

## **VI. KẾ HOẠCH HOẠT ĐỘNG HỌC CHI TIẾT NHÁNH 1 : “DINH DƯỠNG CHO BÉ”**

**Thứ hai ngày 07 tháng 10 năm 2024**

**Lĩnh vực phát triển: Nhận thức**  
**Tên hoạt động: Dinh dưỡng cho bé**

### **1. Mục đích – yêu cầu:**

- Trẻ biết tên bốn nhóm thực phẩm: chất đạm, chất béo, vitamin và tinh bột.
- Trẻ biết được giá trị dinh dưỡng của các nhóm thực phẩm đối với cơ thể người.
- Phát triển ngôn ngữ, rèn khả năng trả lời mạch lạc cho trẻ.
- Rèn kỹ năng gọi đúng tên và phân biệt bốn nhóm thực phẩm.
- Giáo dục trẻ khi ăn phải ăn hết xuất không được rơi vãi thức ăn.
- Giáo dục trẻ biết ăn đầy đủ các chất dinh dưỡng, thường xuyên tập luyện thể dục, giữ gìn vệ sinh để bảo vệ sức khỏe.
- Trẻ hứng thú tham gia vào các hoạt động.

### **2. Chuẩn bị**

- Một số hình ảnh trên máy tính (một bạn bị suy dinh dưỡng, một bạn bình thường)
- Tranh các loại thực phẩm mẫu của cô.
- Tranh lô tô các loại thực phẩm của trẻ.

### **3. Tiến hành**

#### **\* Ổn định tổ chức**

- Cô và trẻ hát bài hát: “Mời bạn ăn”

- Cô hỏi trẻ.

+ Chúng mình vừa hát bài hát gì?

+ Để cho cơ thể lớn lên và khỏe mạnh thì chúng mình phải làm gì?

### **a. Hoạt động 1: Bé tìm hiểu về các chất dinh dưỡng**

- Cô cho trẻ xem hình ảnh trên máy chiếu (một tranh bạn bình thường, một bạn bị suy dinh dưỡng). Để trẻ tự nhận xét về hai bức tranh đó sau đó hỏi trẻ:

- Con thấy hai bạn này thế nào?

- Muốn cho cơ thể khỏe mạnh thì chúng ta phải ăn uống đầy đủ 4 nhóm thực phẩm để cung cấp cho cơ thể ta các chất dinh dưỡng cần thiết.

- Cô cho trẻ quan sát tranh 4 nhóm thực phẩm:

\* Nhóm chất đạm: thịt, tôm, cá, trứng gà...

- Cô có những thực phẩm gì đây? (Cô hỏi cả lớp sau đó hỏi 2-3 trẻ)

- Các con đã được ăn những loại thực phẩm này chưa?

Đây là những loại thực phẩm cung cấp chất đạm cho cơ thể chúng ta vì thế chúng mình phải ăn đầy đủ thịt, cá, tôm... để cơ thể lớn lên và khỏe mạnh.

\* Nhóm tinh bột: Gạo, ngô, khoai...

- Đây là những thực phẩm gì?

- Gạo, ngô, khoai dùng để làm gì?

Đây là những thực phẩm cung cấp tinh bột cho cơ thể chúng ta vì trong gạo, ngô, khoai có nhiều tinh bột.

\* Tương tự nhóm vitamin và muối khoáng cô cho trẻ xem tranh và hỏi trẻ

- Giáo dục: Để cơ thể khỏe mạnh các con cần ăn uống đủ chất, nghỉ ngơi, sinh hoạt hợp lí. Biết giữ gìn vệ sinh cá nhân để cơ thể khỏe mạnh. Khi ăn, bánh, trái cây, uống sữa không vứt rác bừa bãi, biết giữ vệ sinh lớp học, môi trường đẹp. Biết yêu thương kính trọng người thân trong gia đình

\* Mở rộng:

- Ngoài những thực phẩm này ra con còn biết những loại thực phẩm nào? (Cô hỏi 1-2 trẻ)

## **b. Hoạt động 2: Bé cùng chơi**

### **\* Trò chơi 1: Ai nhanh nhất**

- Cô giải thích luật chơi: Khi cô nói thịt, cá, tôm, trứng... thì các con phải trả lời được đó là cung cấp chất đạm. Tương tự cô cho trẻ chơi nhóm thực phẩm khác.

