

KẾ HOẠCH THỰC HIỆN CHỦ ĐỀ: BẢN THÂN – TUẦN LỄ DINH DƯỠNG

Thực hiện: 3 tuần: Từ ngày 06/10 đến ngày 31/10/2025

Mục tiêu giáo dục		Nội dung giáo dục	Hoạt động giáo dục	Điều chỉnh bổ sung
STT	Mục tiêu			
I. Lĩnh vực phát triển thể chất.				
*. <i>Phát triển vận động.</i>				
1	Trẻ thực hiện được động tác trong bài thể dục: hít thở, tay, lưng/bụng và chân.	- Hô hấp: Tập hít vào, thở ra - Tay: Đưa tay sang ngang (lắc bàn tay), hạ xuống - Lưng, bụng: + Nghiêng người sang phải, trái - Chân: Co duỗi từng chân.	* Chơi – tập có chủ định. - Các bài thể dục sáng: Hô hấp: Tập hít vào thở ra. - Các bài tập phát triển chung - Tay: Đưa tay sang ngang (lắc bàn tay), hạ xuống - Lưng, bụng: + Nghiêng người sang phải, trái - Chân: Co duỗi từng chân.	
2	Trẻ giữ được thăng bằng trong vận động - Đứng co 1 chân - Bật qua vạch kẻ	- Đứng co 1 chân	* Hoạt động: Chơi-tập có chủ định: - Đứng co 1 chân - Bật qua vạch kẻ * Hoạt động chơi + Trò chơi: Ném bóng vào rổ; bắt bướm. - TCM: Trời nắng trời mưa; thi ai nhanh.	
4	Trẻ biết phối hợp tay, chân, cơ thể trong khi Bò chui qua cổng	- Bò chui qua cổng	* Hoạt động: Chơi-tập có chủ định: - Bò chui qua cổng * Hoạt động chơi - Trò chơi: Ai nhanh nhất.	
6	- Trẻ vận động cổ tay, bàn tay, ngón tay - thực hiện "múa	- Chồng, xếp 6-8 khối gỗ. - Nhón nhặt đồ vật	* HĐVDV: - Tô màu cái váy	

	khéo"		- Xiên củ quả - Nặn vòng đeo tay * Hoạt động chơi - Chơi ở các khu vực chơi. + Chơi góc: Góc nghệ thuật: trẻ chơi với đất nặn; tập tô, vẽ ngược ngoạc theo ý thích... + Góc thao tác vai: Cho trẻ tập rót nước, khuấy, đảo thức ăn... + Góc hoạt động với đồ vật: trẻ tập xâu vòng, luồn dây, nhón nhặt đồ vật, hột hạt, đóng cọc búa ba bi 2 tầng... + Chơi chiều: Cho trẻ chơi tự do với đồ chơi các góc, nhón nhặt hột hạt, đồ vật...	
7	- Trẻ phối hợp được cử động bàn tay, ngón tay và phối hợp tay - mắt trong các hoạt động: nhào, bóp đất nặn; tô màu, vẽ...	+ Hai tay làm động tác rót, khuấy, đảo... + Hai tay nhào, bóp đất nặn... - Tập cầm bút tô, vẽ.		
8	Trẻ phối hợp được cử động bàn tay, ngón tay và phối hợp tay- mắt trong các hoạt động: xâu hạt, luồn dây, xiên củ quả...	- Tập xâu, luồn dây hạt vòng.		

1.2. Giáo dục dinh dưỡng và sức khỏe

a Tập luyện nề nếp, thói quen tốt trong sinh hoạt

9	Trẻ thích nghi với chế độ ăn cơm, ăn được các loại thức ăn khác nhau như: ăn thịt, rau, củ, quả, cá, trứng...	- Làm quen với chế độ ăn cơm và các loại thức ăn khác nhau ở trường mầm non như: ăn thịt, rau, củ, quả, cá, trứng... - Tập luyện nề nếp thói quen tốt trong ăn uống	* Hoạt động Chơi - tập có chủ định. - Dinh dưỡng và sức khỏe: Trò chuyện về 1 số món ăn quen thuộc ở trường MN. * Hoạt động chơi - Chơi góc + Góc thao tác vai: Cho trẻ tập nấu ăn, bán hàng... ` HĐTN: Tuần lễ dinh dưỡng. * Hoạt động ăn: - Trong các giờ ăn: Giới thiệu các loại thức ăn, trẻ làm quen và tập ăn các loại thức ăn khác nhau như: ăn thịt, rau, cá, trứng...	
---	---	--	---	--

