

- Đảm bảo nguồn thực phẩm tươi ngon có nguồn gốc, đảm bảo chất lượng, hợp vệ sinh.
- Không để xảy ra ngộ độc thức ăn tại trường.
- Huy động 100 % trẻ đến trường được nuôi ăn bán trú.
- Mức ăn của trẻ là 20.000 đồng/ngày/trẻ (Mẫu giáo 1 bữa chính, 1 bữa phụ; Nhà trẻ 2 bữa chính và 1 bữa phụ)
- Đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm tuyệt đối.

### **b) Biện pháp**

- Đẩy mạnh công tác tuyên truyền phối hợp với các ban ngành đoàn thể đặc biệt là cha mẹ trẻ để huy động 100% trẻ ăn bán trú tại trường. Hợp Cha mẹ trẻ đầu năm tuyên truyền về chế độ nuôi dưỡng, chăm sóc, chế độ dinh dưỡng cho trẻ

mầm non, xây dựng góc tuyên truyền về dinh dưỡng tại nhà trường, bếp ăn và các nhóm lớp để cha mẹ trẻ thấy được tầm quan trọng của dinh dưỡng đối với trẻ em trong độ tuổi mầm non để từ đó thu hút trẻ ăn bán trú tại trường.

- Tăng cường công tác xã hội hoá giáo dục để mua sắm đảm bảo đầy đủ đồ dùng, dụng cụ phục vụ công tác nuôi dưỡng, mua bổ sung một số dụng cụ cho nhà bếp như rổ, rá, xô, chậu, dao lọc thịt, thớt to, ca inox, lót tay.

- Xây dựng chế độ ăn, khẩu phần ăn phù hợp với từng độ tuổi.

Dựa vào nhu cầu khuyến nghị về năng lượng tại trường/ngày/ trẻ nhà trẻ (chiếm 60 - 70% nhu cầu cả ngày) như vậy số Kcal ở trường đối với trẻ nhà trẻ khoảng 600 - 651 Kcal, đối với trẻ mẫu giáo (chiếm 50 - 55% nhu cầu cả ngày) vậy số Kcal ở trường đối với trẻ mẫu giáo khoảng 615 - 726 Kcal.

- Bộ phận nuôi dưỡng căn cứ vào nhu cầu khuyến nghị về năng lượng và nhu cầu các chất cần cho trẻ ở trường trong một ngày để xây dựng thực đơn, tính khẩu phần ăn từng ngày, từng tuần đảm bảo đủ chất dinh dưỡng, năng lượng và cân đối giữa các chất.

- Xây dựng chế độ ăn, khẩu phần ăn phải đảm bảo đủ lượng, đủ chất cho trẻ theo lứa tuổi trong ngày.

- Từ khẩu phần ăn, của trẻ và giá cả thị trường hiện tại làm cơ sở để định mức thu ăn đối với các chế độ ăn (ăn chính, ăn phụ. Nhà trường tổ chức họp phụ huynh thống nhất mức ăn của trẻ năm học 2025 – 2026 là 20.000đ/ngày/trẻ.

- Tích cực tuyên truyền bằng nhiều hình thức thông qua các cuộc họp phụ huynh, viết bài tuyên truyền qua hệ thống truyền thanh. Tổ chức các buổi tập huấn, hội thảo để nâng cao nhận thức cho CBGV, cha mẹ trẻ và toàn thể nhân dân về kiến thức giáo dục dinh dưỡng, VSATTP và CSSK. Đặc biệt là việc phối hợp phòng chống suy dinh dưỡng và tổ chức cho trẻ ăn phục hồi dinh dưỡng.

- Nhà trường và các nhóm lớp xây dựng và tổ chức thực hiện nghiêm túc kế hoạch nuôi dưỡng theo từng độ tuổi để nâng cao số lượng và chất lượng nuôi dưỡng trẻ, giảm tối đa trẻ SDD.