### **\* Trò chơi 2: Thi xem đội nào nhanh**

- Chia trẻ làm 2 đội (bạn trai, bạn gái)

- Cô nói luật chơi:

+ Đội 1: Chọn lô tô thực phẩm giàu chất đạm, vitamin.

+ Đội 2: Chọn lô tô thực phẩm tinh bột, chất béo.

- Hết thời gian cô cho trẻ kiểm tra sau đó đổi bạn chơi.

\* **Kết thúc:** Cô cho trẻ hát bài: Mời bạn ăn và đi ra ngoài chơi.

## **4. Dự kiến tình huống phát sinh và phương án giải quyết**

+ **Dự kiến tình huống có thể xảy ra:** Trẻ không mò được đèn trong thùng

+ **Phương án giải quyết:** Giáo viên hỗ trợ để trẻ tìm được đèn.

## **5. Quan sát- Đánh giá trẻ hàng ngày:**

### **a. Về tình trạng sức khỏe của trẻ**

*b. Về trạng thái cảm xúc, thái độ và hành vi của trẻ*

*c. Về kiến thức, kỹ năng của trẻ*

**TÀI LIỆU ĐÃ KÝ DUYỆT**  
Được tải về từ hệ thống edoc.smas.edu.vn lúc 12:13 15/11/2024  
bởi Lê Thanh Hiền Hương ( c0sc\_huongith ) – Trường Mầm non Sơn Ca

**Thứ ba ngày 08 tháng 10 năm 2024**

**Lĩnh vực phát triển: Ngôn ngữ**  
**Tên hoạt động: Thơ “Dinh dưỡng của bé”**

**1. Mục đích – yêu cầu:**

- Trẻ nhớ tên bài thơ “Dinh dưỡng của bé”.
- Trẻ hiểu nội dung bài thơ.
- Trẻ thuộc bài thơ và bước đầu biết đọc diễn cảm.
- Phát triển ngôn ngữ, làm giàu vốn từ cho trẻ.
- Rèn sự ghi nhớ có chủ định cho trẻ.
- Trẻ hứng thú tham gia vào các hoạt động.

**2. Chuẩn bị đồ dùng, phương tiện:**

- Tranh minh họa bài thơ.
- Máy tính, máy chiếu, que chỉ
- Nhạc bài hát: “Mời bạn ăn”

**3. Tiến hành hoạt động:**

**\* Gây hứng thú:**

- Cô cho hát và vận động theo bài “Mời bạn ăn”
- + Hỏi trẻ tên bài hát?
- + Bài hát nói về điều gì?
- + Muốn cao lớn thì con phải làm gì?

+ Cô giới thiệu bài thơ: “Dinh dưỡng của bé”.

### **a. Hoạt động 1: Dạy trẻ đọc thơ**

\* Cô đọc thơ

- Cô đọc 2 lần:

+ Lần 1: Cô đọc diễn cảm

Cô vừa đọc cho các con nghe bài thơ “Dinh Dưỡng của bé”, để bài thơ được hay hơn các con cùng chú ý lắng nghe cô đọc thơ kết hợp với hình ảnh nhé.

+ Lần 2: Cô đọc thơ kết hợp với tranh minh họa bài thơ.