			+ Rèn cho trẻ nề nếp thói quen tốt trong khi ăn như: tập mời cô, mời bạn trước khi ăn. Không nói chuyện, cười đùa trong khi ăn...	
10	Trẻ ngủ 1 giấc buổi trưa	- Luyện thói quen ngủ 1 giấc trưa	* Hoạt động ngủ. - Trong giờ ngủ cô rèn cho trẻ nề nếp ngủ đúng một giấc trưa.	
<i>b Thực hiện một số việc tự phục vụ, giữ gìn sức khỏe</i>				
12	Trẻ làm được một số việc với sự giúp đỡ của cô giáo (lấy nước uống, đi vệ sinh...)	- Tập tự phục vụ: Trẻ tự tập phục vụ dưới sự giúp đỡ của người lớn. + Xúc com, uống nước. + Đi vệ sinh + Chuẩn bị chỗ ngủ (lấy gối). - Tập một số thao tác đơn giản trong rửa tay, rửa mặt...	* Hoạt động ăn, ngủ và vệ sinh - Giờ ăn: + Rèn trẻ cách rửa tay, lau tay sạch sẽ, lau mặt sau khi ăn. + Rèn trẻ tự xúc com ăn, uống nước... - Giờ ngủ: + Rèn trẻ trải chiếu, xếp gối cùng cô... - Vệ sinh: + Dạy trẻ tập ngồi bô, đi vệ sinh đúng nơi quy định.	
<i>c Nhận biết và tránh một số nguy cơ không an toàn</i>				
14	- Trẻ biết tránh một số vật dụng, nơi nguy hiểm (xô nước, téc nước...những nơi có nguồn lửa có thể xảy ra hỏa hoạn, cháy nổ...) khi được nhắc nhở.	- Nhận biết một số vật dụng nguy hiểm (kéo, vật sắc nhọn, ...), những nơi nguy hiểm không được phép sờ vào hoặc đến gần. (Téc nước, xô nước... những nơi có nguồn lửa, nơi có thể xảy ra hỏa hoạn, cháy nổ...).	* Hoạt động chơi - Chơi ở các khu vực chơi nhắc trẻ không được chơi, nghịch những vật sắc nhọn như: kéo, dao và sờ vào những vật dụng nguy hiểm như: Ổ điện có thể xảy ra giật điện, cháy nổ... - Dạo chơi ngoài trời: Không được đến những nơi nguy hiểm như: téc nước, xô nước... hoặc leo trèo lan can, khu vực cao... không nhét hạt vào mồm, mũi, tai... - Trong giờ đón, trả trẻ:	

			Trao đổi với phụ huynh không cho con đến gần và chơi những đồ dùng nguy hiểm: Dao, kéo..., những nơi nguy hiểm như: ổ điện, xô nước...	
2. Lĩnh vực phát triển nhận thức				
2.1. Khám phá thế giới xung quanh bằng các giác quan				
16	Trẻ biết sờ nắn, nhìn, nghe, ngửi, nếm để nhận biết đặc điểm nổi bật của đối tượng trong chủ đề Bản thân – tuần lễ dinh dưỡng	- Sờ nắn, nhìn, ngửi ... đồ vật, hoa, quả để nhận biết đặc điểm nổi bật. - Nếm vị của 1 số thức ăn, quả (ngọt-mặn- chua). - Sờ nắn đồ vật, đồ chơi để nhận biết cứng - mềm, trơn (nhẵn) - xù xì. - Nghe và nhận biết âm thanh của một số đồ vật, tiếng kêu của một số con vật quen thuộc.	* Hoạt động chơi-tập có chủ định - NB: Một số bộ phận trên cơ thể bé; cái váy. * Hoạt động chơi - DCNT: Quan sát, nhận biết cây, hoa, rau, quả... - Chơi ở các khu vực chơi: + Hoạt động với đồ vật: Trẻ chơi với các đồ chơi: Búa ba bi 2 tầng, xâu vòng, xếp chồng các khối gỗ... + Góc vận động: Trẻ có kỹ năng chơi với bóng, vòng,... + Góc thao tác vai: Trẻ biết chơi với búp bê và đồ dùng đồ chơi nấu ăn, cho em ăn, bế em ngủ... + Góc âm nhạc, trẻ chơi với các đồ chơi âm nhạc. - Chơi chiều: Cho trẻ ở các khu vực chơi... - TCM: Chọn lô tô theo yêu cầu.	
2.2. Thể hiện sự hiểu biết về các sự vật, hiện tượng gần gũi				
18	Sử dụng được một số đồ dùng, đồ chơi quen thuộc chủ đề Bản thân – Tuần lễ dinh dưỡng.	- Đồ dùng, đồ chơi của bản thân trẻ. - Tên và một số đặc điểm bên ngoài của bản thân.	* Hoạt động chơi – tập có chủ định. - NB: Một số bộ phận trên cơ thể bé - Nhận biết cái váy * Hoạt động chơi - Chơi ở các khu vực	
19	- Trẻ nói được tên của bản thân khi được			

