

**KẾ HOẠCH THỰC HIỆN CHỦ ĐỀ: BẢN THÂN- TUẦN LỄ DINH DƯỠNG**  
**TUẦN 4: CHỦ ĐỀ NHÁNH: BÉ CẦN GÌ ĐỂ LỚN LÊN VÀ KHỎE MẠNH**

| Nội dung                     | Thời gian | Thứ 2                                                                                                                                                      | Thứ 3                                                    |
|------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Đón trẻ                      |           | ` Cô đón trẻ, nhắc trẻ chào cô, chào bố mẹ. Hướng dẫn trẻ cất cặp vào tủ , thay thực phẩm, trên tháp dinh dưỡng.. Cho trẻ chơi tự do ở các góc. Điểm danh, |                                                          |
| Thể dục sáng                 | 80- 90'   | <b>*Nội dung:</b> Thứ 2: Hát Quốc ca                                                                                                                       | <b>* Mục tiêu</b>                                        |
|                              |           | ` Hô hấp: Hít vào thở ra                                                                                                                                   | ` Trẻ biết tập các động tác cùng cô                      |
|                              |           | ` Tay: Đưa 2 tay lên cao, ra trước, sang                                                                                                                   | ` Trẻ có kỹ năng tập các động tác.                       |
|                              |           | ` Lưng, bụng: Nghiêng người sang trái,                                                                                                                     | ` Trẻ hứng thú tập luyện.                                |
|                              |           | sang phải kết hợp tay chống hông...                                                                                                                        | <b>* Chuẩn bị</b>                                        |
|                              |           | ` Chân:nhảy lên đưa một chân về phía..                                                                                                                     | ` Sân tập sạch sẽ                                        |
| Hoạt động học                | 30- 40'   | <b>Dinh dưỡng sức khỏe</b>                                                                                                                                 | <b>Làm quen với toán</b>                                 |
|                              |           | Bốn nhóm thực phẩm                                                                                                                                         | Tách gộp trong phạm vi 6                                 |
|                              |           | Trò chơi: Chạy tiếp sức                                                                                                                                    |                                                          |
|                              |           |                                                                                                                                                            |                                                          |
| Chơi ngoài trời              | 30- 40'   | ` QS: Cây rau cải; cây rau bắp cải; Củ cà rốt; Củ khoai tây                                                                                                |                                                          |
|                              |           | ` TC: Mèo đuổi chuột, chi chi chanh chanh; Cáo và thỏ, gieo hạt; Thi đi nhanh,                                                                             |                                                          |
|                              |           | ` Chơi tự do: chơi với hạt, chơi với đồ chơi ngoài trời....                                                                                                |                                                          |
| Chơi, hoạt động ở các góc    | 40- 50'   | <b>* Nội dung:</b>                                                                                                                                         | <b>* Mục tiêu:</b>                                       |
|                              |           | `GXD: Xây vườn rau của bé                                                                                                                                  | ` Trẻ thể hiện lại 1 số hành động,                       |
|                              |           | `GPV: Nấu ăn, bán hàng                                                                                                                                     | phù hợp với vai chơi mà trẻ nhận, theo                   |
|                              |           | `GNT: Vẽ, nặn một số loại rau, củ, quả                                                                                                                     | trí tưởng tượng của trẻ.                                 |
|                              |           | mà bé yêu thích                                                                                                                                            | ` Trẻ có kỹ năng xếp, vẽ, thao tác vai                   |
|                              |           | `GTN: Gieo hạt, chăm sóc cây                                                                                                                               | `Chơi theo nhóm, liên kết góc chơi                       |
|                              |           | `GHT-TV: Xem sách truyện, làm album về bốn nhóm thực phẩm                                                                                                  | `Trẻ chơi đoàn kết, lấy và cất đồ chơi đúng nơi quy định |
|                              |           |                                                                                                                                                            |                                                          |
| Ăn trưa                      | 60- 70'   | ` Cô chuẩn bị khăn mặt, bát thìa, cùng trẻ kê bàn , dạy trẻ rửa tay bằng xà                                                                                |                                                          |
|                              |           | ăn xong trẻ cất bát, đi vệ sinh                                                                                                                            |                                                          |
| Ngủ trưa                     | 140- 150' | ` Cô cùng trẻ chuẩn bị chỗ ngủ, ghép xóp, dải chiếu,lấy gối chăn - khi trẻ ngủ                                                                             |                                                          |
|                              |           | Đi vệ sinh                                                                                                                                                 |                                                          |
| Ăn phụ                       | 20- 30'   | ` Cho trẻ rửa tay bằng xà phòng, ngồi vào bàn ăn, cô chia ăn, giới thiệu món ăn,                                                                           |                                                          |
| Chơi, hoạt động theo ý thích | 70 - 80'  | ` Hoạt động phòng thư viện                                                                                                                                 | `TCM: Chuyển trứng (TCVĐ)                                |
|                              |           | `Trò chơi: Bé chọn đúng, sai                                                                                                                               | ` Hoạt động phòng vi tính                                |
|                              |           | ` Chơi tự do                                                                                                                                               | ` Chơi tự do ở các góc                                   |
|                              |           | ` Nêu gương cấm cờ                                                                                                                                         | ` Nêu gương cấm cờ                                       |
| Trả trẻ                      | 60 - 70'  | ` Cô cho trẻ vệ sinh cá nhân, chỉnh sửa lại đầu tóc,quần áo cho trẻ.Trò chuyện vớ                                                                          |                                                          |
|                              |           | gạo nấu cơm, nấu cháo; Bố mẹ đón nhắc trẻ chào cô giáo , các bạn, ra lấy ba lô                                                                             |                                                          |