\* Dạy trẻ đọc thơ

- Cô cho cả lớp đọc 2-3 lần

- Cô cho 3 tổ thi đua đọc thơ

- 2 - 3 nhóm đọc thơ

- Cá nhân trẻ đọc thơ

- Cho trẻ đọc thơ theo hiệu lệnh của cô

- Cô chú ý sửa sai, khuyến khích, động viên cho trẻ đọc thơ diễn cảm

- Cô cho cả lớp đọc lại 1 lần nữa

### **b. Hoạt động 2: Đàm thoại**

- Cô vừa đọc bài thơ gì?

- Bài thơ nói về điều gì?

- Hằng ngày bé đến lớp được ăn những món gì?

- Khi ăn xong bé được ăn gì nữa?

- Bà làm gì cho bé?

- Khi bé ăn đầy đủ thì bé như thế nào?
- Bố mẹ bé đến trường làm gì?
- Cô giáo dạy trẻ: Các con phải ăn đầy đủ các chất dinh dưỡng và ăn hết suất thì mới cao lớn, khỏe mạnh bố mẹ vui và các cô cũng rất vui.

- Cô cùng trẻ hát và vận động bài hát: “Mời bạn ăn”

### **c. Kết thúc:**

- Cho trẻ thu dọn đồ dùng cùng cô.

### **4. Dự kiến tình huống phát sinh và phương án giải quyết**

+ **Dự kiến tình huống có thể xảy ra:** Trẻ đọc nhỏ, ngọng

+ **Phương án giải quyết:** Giáo viên sửa sai cho trẻ cho trẻ đọc lại và khích lệ trẻ đọc to hơn.

### **5. Quan sát- Đánh giá trẻ hàng ngày:**

*a. Về tình trạng sức khỏe của trẻ*

*b. Về trạng thái cảm xúc, thái độ và hành vi của trẻ*

*c. Về kiến thức, kỹ năng của trẻ*

Thứ tư ngày 09 tháng 10 năm 2024

**Lĩnh vực phát triển: Thể chất**

**Tên hoạt động: - VĐCB: Bật tại chỗ**

**- TCVD: Chuyển bóng sang ngang**

**1. Mục đích – yêu cầu:**

- Trẻ biết tên vận động. Bật nhảy tại chỗ
- Trẻ thực hiện đúng thao tác nhún bật nhảy tại chỗ.
- Trẻ biết phối hợp vận động với hiệu lệnh của cô.
- Rèn cho trẻ kỹ năng bật đúng cách
- Trẻ hứng thú tham gia các hoạt động
- Giáo dục trẻ biết lấy cát đồ dùng, đồ chơi gọn gàng, ngăn nắp

**2. Chuẩn bị đồ dùng, phương tiện:**

- Sân tập rộng rãi bằng phẳng.
- Sắc xô.
- Nhạc bài “Chiếc đèn ông sao”

**3. Tiến hành hoạt động:**

**a. Hoạt động 1: Bé cùng khởi động**

- Cô và trẻ cùng chơi trò chơi: Ú òa.
- Cô và trẻ đi các kiểu đi: nhanh, chậm, kiễng chân, gót chân, khom lưng, đi thường và đứng thành vòng tròn.

**b. Hoạt động 2: Trọng động**



\* *Bài tập phát triển chung:*

- Cô cho trẻ tập bài tập phát triển chung kết hợp với bài hát “Con lớn khôn”

- Tay: Hai tay đưa lên cao (2l x 4n)

- Lưng/ bụng: Quay sang trái, sang phải (2l x 4n)

- Chân: Ngồi xổm, đứng lên (2l x 4n)

- Bật: Bật nhảy tại chỗ (4l x 4n)

\* *Vận động cơ bản: Bật nhảy tại chỗ*

- Cô giới thiệu tên vận động “Bật nhảy tại chỗ”

+ Lần 1: Cô làm mẫu không phân tích

+ Lần 2: Cô làm mẫu kết hợp phân tích

“Tư thế chuẩn bị, tay chống hông. Khi nghe hiệu lệnh cô khụy chân lấy đà bật lên cao, rơi xuống tự do, tiếp đất bằng 2 chân.”

- Cô hỏi tên vận động.