	hỏi.		chơi. + Khu vực nghệ thuật: Tô màu đồ dùng đồ chơi trẻ thích + Chơi trong giờ đón trả trẻ: Cho trẻ nhận biết từ cá nhân, giá dép...	
20	- Trẻ nói được tên và chức năng của một số bộ phận cơ thể khi được hỏi.	- Tên, chức năng chính một số bộ phận của cơ thể: mắt, mũi, miệng, tai, tay, chân.	* Hoạt động chơi – tập có chủ định. - NB: Một số bộ phận trên cơ thể bé	
21	- Trẻ nói được tên và một vài đặc điểm nổi bật của rau, củ, quả trong chủ đề Bản thân – tuần lễ dinh dưỡng.	- Tên và một số đặc điểm nổi bật của rau, củ, quả quen thuộc.	* Hoạt động chơi - Chơi ở các khu vực chơi + Khu vực nghệ thuật: Cho trẻ tô màu bạn trai, bạn gái và cho trẻ nhận biết đặc điểm và 1 số bộ phận trên cơ thể... - Chơi chiều: Cho trẻ nhận biết 1 số loại rau, củ, quả qua lô tô, hình ảnh... - TCM: Chọn lô tô theo yêu cầu.	
23	- Trẻ biết chỉ hoặc lấy hoặc cất đúng đồ chơi ở các vị trí trên, dưới so với bản thân trẻ theo yêu cầu.	- Trên – dưới so với bản thân trẻ	* Hoạt động chơi - tập có chủ định. - NB: Trên - dưới so với bản thân trẻ. * Hoạt động chơi - Chơi chiều: Cô cho trẻ ôn nhận biết trên - dưới so với bản thân trẻ.	

3. Lĩnh vực phát triển ngôn ngữ

3.1. Nghe

24	- Trẻ biết thực hiện được nhiệm vụ gồm 2-3 hành động. Ví dụ: “Cháu cất đồ chơi lên giá rồi đi rửa tay !”. Con hãy lấy quả bóng màu đỏ cất vào rổ màu đỏ...	- Nghe và thực hiện các yêu cầu bằng lời nói.	* Hoạt động chơi - tập có chủ định. * Hoạt động chơi - Ví dụ: Chơi ở các khu vực chơi: Hết giờ cô yêu cầu trẻ dừng tay và cất đồ dùng vào nơi quy định... * Hoạt động ăn, ngủ...	
----	--	---	---	--