- Tăng cường bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ về công tác nuôi dưỡng cho CBQL và giáo viên, nhân viên nuôi dưỡng thông qua việc tự bồi dưỡng, tham gia lớp bồi dưỡng, tập huấn, hội thảo, hội thi, tham quan học tập do thị xã, nhà trường tổ chức.

- Thực hiện nghiêm túc việc xây dựng thực đơn theo mùa, xây dựng khẩu phần ăn cho trẻ theo đúng qui định, đảm bảo mỗi bữa ăn hàng ngày cho trẻ đủ

chất dinh dưỡng cần thiết, đủ nhu cầu năng lượng, tăng cường việc chế biến thức ăn phù hợp với từng độ tuổi của trẻ.

- Tổ chức ăn tại nhóm lớp đảm bảo tốt qui trình từ lúc chuẩn bị chia ăn đến chăm sóc động viên trẻ, hướng dẫn trẻ trước, trong và sau khi ăn, tạo không khí vui vẻ, ăn ngon miệng, hết suất và sạch sẽ. Tổ chức tốt việc tổ chức giấc ngủ trưa cho trẻ, đảm bảo nề nếp, khoa học.

- Nhà trường, các nhóm lớp có đủ hồ sơ, sổ sách nuôi dưỡng, ghi chép đầy đủ, đúng, đẹp, chính xác và khoa học. Các nội qui, qui chế, biểu bảng qui định tại bếp ăn phải đầy đủ, đúng qui định. Thực hiện tốt mọi công khai trong công tác nuôi dưỡng đặc biệt công khai về tài chính, về số trẻ ăn chính, ăn phụ trong từng ngày, tuần, tháng, năm.

- Tăng cường cơ sở vật chất, mua sắm các dụng cụ phục vụ CSND đảm bảo vệ sinh theo đúng qui định, đảm bảo bếp ăn gọn gàng, sạch sẽ.

- Chấp hành nghiêm túc nội qui nhà bếp, nội qui của trường. Thực hiện nghiêm túc qui trình bếp 1 chiều, VSATTP. Tích cực rèn luyện đạo đức, văn hoá, bồi dưỡng chuyên môn, nghiệp vụ, tham gia các buổi tập huấn các cấp tổ chức, phát huy vai trò của mình trong các hoạt động nuôi dưỡng. Có sức khoẻ, không mắc các bệnh truyền nhiễm. Khi thực hiện nhiệm vụ phải mang khẩu trang.

- Phân công chức năng nhiệm vụ cho từng nhân viên nuôi dưỡng.

- Phải thực hiện vệ sinh từ khâu tiếp phẩm đến khi chế biến thức ăn. Việc chuẩn bị đồ dùng, đồ chia thức ăn phải được chú ý: tráng nước sôi và phơi khô sạch sẽ.

- Thực hiện tốt 10 lời khuyên vàng.

- Thực hiện nghiêm chỉnh nội dung qui chế của nhà bếp.

- Tăng cường bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ: Nhà trường luôn tạo điều kiện để nhân viên nuôi dưỡng được tham gia các lớp tập huấn bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ về vệ sinh an toàn thực phẩm.

- Thực hiện nghiêm túc việc lưu mẫu thức ăn hàng ngày. Yêu cầu nhân viên nuôi dưỡng phải thực hiện nghiêm túc việc lưu mẫu thức ăn hàng ngày. Người lưu mẫu phải ngâm rửa dụng cụ lưu mẫu bằng nước sôi mỗi thức ăn có đồ lưu mẫu riêng nắp đậy và ghi tên từng món ăn lưu ký tên rõ ràng. Ngày hôm sau giáo viên hủy phải ký và ghi rõ họ tên người hủy. Việc lưu mẫu thức ăn phải được thực hiện thường xuyên có nề nếp. Nhà trường quán triệt tất cả giáo viên thực hiện nghiêm túc nội quy bếp ăn.

- Hồ sơ nuôi dưỡng của nhà trường đầy đủ theo quy định được cập nhật thường xuyên số liệu chính xác lưu trữ tốt.