- Cô mời 1 trẻ lên làm mẫu, cho trẻ nhận xét.

- Cho trẻ về 2 hàng

- Cô cho trẻ bật (Cô chú ý sửa sai cho trẻ)

- Cho trẻ thực hiện với hình thức

+ Cá nhân (2 – 3 trẻ)

+ Nhóm (3 – 4 trẻ)

+ Cả lớp

- Cho trẻ thi đua 2 tổ.

- Cô động viên khuyến khích trẻ thực hiện

\* *Trò chơi vận động: Chuyên bóng sang ngang.*

- Cô cho trẻ đứng về 2 đội
- Cô giới thiệu tên trò chơi: Chuyển bóng sang ngang.
- Cô giới thiệu cách chơi: Trẻ đầu mỗi hàng lên lấy bóng về chuyển sang ngang cho bạn đứng cạnh mình, bạn nhận bóng bằng 2 tay. Cứ như vậy cho tới bạn đứng cuối hàng, sau khi nhận được bóng sẽ nhanh chóng chuyển bóng vào rổ của đội mình. Kết thúc bản nhạc, đội nào chuyển được nhiều bóng, đội đó chiến thắng.
- Luật chơi: Quả bóng nào bị rơi sẽ không được tính.
- Cho trẻ chơi 3 lần
- Cô động viên khuyến khích trẻ

#### **c. Hoạt động 4: Hồi tĩnh**

- Cho trẻ đi nhẹ nhàng xung quanh lớp

#### **4. Dự kiến tình huống phát sinh và phương án giải quyết**

+ Dự kiến tình huống có thể xảy ra: Không có

+ Phương án giải quyết: Không có

#### **5. Quan sát- Đánh giá trẻ hàng ngày:**

*a. Về tình trạng sức khỏe của trẻ*

*b. Về trạng thái cảm xúc, thái độ và hành vi của trẻ*

*c. Về kiến thức, kỹ năng của trẻ*

**Thứ năm ngày 10 tháng 10 năm 2024**

**Lĩnh vực phát triển: Thẩm mỹ**  
**Tên hoạt động: Tô màu món ăn (Đề tài)**

**1. Mục đích – yêu cầu:**

- Trẻ biết tô màu về món ăn.
- Trẻ biết bố cục tranh, biết phối màu sắc để tạo thành bức tranh đẹp, phong phú và sáng tạo.
- Trẻ có kỹ năng sử dụng các loại màu thành thạo, tô màu gọn, đẹp, không chòem ra ngoài.
- Trẻ có kỹ năng cầm bút thành thạo.
- Trẻ có hứng thú tham gia các hoạt động có óc sáng tạo và nhanh nhẹn hoàn thiện bài.
- Trẻ thích tới trường, tới lớp với các bạn và cô giáo

**2. Chuẩn bị đồ dùng, phương tiện:**

- Clip các món ăn.
- Nhạc bài “Mời bạn ăn”.
- 3 tranh mẫu của cô.
- Các loại bút màu: bút màu sáp, bút màu nước, bút màu dạ.
- Bảng vẽ.
- Mỗi cháu 01 tranh tô.

**3. Tiến hành hoạt động:**

**\* Ôn định tổ chức**

- Cho trẻ hát “Mời bạn ăn”.
- Hỏi trẻ vừa hát bài hát gì?
- Muốn cao lớn các con phải làm gì?

**a. Hoạt động 1:** Quan sát và đàm thoại.

+ Mẫu 1: Món gà rán

- Các con hãy nhìn xem, cô có bức tranh gì? (Bức tranh gà rán)
- Gà rán này có màu gì? (Màu vàng).

+ Mẫu 2: Khoai tây chiên

- Các con hãy nhìn xem, cô có bức tranh gì? (Bức tranh khoai tây chiên)
- Khoai tây chiên này có màu gì? (Màu vàng).

