

KẾ HOẠCH
DINH DƯỠNG VÀ HOẠT ĐỘNG THỂ LỰC
Năm học 2025 - 2026

Căn cứ Thông tư liên tịch Số 13/2016/TTLT-BYT-BGDĐT ngày 12/5/2016 của Bộ y tế - Bộ Giáo dục & Đào tạo về việc quy định về công tác y tế trường học;

Căn cứ công văn số 148/PVHXXH-GDĐT của phường An Khê ngày 9 tháng 9 năm 2025 về việc hướng dẫn thực hiện chuyên môn giáo dục mầm non năm học 2025 - 2026;

Trường mầm non Hồng Đào xây dựng kế hoạch dinh dưỡng và hoạt động thể lực năm học 2025 – 2026 như sau:

I. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU

1. Bảo đảm dinh dưỡng hợp lý và tăng cường hoạt động thể lực cho trẻ đóng vai trò quan trọng trong việc nâng cao sức khỏe, phát triển chiều cao, thể lực

2. Bảo đảm dinh dưỡng hợp lý và tăng cường hoạt động thể lực cho trẻ cần được thực hiện thường xuyên, liên tục và lâu dài, lồng ghép với các đề án, dự án và các chương trình có liên quan.

3. Quan tâm đầu tư và có cơ chế khuyến khích huy động các nguồn lực hợp pháp khác cho công tác bảo đảm dinh dưỡng hợp lý và tăng cường hoạt động thể lực cho trẻ

II. MỤC TIÊU

Nâng cao hiểu biết về dinh dưỡng hợp lý và hoạt động thể lực phù hợp đối trẻ

Thực hiện dinh dưỡng hợp lý, tăng cường hoạt động thể lực phù hợp đối với trẻ

III. CÁC NHIỆM VỤ VÀ GIẢI PHÁP CHỦ YẾU

Tích cực tham gia các giờ thể dục ở trường và chơi các trò chơi vận động trong giờ nghỉ giải lao.

Tham gia các hoạt động thể thao như đá bóng, bơi lội, tập võ, múa, thể dục nhịp điệu...

Đảm bảo duy trì hoạt động thể dục đầu giờ, các giờ học thể dục.

Chú trọng giáo dục cho học sinh có thói quen tích cực hoạt động thể lực.

Phát động phong trào và tổ chức các cuộc thi đấu thể thao cho học sinh

Tích cực giúp cha mẹ làm việc như dọn dẹp nhà cửa, giặt quần áo, phụ giúp công việc làm bếp...

Không nên ngồi lâu xem tivi, chơi trò chơi điện tử, dùng máy tính, đọc truyện, nghe nhạc...

Đẩy mạnh truyền thông về dinh dưỡng và hoạt động thể lực trong trường học

Nội dung truyền thông:

- Dinh dưỡng hợp lý, các nhóm thực phẩm, thực phẩm lành mạnh và vệ sinh an toàn thực phẩm; các tiêu chuẩn, định mức về dinh dưỡng hợp lý, hoạt động thể chất phù hợp

- Vai trò của hoạt động thể chất, các bài tập thể lực, các môn thể thao phù hợp cho trẻ

- Truyền thông qua panô, áp phích và tờ rơi về chế độ dinh dưỡng hợp lý và các hoạt động thể lực phù hợp

- Lồng ghép nội dung giáo dục dinh dưỡng và giáo dục thể chất vào giáo án và các hoạt động ngoại khóa

- Tổ chức khám sức khỏe và đánh giá tình trạng dinh dưỡng, thể lực định kỳ cho trẻ và kết hợp lồng ghép, truyền thông cho cha mẹ học sinh thông qua các buổi họp phụ huynh, các phương tiện truyền thông của nhà trường

- Tổ chức các cuộc thi “Cấp dưỡng giỏi cấp trường” về tổ chức bữa ăn cân đối, hợp lý, lựa chọn thực phẩm lành mạnh

Tăng cường cơ sở vật chất, trang thiết bị, phục vụ việc đảm bảo dinh dưỡng, giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trường học

- Đảm bảo cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ việc tổ chức bữa ăn bán trú của các bếp ăn trường học: dụng cụ chế biến, bảo quản thực phẩm, bàn ghế nơi tổ chức cho học sinh ăn, uống trong trường học, trang thiết bị

Trên đây là kế hoạch dinh dưỡng và hoạt động thể lực của trường mầm non Hồng Đào. Trong quá trình thực hiện nhà trường sẽ điều chỉnh cho phù hợp với tình hình thực tế./.

Nơi nhận:

- Các bộ phận trong trường;
- Lưu: VT, YT.

HIỆU TRƯỞNG

Lê Hiền My