- Chăm sóc bữa ăn yêu cầu giáo viên: Phải chuẩn bị đầy đủ đồ dùng, dụng cụ cần thiết trước khi cho trẻ ăn bát thìa phải được tráng nước sôi.

+ Trẻ phải được vệ sinh sạch sẽ, rèn trẻ có thói quen rửa tay trước khi ăn.

+ Giáo viên tạo không khí thoải mái để trẻ ăn hết suất, chú ý đề phòng hóc, sặc cho trẻ.

+ Sau khi ăn xong giáo viên hướng dẫn trẻ lau miệng, lau tay, tập cho trẻ tự bê cốc uống nước. Đối với các cháu mẫu giáo hướng dẫn trẻ xếp bát thìa vào đúng nơi qui định cùng cô thu dọn bàn ghế, phòng ăn.

- Sau khi có kết quả cân đo lần 1 nhà trường lập danh sách học sinh suy dinh dưỡng. Tổ chức họp phụ huynh có con bị suy dinh dưỡng cùng phối hợp với nhà trường trong công tác phòng chống suy dinh dưỡng cho trẻ.

### **b) Đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm**

- Tập huấn kiến thức về VSATTP cho nhân viên nuôi dưỡng.

- Ký hợp đồng mua thực phẩm sạch có nguồn gốc rõ ràng đảm bảo VSATTP bản hợp đồng phải có giá trị pháp lý.

- Tổ chức khám sức khỏe định kỳ 1 lần/năm học cho nhân viên nuôi dưỡng. Yêu cầu nhân viên nuôi dưỡng phải có trang phục riêng, có kiến thức, hiểu biết về vệ sinh an toàn thực phẩm. Thực hiện nghiêm túc qui định về VSATTP (thực phẩm phải rõ nguồn gốc, đảm bảo tươi, sạch, có lưu mẫu thức ăn hàng ngày); Vệ sinh dụng cụ trước và sau khi dùng sạch sẽ; Đảm bảo bếp ăn có dụng cụ chuyên dùng, dụng cụ chế biến thực phẩm sống, dụng cụ chế biến thực phẩm chín để riêng không dùng lẫn.

- Thường xuyên vệ sinh bếp ăn và nhà ăn sạch sẽ hàng ngày, hàng tuần tổng vệ sinh đánh rửa xoong nồi rõ rá, xô chậu ... vào chiều thứ hai

- Bếp ăn được sắp xếp theo quy trình bếp 1 chiều và thực hiện nghiêm túc các khâu chế biến thức ăn từ rửa - thái - nấu - chia.

### **c) Tổ chức ngủ**

- Làm tốt công tác xã hội hoá để mua sắm các trang thiết bị cần thiết phục vụ cho trẻ ngủ tại trường, chiếu gô, màn, chăn ấm về mùa đông...

- Các nhóm lớp phải đảm bảo vệ sinh và an toàn cho trẻ trước, trong và sau khi ngủ dậy.

+ Nơi ngủ phải có không khí trong lành, thoáng mát về mùa hè, ấm áp về mùa đông, ánh sáng dịu. Phòng ngủ nên giảm bớt ánh sáng bằng cách đóng bớt cửa sổ, tắt bớt đèn hoặc kéo rèm.

+ Mùa đông phải có đủ chiếu, màn, gối, chăn ấm và thường xuyên được phơi giặt đảm bảo luôn sạch sẽ, khô ráo không để trẻ nằm trực tiếp dưới sàn nhà.

- Chăm sóc trẻ khi ngủ: Phân công giáo viên trực để quan sát phát hiện và xử lý kịp thời các tình huống có thể xảy ra trong khi trẻ ngủ. Cần giữ yên tĩnh khi trẻ ngủ tránh cười nói to và gây tiếng động mạnh làm trẻ giật mình.