+ Mẫu 3: Nước cam

- Các con hãy nhìn xem, cô có bức tranh gì? (Bức tranh cốc nước cam)
- Khoai tây chiên này có màu gì? (Màu vàng).
- Để làm được cái bát đẹp như thế này cô đã làm như thế nào?
- Cô hướng dẫn trẻ các phết hồ và dán

- Cô làm mẫu: Cô dùng ngón trỏ chấm nhẹ vào hồ và phết nhẹ vào mặt trái của cái bát và dán ngay ngắn giữa tờ giấy, sau đó phết vào mặt trái của bông hoa và dán ngay ngắn ở giữa cái bát.( Cô làm tương tự với 2 mẫu còn lại)

**b. Hoạt động 2:** Cô hướng dẫn trẻ

- Muốn tô được bức tranh con sẽ tô như thế nào?
- Cô hướng dẫn: Cô ngồi thẳng lưng, ngẩng cao đầu. Tay trái giữ giấy, tay phải cầm bút. Cô tô sao cho khô bị chòem ra ngoài.
- Cô cho trẻ nhắc lại tư thế

- Cô cho trẻ tô trên không
- Cô hỏi ý tưởng trẻ: Con thích tô công trường màu gì?(cô hỏi 2-3 trẻ).
- Cô chúc các con tô màu bức tranh thật đẹp nhé.

**c. Hoạt động 3:** Trẻ thực hiện.

- Cho trẻ làm theo nhóm.
- Bao quát khi trẻ thực hiện.

(Cô chú ý nhắc trẻ tư thế ngồi, cách cầm bút)

**d. Hoạt động 4:** Trưng bày và nhận xét sản phẩm.

- Cho trẻ trưng bày sản phẩm lên giá.
- Hỏi trẻ: Con thích tranh nào nhất vì sao?(hỏi 2-3 trẻ).
- Cô nhận xét khen ngợi, động viên trẻ.

**4. Dự kiến tình huống phát sinh và phương án giải quyết**

+ **Dự kiến tình huống có thể xảy ra:** Một số cháu chưa lắp giáp được chiếc đèn

+ **Phương án giải quyết:** Giáo viên hỗ trợ để trẻ hoàn thiện sản phẩm của mình.

**5. Quan sát- Đánh giá trẻ hàng ngày:**

*a. Về tình trạng sức khỏe của trẻ*

*b. Về trạng thái cảm xúc, thái độ và hành vi của trẻ*

*c. Về kiến thức, kỹ năng của trẻ*

**TÀI LIỆU ĐÃ KÝ DUYỆT**  
Được tải về từ hệ thống edoc.smas.edu.vn lúc 12:13 15/11/2024  
bởi Lê Thanh Hiền Hương ( c0sc\_huongith ) – Trường Mầm non Sơn Ca

**Thứ sáu ngày 11 tháng 10 năm 2024**

**Lĩnh vực phát triển: Nhận thức**

**Tên hoạt động: Nhận biết phía trên – phía dưới của bản thân**

**1. Mục đích – yêu cầu:**

- Trẻ nhận biết phía trên - phía dưới của bản thân mình.
- Trẻ nói đúng từ “Phía trên”, “Phía dưới”.
- Trẻ xác định đúng vị trí phía trên, phía dưới so với bản thân.
- Trẻ tích cực tham gia vào các hoạt động.
- Giáo dục trẻ biết cất dọn đồ dùng, đồ chơi đúng nơi quy định, không tranh giành đồ chơi với bạn.

**2. Chuẩn bị đồ dùng, phương tiện:**

- Treo một số đồ chơi ở trên cao phía trên đầu trẻ
- Cô và mỗi trẻ có 1 đồ chơi
- Đồ chơi trong lớp ở các vị trí khác nhau
- Nhạc các bài hát trong chủ đề

**3. Tiến hành hoạt động:**

**a. Hoạt động 1: Đi siêu thị**

- Cô cho trẻ đi siêu thị và chọn những đồ theo ý thích
- Cô hỏi nhiều trẻ.
- + Con mua được đồ gì?
- + Công dụng của những đồ dùng đó là như thế nào?