			- Ví dụ: Hoạt động ăn: Cô yêu cầu trẻ đi rửa tay sau đó bê ghế ra ngoài ăn cơm... - Hoạt động ngủ: Cô yêu cầu trẻ cùng cô lấy chiếu rồi gối xếp vào chỗ ngủ...	
26	- Trẻ hiểu nội dung truyện ngắn đơn giản: Trả lời được 1 số câu hỏi đơn giản về tên truyện, tên và hành động của các nhân vật trong chủ đề Bản thân – tuần lễ dinh dưỡng.	- Nghe lời nói với sắc thái tình cảm khác nhau. - Nghe các bài đồng dao, ca dao, hò vè, câu đố, bài hát và truyện ngắn.	* Hoạt động: Chơi-tập có chủ định - Văn học: Ngồi nhà ngọt ngào. + TCTV: Trẻ nghe, hiểu và nói cùng cô từ “Ngọt ngào” * Hoạt động chơi - Hoạt động chiều: Cô kể cho trẻ nghe 1 số câu truyện về chủ đề Bản thân-tuần lễ dinh dưỡng... - Đồng dao: Ba bà đi bán lợn con; lúa ngô là cô đậu nành; Cái bóng là cái bóng bang...	
3.2. Nói				
27	Trẻ phát âm rõ tiếng.	- Đọc các đoạn thơ, bài thơ. ngắn có câu 3-4 tiếng	* Hoạt động: Chơi-tập có chủ định - Làm quen với văn học + Thơ: Đôi mắt của em; đi dép, Màu của quả. + TCTV: Trẻ nói cùng cô từ “Mọi vật”. * Hoạt động chơi - Chơi chiều: Cô kể cho trẻ nghe 1 số bài thơ về chủ đề Bản thân – Tuần lễ dinh dưỡng và cho trẻ tập đọc theo.	
28	Trẻ đọc được bài thơ, đồng dao với sự giúp đỡ của cô giáo về chủ đề Bản thân – Tuần lễ dinh dưỡng.			
29	Trẻ nói được câu đơn, câu có 5 - 7 tiếng, có các từ thông dụng chỉ đặc điểm bên ngoài về chủ đề Bản thân - Tuần lễ	- Sử dụng các từ chỉ đặc điểm, hành động quen thuộc trong giao tiếp về bản thân	* Hoạt động chơi - Chơi ở các khu vực chơi + Khu vực thao tác vai: Cô cho trẻ nói từ “búp bê bé trai tóc ngắn, búp	

	dinh dưỡng.		bê bé gái tóc dài...tên một số món ăn quen thuộc...	
30	- Trẻ biết sử dụng lời nói với các mục đích khác nhau: + Chào hỏi, trò chuyện. + Bày tỏ nhu cầu của bản thân. + Hỏi về các vấn đề quan tâm như: “Đây là cái gì?”, “Như thế nào?”... + Trẻ người dân tộc thiểu số sử dụng được 1 số từ ngữ và câu bằng tiếng Việt, tiếng mẹ đẻ trong giao tiếp hằng ngày.	- Thể hiện nhu cầu, mong muốn và hiểu biết bằng 1-2 câu đơn giản + Trẻ người dân tộc thiểu số sử dụng được 1 số từ ngữ và câu bằng tiếng Việt, tiếng mẹ đẻ trong giao tiếp hằng ngày.	* HĐ vệ sinh: - Rèn trẻ biết nói với cô khi muốn đi vệ sinh. * HĐ chơi: - Trong giờ đón, trả trẻ: Rèn trẻ biết chào cô, chào bố mẹ. + TCTV: Trẻ nói được câu “Con chào cô giáo; con chào mẹ...” * Hoạt động ăn. - Ví dụ: Trẻ nói được câu “Con xin cô bát cơm; con cô uống nước... Trẻ chưa hiểu, chưa nói được tiếng việt thì cô kết hợp dùng tiếng mẹ đẻ để giao tiếp với trẻ...	
31	- Trẻ biết nói to, đủ nghe, lễ phép.	- Sử dụng các từ thể hiện sự lễ phép khi nói chuyện với người lớn.		

4 . Lĩnh vực phát triển tình cảm kỹ năng xã hội và thẩm mỹ

4.1. Phát triển tình cảm

32	- Trẻ nói được một vài thông tin về mình (tên, tuổi)	- Nhận biết tên gọi, một số đặc điểm bên ngoài bản thân (tên, tuổi)	* Hoạt động: Chơi-tập có chủ định - PTTCXH: Tên, đặc điểm bên ngoài của bản thân trẻ. * Hoạt động chơi. - Chơi trong giờ đón, trả trẻ: Cô trò chuyện với trẻ về bạn trai, bạn gái, cho trẻ xem hình ảnh về bạn trai bạn gái và cho trẻ nhận biết, phân biệt đặc điểm bạn trai bạn gái...	
33	- Trẻ biết thể hiện điều mình thích và không thích.	- Nhận biết một số đồ dùng, đồ chơi yêu thích của mình như: Váy, búp bê...	* Hoạt động ăn. - Ví dụ Con thích ăn rau, con thích ăn cá, trứng... * Hoạt động chơi - Chơi góc: Trẻ nói được những khu vực chơi trẻ thích...	