- Chăm sóc trẻ khi thức dậy: Trẻ nào thức giấc trước cô cho dậy trước, tránh tình trạng đánh thức đồng loạt làm ảnh hưởng đến giấc ngủ của trẻ khác và sinh hoạt của lớp. Trẻ yếu và có nhu cầu ngủ nhiều nên cho thức dậy sau cùng. Sau khi trẻ thức dậy lau mặt cho trẻ tỉnh ngủ và động viên trẻ chơi. Hướng dẫn trẻ làm một số việc vừa sức như: cất gối, xếp chăn, chiếu. Có thể chuyển dần sang hoạt động khác bằng cách âu yếm, trò chuyện với trẻ cho trẻ hát một bài, nhắc nhở trẻ đi vệ sinh. Sau khi trẻ tỉnh táo cho trẻ ăn bữa phụ chiều.

### **3. Phòng chống suy dinh dưỡng và phục hồi dinh dưỡng cho những trẻ bị suy dinh dưỡng**

#### **\* Chỉ tiêu**

- Xây dựng mạng lưới chỉ đạo phòng chống SDD, tăng cường kiểm tra, giám sát mọi hoạt động chăm sóc vệ sinh, suy dinh dưỡng ở các lớp.

- Đảm bảo khẩu phần ăn của trẻ theo định lượng qui định.

- Thực hiện tốt chế độ sinh hoạt một ngày đối với trẻ.

- Giảm tỷ lệ trẻ suy dinh dưỡng thể nhẹ cân và suy dinh dưỡng thể thấp còi từ 1.5% trở lên so với đầu năm học.

#### **\* Biện pháp**

- Nhà trường thành lập ban chỉ đạo phòng chống suy dinh dưỡng.

- Kiểm tra, giám sát số cháu suy dinh dưỡng ở các lớp.

- Giáo viên tổ chức tốt bữa ăn cho trẻ, quan tâm nhiều hơn đối với những trẻ bị suy dinh dưỡng.

- Nhà trường thường xuyên kiểm tra kỹ năng thực hành nấu nướng tại nhà bếp, nắm bắt thông tin để chấn chỉnh khẩu phần ăn hợp lý.

- Duy trì ký hợp đồng với người cung cấp thực phẩm đảm bảo an toàn vệ sinh, giám sát chặt chẽ việc giao nhận thực phẩm.

- Thực hiện nghiêm túc việc lưu mẫu thức ăn trong ngày.
- Phối hợp thường xuyên với gia đình để chăm sóc trẻ được tốt nhất.

#### **4. Phòng chống đối với những trẻ thừa cân, béo phì**

##### **\* Chỉ tiêu**

- 100% các cháu có cân nặng bình thường được kiểm tra tình trạng thừa cân, béo phì bằng biểu đồ cân nặng theo chiều cao.
- 100% cháu thừa cân, béo phì được điều chỉnh chế độ ăn và chế độ tập luyện hàng ngày cho trẻ.
- Không chế tỷ lệ trẻ thừa cân béo phì, trong năm học phần đầu có 50% cháu thừa cân béo phì được kiểm soát cân nặng và trở về mức bình thường.

##### **\* Biện pháp**

- Chỉ đạo giáo viên kiểm soát tốt chế độ ăn uống của trẻ cần cho trẻ ăn uống cho vừa đủ, hạn chế cho trẻ ăn các loại thức ăn có nhiều mỡ, đường, tăng cường rau xanh và các loại củ, quả trong bữa ăn cho trẻ.
- Cho trẻ thực hiện các bài tập thể dục riêng ngoài các bài tập ở trên lớp như lắc vòng, chạy, leo thang thể dục...
- Chỉ đạo các cô giáo cho trẻ béo phì tham gia các hoạt động vừa sức trong lớp như trực nhật, xếp ghế, kê giường, phơi khăn phụ cô giáo...
- Tuyên truyền với cha mẹ trẻ cách phòng chống bệnh béo phì như hạn chế tối đa cho trẻ ăn đồ ngọt như các loại bánh, kẹo, socola... không cho trẻ ăn vặt. Có chế độ tập thể dục cho trẻ trong thời gian ở nhà và kiểm soát tốt cân nặng của trẻ.