Thời gian thực hiện chủ đề lớn: 4 tuần, từ ngày 6 đến ngày 31 tháng 10 năm 2025

Tuần 4: từ ngày 27 đến ngày 31 tháng 10 năm 2025

GV dạy sáng : Lò Thị Thắm

GV dạy chiều: Cà Thị Hương

| Thứ 4                                                                                                                                                                            | Thứ 5                                                                                                                                   | Thứ 6                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| đép trong lớp. Trò chuyện và xem tranh ảnh về các món chứa nhóm thực phẩm; cho trẻ nhận biết 4 nhóm<br>đeo hoa ra ngoài sân thể dục sáng.                                        |                                                                                                                                         |                            |
| <b>1. Khởi động:</b> Cho trẻ đi thành vòng tròn, đi các kiểu đi đi thường, đi bằng mũi chân, đi bằng gót chân<br>chạy chậm, chạy nhanh, chạy chậm, đi thường. Tách hàng theo tổ. |                                                                                                                                         |                            |
| <b>2. Trọng động:</b> Trẻ tập theo nhạc cô tập cùng với trẻ ( Mỗi động tác tập 2 lần x 8 nhịp).                                                                                  |                                                                                                                                         |                            |
| `Trò chơi; Dân vũ; Hát dân ca                                                                                                                                                    |                                                                                                                                         |                            |
| <b>3. Hồi tĩnh:</b> Cho trẻ đi lại nhẹ nhàng 1- 2 vòng. Kiểm tra trẻ, tháo cất hoa, vệ sinh vào lớp                                                                              |                                                                                                                                         |                            |
| ` Kiểm tra trẻ, vệ sinh vào lớp                                                                                                                                                  |                                                                                                                                         |                            |
| Tạo hình                                                                                                                                                                         | Làm quen với văn học                                                                                                                    | Âm nhạc                    |
| Nặn các loại bánh (Đt)                                                                                                                                                           | Thơ: "Bé đi chợ"                                                                                                                        | NDTT: VĐ"Mời bạn ăn"       |
|                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                         | NDKH: NH: "Chiếc bụng đói" |
|                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                         | TCAN: Ai đoán giỏi         |
| Lộn cầu vòng; Chuyển trứng, dung dăng dung dẻ.                                                                                                                                   |                                                                                                                                         |                            |
|                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                         |                            |
| <b>* Đồ chơi học liệu:</b>                                                                                                                                                       | <b>* Tổ chức hoạt động:</b>                                                                                                             |                            |
| `GXD: Khối nhựa, nút nhựa,<br>cây hoa, cây xanh                                                                                                                                  | ` Cô tập trung trẻ lại cho trẻ hát: " Chiếc bụng đói" và trò chuyện với trẻ.                                                            |                            |
| ` GPV: đồ chơi bán hàng, 1 số loại<br>rau, củ, quả...                                                                                                                            | ` Cô giới thiệu các góc chơi, trò chuyện về nội dung góc chơi.                                                                          |                            |
| ` GNT: Giấy, đất nặn, sáp màu...                                                                                                                                                 | ` Trẻ về góc chơi, tự phân vai chơi, lấy đồ chơi ra chơi.                                                                               |                            |
| ` GTN: Giẻ lau, nước, bộ dụng<br>cụ chăm sóc cây...                                                                                                                              | ` Trong quá trình trẻ chơi cô bao quát, gợi ý cho trẻ chơi và cùng chơi<br>với trẻ. Gợi ý cho trẻ liên kết các nhóm chơi với nhau.      |                            |
| `GHT-TV: Sách,báo, tranh ảnh....                                                                                                                                                 | ` Cô nhận xét các góc chơi, cho trẻ thu dọn đồ dùng đồ chơi, cất đồ<br>chơi đúng nơi quy định. Ra ngoài rửa tay, chuyển hoạt động khác. |                            |
| phòng trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh. Cô giới thiệu các món ăn, nhận biết một số tp thông thường,                                                                              |                                                                                                                                         |                            |
| cho trẻ nghe các bài hát dân ca- khi trẻ dậy cho trẻ chơi trò chơi nhẹ nhàng, cất xốp, chiếu, xếp gối chăn                                                                       |                                                                                                                                         |                            |
| trẻ mời cô, mời bạn. Ăn xong trẻ cất bát vào rổ, uống nước,lau mồm, cất bàn, bê ghế vào lớp.                                                                                     |                                                                                                                                         |                            |
| ` Hoạt động phòng âm nhạc                                                                                                                                                        | (Đ/c Nguyễn Lan dạy thay)                                                                                                               | ` Hướng dẫn LĐ - VS        |
| ` Trò chơi: Gương mặt bí ẩn                                                                                                                                                      | ` KNS: Phòng chống ngộ độc                                                                                                              | ` TC: Luồn luồn công đế    |
| ` Chơi tự do                                                                                                                                                                     | ` Chơi theo ý thích                                                                                                                     | ` Chơi theo ý thích        |
| `Nêu gương cắm cờ                                                                                                                                                                | ` Nêu gương cắm cờ                                                                                                                      | ` Bé ngoan cuối tuần       |
| trẻ một số món ăn hàng ngày và dạng chế biến đơn giản: rau có thể luộc, nấu canh; thịt có thể luộc, rán,..                                                                       |                                                                                                                                         |                            |
| . Cô trao đổi với phụ huynh về tình hình học tập và sức khỏe ...                                                                                                                 |                                                                                                                                         |                            |

Ngày 23 tháng 10 năm 2025

TỔ TRƯỞNG

GIÁO VIÊN

Cà Thị Hương

Lò Thị Thắm