			- Chơi chiều: Cho trẻ thực hành chọn những đồ dùng, đồ chơi trẻ thích và không thích như (Bóng, búp bê, váy...)	
35	- Trẻ nhận biết được trạng thái cảm xúc vui, buồn, sợ hãi.	- Nhận biết và thể hiện một số trạng thái cảm xúc: vui, buồn, tức giận.	* Hoạt động chơi - tập có chủ định. - <i>PTCXXH: Cảm xúc Vui, buồn, tức giận</i> * Hoạt động chơi - Chơi chiều: Cho trẻ chọn tranh ảnh về các trạng thái cảm xúc và thực hành.	
36	- Trẻ biết biểu lộ cảm xúc: Vui, buồn, sợ hãi qua nét mặt, cử chỉ.			

4.2. Phát triển kỹ năng xã hội

38	Trẻ biết chào, tạm biệt, cảm ơn, ạ, vâng ạ.	Thực hiện một số hành vi văn hóa và giao tiếp: chào tạm biệt, cảm ơn, nói từ “ạ”, “vâng ạ” chơi cạnh bạn, không cầu bạn.	* Các hoạt động trong ngày - Trong giờ đón, trả trẻ + Dạy trẻ biết tạm biệt, cảm ơn, dạ, vâng ạ... - Hoạt động học; hoạt động chơi; ăn, ngủ, vệ sinh... + Ví dụ: Giờ ăn khi hết bát cơm trẻ biết xin cô...	
39	Trẻ biết thể hiện một số hành vi xã hội đơn giản qua trò chơi giả bộ (Trò chơi bế em, khuấy bột cho em bé...)	- Tập sử dụng đồ dùng, đồ chơi. - Tập thể hiện một số hành vi xã hội đơn giản qua trò chơi giả bộ (Trò chơi bế em, khuấy bột cho em bé...)	* Hoạt động chơi: Chơi ở các khu vực chơi. - Góc thao tác vai: Trẻ chơi bế em, khuấy bột, tắm cho em... - Góc vận động: Trẻ biết thể hiện đúng vai làm người kéo xe chở đồ, cầu thủ ném bóng... * Hoạt động giao lưu cảm xúc. - Trẻ chơi đoàn kết, không tranh giành đồ chơi với bạn, không cào cấu bạn khi chơi...	

4.3. Phát triển cảm xúc thẩm mỹ

42	Trẻ biết hát và vận động đơn giản theo một vài bài hát/ bản nhạc quen thuộc về chủ đề Đồ dùng đồ chơi của bé.	- Nghe hát, nghe nhạc với các giai điệu khác nhau; nghe âm thanh của các nhạc cụ. - Hát và tập vận động đơn giản theo nhạc.	* Hoạt động: Chơi- tập có chủ định: - Âm nhạc: + Nghe hát bài Mời bạn ăn. + Vận động theo nhạc: Đi dép, VĐMH: Dấu tay. + TCÂN: Ai đoán đúng; thi ai nhanh. - TCM: Dấu tay	
43	Trẻ thích tô màu, vẽ, nặn, xếp hình, xem tranh (Cầm bút di màu, vẽ nguệch ngoạc)..	- Vẽ các đường nét khác nhau, di màu, xếp hình...	* HĐVĐV: Tô màu cái váy. * Hoạt động chơi - Góc nghệ thuật: Tập di màu, tô màu cái váy, búp bê... - Góc thao tác vai: xếp đường đi, xếp chồng các khối gỗ... - Chơi ngoài trời: Cho trẻ tập vẽ nguệch ngoạc bằng màu nước, in bàn tay...	

Ngày 01 tháng 10 năm 2025

PHÓ HIỆU TRƯỞNG

GIÁO VIÊN

Hoàng Thị Hà

Tòng Thị Hương