### **V. TỔ CHỨC THỰC HIỆN**

#### **1. Đối với nhà trường**

Trước khi bước vào năm học nhà trường xây dựng kế hoạch chăm sóc nuôi dưỡng. Tổ chức hội nghị thông qua kế hoạch chăm sóc nuôi dưỡng đối với cán bộ giáo viên, nhân viên của trường, hướng dẫn đôn đốc, giám sát CBGVNV tổ chức thực hiện kế hoạch, thường xuyên kiểm tra, rút kinh nghiệm và điều chỉnh, bổ sung kế hoạch cho phù hợp.

#### **2. Đối với tổ chuyên môn**

Yêu cầu các tổ chuyên môn nghiên cứu nắm chắc các chỉ tiêu trong kế hoạch của nhà trường để xây dựng kế hoạch chăm sóc nuôi dưỡng của tổ.

#### **3. Đối với giáo viên**

- Sau khi tiếp thu kế hoạch của trường, mỗi giáo viên trong trường có trách nhiệm phối hợp với cha mẹ trẻ để huy động số lượng trẻ ăn bán trú tại trường, làm tốt công tác tuyên truyền với các bậc phụ huynh để đảm bảo mức ăn cho trẻ.

- Thường xuyên nhắc trẻ vệ sinh cá nhân trẻ, vệ sinh môi trường.

- Đảm bảo an toàn tuyệt đối cho trẻ.

- Mỗi giáo viên nghiêm túc thực hiện kế hoạch nuôi dưỡng và chăm sóc sức khoẻ của trường.

- Giáo viên nuôi dưỡng xây dựng thực đơn, khẩu phần ăn, chế độ ăn đảm bảo theo yêu cầu của từng độ tuổi và đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm.

Trên đây là Kế hoạch chăm sóc sức khoẻ nuôi dưỡng năm học 2024-2025 của nhà trường mầm non xã Tiên Ngoại. Nhà trường yêu cầu cán bộ, quản lý, giáo viên, nhân viên trong nhà trường nghiên cứu và nghiêm túc tổ chức thực hiện.

***Nơi nhận :***

- Lãnh đạo trường (Chỉ đạo);
- Tổ CM, Giáo viên (thực hiện);
- Lưu: VT.

**HIỆU TRƯỞNG**

**Đào Thị Hương**

**NHIỆM VỤ TỪNG THÁNG**

<b>Thời gian</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Ghi chú</b>
Tháng 08/2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vệ sinh môi trường, khử khuẩn trong và ngoài lớp học</li> <li>- Nhân viên nuôi tập huấn nghiệp vụ nấu ăn, CBGVNV tập huấn VSATTP.</li> <li>- Tuyên truyền vận động trẻ ra lớp được nuôi ăn bán trú.</li> </ul>	
Tháng 09/2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hợp đồng thực phẩm, HĐ sữa</li> <li>- Xây dựng thực đơn cho các ngày trong tuần, tháng</li> <li>- Xây dựng Kế hoạch chăm sóc sức khỏe, nuôi dưỡng, phục hồi và phòng chống suy dinh dưỡng, thừa cân, béo phì, vệ sinh an toàn thực phẩm cho trẻ</li> <li>- Cân đo, chắm biểu đồ và khám sức khỏe định kỳ cho trẻ.</li> <li>- Họp phụ huynh học sinh đầu năm</li> <li>- Hướng dẫn làm hồ sơ nuôi, hồ sơ CSSK trẻ</li> <li>- Hướng dẫn giáo viên cân đo chắm biểu đồ cho trẻ, thông báo cho cha mẹ trẻ về tình trạng dinh dưỡng của trẻ.</li> <li>- Hướng dẫn giáo viên xây dựng biện pháp khắc phục tình trạng suy dinh dưỡng, thừa cân, béo phì.</li> <li>- Rèn nề nếp vệ sinh cá nhân cho trẻ.</li> <li>- Cho nhân viên nuôi dưỡng học tập 10 lời khuyên vàng trong dinh dưỡng</li> <li>- Kiểm tra tổ chức giờ ăn, ngủ, vệ sinh ở các lớp</li> <li>- Kiểm tra đột suất: Xuất kho, giao nhận thực phẩm, chăm sóc giờ ăn, ngủ.</li> </ul>	
Tháng 10/2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Phát động các lớp làm tranh tuyên truyền về dinh dưỡng</li> <li>- Kiểm tra rút kinh nghiệm hồ sơ nuôi</li> <li>- Tổ chức Hội nghị CBCCVC năm học 2024-2025</li> <li>- Tiếp tục kiểm tra việc giao nhận thực phẩm và chế biến thức ăn của trẻ đảm bảo đủ định lượng.</li> <li>- Kiểm tra kho, hồ sơ nuôi các lớp.</li> </ul>	
Tháng 11/2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kiểm tra việc thực hiện nề nếp vệ sinh trước, trong, sau khi ăn.</li> <li>- Tiếp tục kiểm tra việc giao nhận thực phẩm và chế biến thức ăn của trẻ đảm bảo đủ định lượng</li> <li>- Kiểm tra sổ sách giữa các lớp + bếp</li> </ul>	