- Cô động viên, khuyến khích trẻ.

**b. Hoạt động 2: Nhận biết phía trên- Phía dưới của bản thân mình.**

- Cô treo chùm bóng trên cao rồi hỏi trẻ: Chúng mình cùng nhìn lên xem lớp mình có đồ chơi gì mới

- Chùm bóng bay ở phía nào của trẻ

- Cho trẻ nhắc lại: Chùm bóng bay ở phía trên

- Cô hỏi nhiều trẻ.

- Cho trẻ kể những gì có ở phía trên trẻ?

- Cô nhận xét, động viên khích lệ trẻ trả lời.

- Tương tự cô cho trẻ tìm những đồ vật ở phía dưới: Dép ở dưới chân, thảm xốp,...

- Cho trẻ đặt đồ chơi theo ý thích, trẻ xác định vị trí đặt đồ chơi so với bản thân mình

- Cô hỏi tương tự với một số đồ dùng trong lớp: thảm, quạt, ghế, bàn...

**c. Hoạt động 3: Luyện tập, củng cố**

\* Trò chơi 1: “Thi xem ai nhanh”

- Cô giới thiệu tên trò chơi “Thi xem ai nhanh”

- Cách chơi: Cô nói 1 vị trí nào đó trẻ đặt đồ chơi vào đó và nói được đó là hướng nào.

- Luật chơi: Trẻ đặt đồ chơi đúng vị trí theo yêu cầu của cô.

- Cô tổ chức cho trẻ chơi 2 lần.

- Nhận xét trẻ chơi

\* Trò chơi củng cố “Xi mô khoai”

- Cô giới thiệu tên trò chơi “Xi mô khoai”

- Cách chơi: sờ đồ chơi, giấu nhanh đồ chơi

(Các bạn kiểm tra nhau )



- Luật chơi: Trẻ nào sai sẽ phải nhảy lò cò.

\* **Kết thúc:** Cô và trẻ cùng hát bài: “Lớp mình rất vui”

#### **4. Dự kiến tình huống phát sinh và phương án giải quyết**

+ **Dự kiến tình huống có thể xảy ra:** Một số cháu nói chưa rõ ràng mạch lạc

+ **Phương án giải quyết:** Giáo viên hướng dẫn trẻ nói rõ ràng, từng câu.

#### **5. Quan sát- Đánh giá trẻ hàng ngày:**

*a. Về tình trạng sức khỏe của trẻ*

*b. Về trạng thái cảm xúc, thái độ và hành vi của trẻ*

*c. Về kiến thức, kỹ năng của trẻ*

**TÀI LIỆU ĐÃ KÝ DUYỆT**  
Được tải về từ hệ thống edoc.smas.edu.vn lúc 12:13 15/11/2024  
bởi Lê Thanh Hiền Hương ( c0sc\_huongith ) – Trường Mầm non Sơn Ca

**DUYỆT KẾ HOẠCH GIÁO DỤC CHỦ ĐỀ: BÉ VÀ GIA ĐÌNH**

**Nhánh 1: Dinh dưỡng cho bé**

***Thời gian thực hiện 1 tuần: Từ ngày 07/10 đến ngày 11/10/2024***

**NGƯỜI THỰC HIỆN**

**Trần Thị Ngọc Oanh**

**NGƯỜI DUYỆT KẾ HOẠCH  
TỔ TRƯỞNG CHUYÊN MÔN**

**Đặng Thị Quỳnh Nga**

**BGH KÝ DUYỆT  
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

**Lê Thanh Hiền Hương**

**TÀI LIỆU ĐÃ KÝ DUYỆT**  
Được tải về từ hệ thống edoc.smas.edu.vn lúc 12:13 15/11/2024  
bởi Lê Thanh Hiền Hương (c0sc\_huongith) - Trường Mầm non Sơn Ca