Thời gian	Nội dung	Ghi chú
Tháng 12/2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kiểm tra việc chế biến thức ăn ở các bếp nuôi</li> <li>- Cân, đo chấm biểu đồ cho trẻ thông báo cho cha mẹ trẻ về tình trạng dinh dưỡng của trẻ.</li> <li>- Kiểm tra sổ chấm ăn giữa các lớp với sổ báo ăn ở bếp.</li> </ul> Kiểm tra đột xuất về thực phẩm, gạo.	
Tháng 01/2026	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kiểm tra hồ sơ nuôi các nhóm lớp rút kinh nghiệm</li> <li>- Tiếp tục kiểm tra việc giao nhận thực phẩm và chế biến thức ăn của trẻ đảm bảo đủ định lượng.</li> <li>- Tập huấn cho giáo viên sử dụng phần mềm quản lý mầm non.</li> <li>- Kiểm tra hồ sơ nuôi: Sổ chấm ăn và sổ báo ăn</li> <li>- Đón đoàn kiểm tra thi đua Học kỳ I</li> </ul>	
Tháng 02/2026	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kiểm tra tính khẩu phần ăn trên máy bằng phần mềm quản lý mầm non.</li> <li>- Tiếp tục kiểm tra việc giao nhận thực phẩm và chế biến thức ăn của trẻ đảm bảo đủ định lượng</li> <li>- Kiểm tra nền nếp tổ chức giờ ăn, ngủ, vệ sinh ở các lớp sau khi nghỉ tết.</li> <li>- Kiểm tra hồ sơ nuôi các nhóm lớp rút kinh nghiệm</li> <li>- Kiểm tra sổ chấm ăn giữa các lớp với sổ báo ăn ở bếp</li> </ul>	
Tháng: 03/ 2026	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tiếp tục kiểm tra hồ sơ nuôi các nhóm lớp</li> <li>- Kiểm tra việc chế biến thức ăn của trẻ đảm bảo đủ định lượng</li> <li>- Kiểm tra kho, kiểm tra số xuất ăn của từng lớp</li> <li>- Cân đo chấm biểu đồ cho trẻ thông báo cho cha mẹ trẻ về tình trạng dinh dưỡng của trẻ.</li> <li>- Kiểm tra đột xuất việc chăm sóc giờ ăn, ngủ cho trẻ</li> </ul>	
Tháng 04/2026	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kiểm tra hồ sơ nuôi các nhóm lớp và bếp</li> <li>- Tiếp tục kiểm tra việc giao nhận thực phẩm và chế biến thức ăn của trẻ đảm bảo đủ định lượng</li> <li>- Đón đoàn kiểm tra thi đua học kì II</li> </ul>	
Tháng 05/2026	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kiểm kê chế độ ăn của trẻ cuối năm</li> </ul>	