

Số: 49 /KH-THCS

Tiên Lãng, ngày 22 tháng 09 năm 2023

KẾ HOẠCH

Thực hiện dự án về sức khỏe dinh dưỡng học đường Quý 3 - năm 2023

1. Lịch giảng dạy ngoại khóa (có kế hoạch ngân sách kèm theo)

A. Nhóm chủ đề dành cho học sinh các lớp 6,7 (gồm 15 tiết)

STT	Chủ đề tiết dạy	Tên giáo viên thực hiện	Thời gian thực hiện	Các mục cần chuẩn bị	Chữ ký của GVBM
1	<p>Chủ đề 1: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Hiểu biết về răng để chăm sóc răng ngày càng tốt hơn. Chải răng đúng cách để bảo vệ sức khỏe. Tiết 2: Chế độ ăn uống phù hợp để chăm sóc sức khỏe. Bệnh sâu răng và các biện pháp dự phòng.</p>	Phạm Thị Thùy Lớp 6D1	tuần 1 tháng 10	<ul style="list-style-type: none"> - Tranh minh họa trên giấy A3 hoặc A4, bút dạ, bảng phụ, mô hình hàm răng - Phần thưởng. 	
2	<p>Chủ đề 2: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Hiểu được ý nghĩa của việc rửa tay bằng xà phòng Tiết 2: Thời điểm rửa tay và các bước của rửa tay</p>		tuần 2 tháng 10	<ul style="list-style-type: none"> - Bảng/ giấy A0, 2 bút dạ/ bút lông khác màu - Giấy A4 để các đội thảo luận - Poster “Rửa tay với xà bông” - Phần thưởng 	
3	<p>Chủ đề 3: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Hiểu được về việc chăm sóc tai và mắt; Liệt kê những hành vi, thói quen có hại cho mắt và tai; Tiết 2: Biết cách chăm sóc mắt và tai đúng cách; Xác định tình huống có hại cho mắt, tai và cách</p>	Đỗ Kim Oanh Lớp 6D3	tuần 3 tháng 10	<ul style="list-style-type: none"> - Tranh minh họa trên giấy A3 hoặc A4, bút dạ, bảng phụ, mô tai và mắt - Phần thưởng. 	

	xử trí.				
4	<p>Chủ đề 4: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Liệt kê được những thay đổi về cơ thể, cảm xúc và tâm lý xảy ra trong tuổi dậy thì đối với nam và nữ; Biết được một số nguồn đáng tin cậy để tìm hiểu các thông tin hoặc tìm sự trợ giúp về các thay đổi trong tuổi dậy thì;</p> <p>Tiết 2: Biết được cách chăm sóc, vệ sinh cơ thể đúng cách trong giai đoạn này.</p>	Hoàng Thị Sánh Lớp 7C1	tuần 4 tháng 10	<ul style="list-style-type: none"> - Giấy A0, bút dạ, băng dính hai mặt hoặc hồ dán; - Bộ thẻ “Những thay đổi trong tuổi dậy thì”; - Phiếu “Vệ sinh cơ quan sinh dục đúng cách - Phần thưởng. 	
5	<p>Chủ đề 5: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Hiểu được tác hại của việc sử dụng bia, rượu. Liệt kê 2-3 lý do khiến học sinh sử dụng rượu bia và thuốc lá;</p> <p>Tiết 2: Nêu ít nhất 2 tác hại của việc sử dụng rượu bia và thuốc lá đối với sức khỏe và việc học tập của học sinh; Nắm được một số mẹo từ chối lời mời sử dụng rượu bia và thuốc lá.</p>		tuần 1 tháng 10	<ul style="list-style-type: none"> - Giấy A0, bút dạ, bút viết; - Tình huống đóng vai. - Phần thưởng. 	
6	<p>Chủ đề 6: (gồm 3 tiết) Tiết 1: Phân loại thực phẩm thành các nhóm và hiểu được vai trò của các nhóm thực phẩm với sức khỏe.</p> <p>Tiết 2+3: Nắm được nội dung của tháp dinh dưỡng lượng thức ăn trung bình cho một người trong một tháng Nhận biết được tầm quan</p>	Nguyễn Tiên Lục Lớp 7C3	tuần 2 tháng 10	<ul style="list-style-type: none"> - Tranh về tháp dinh dưỡng - Giấy A0, bút dạ - Phần thưởng dành cho nhóm chiến thắng 	

	trọng của iodine, khuyến khích gia đình sử dụng muối có chứa I-ốt			
7	<p>Chủ đề 7: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Hiểu được vai trò của việc lựa chọn thực phẩm đúng. Tiết 2: Giải thích được vì sao cần phải lựa chọn thực phẩm hợp vệ sinh.</p>		tuần 3 tháng 10	5 bộ thẻ màu ghi tên các loại thực phẩm và đồ ăn nhanh, giấy A3 hoặc A4, bút dạ, bảng phụ, phần thưởng.

B, Nhóm chủ đề dành cho học sinh các lớp 8,9 (gồm 15 tiết)

STT	Chủ đề tiết dạy	Tên giáo viên thực hiện	Thời gian thực hiện	Các mục cần chuẩn bị	Chữ ký của GVBM
1	<p>Chủ đề 1: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Hiểu biết về răng để chăm sóc răng ngày càng tốt hơn. Chải răng đúng cách để bảo vệ sức khỏe. Tiết 2: Chế độ ăn uống phù hợp để chăm sóc sức khỏe. Bệnh sâu răng và các biện pháp dự phòng.</p>	Vũ Thị Yến Lớp 8B1	tuần 1 tháng 10	Tranh minh họa trên giấy A3 hoặc A4, bút dạ, bảng phụ, mô hình hàm răng, phần thưởng.	
2	<p>Chủ đề 2: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Hiểu được ý nghĩa của việc rửa tay bằng xà phòng Tiết 2: Thời điểm rửa tay và các bước của rửa tay</p>		tuần 2 tháng 10	<ul style="list-style-type: none"> - Bảng/ giấy A0, 2 bút dạ/ bút lông khác màu - Giấy A4 để các đội thảo luận - Poster “Rửa tay với xà bông” - Phần thưởng 	
3	<p>Chủ đề 3: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Hiểu được về việc chăm sóc tai và mắt; Liệt kê những hành vi, thói quen có hại cho mắt và tai; Tiết 2: Biết cách chăm sóc mắt và tai đúng cách;</p>	Trần Thị Hương Lớp 8B3	tuần 3 tháng 10	Tranh minh họa trên giấy A3 hoặc A4, bút dạ, bảng phụ, mô tai và mắt, phần thưởng.	

	Xác định tình huống có hại cho mắt, tai và cách xử trí.				
4	<p>Chủ đề 4: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Nhận biết và Hiểu được về tuổi dậy thì. Giải thích được một số thắc mắc thường gặp về tuổi dậy thì</p> <p>Tiết 2: Liên hệ với bản thân khi cơ thể bước sang tuổi dậy thì, Biết cách phòng tránh HIV; Nêu được những người/nguồn đáng tin cậy có thể hỗ trợ mình khi gặp các vấn đề cần giúp đỡ</p>	Tạ Thị Cảnh Lớp 9A1	tuần 4 tháng 10	<ul style="list-style-type: none"> - Giấy A0, bút dạ, băng dính hai mặt hoặc hồ dán; - Bộ thẻ “Những thay đổi trong tuổi dậy thì” - 10 phiếu viết các thắc mắc của tuổi dậy thì, phân thưởng. 	
5	<p>Chủ đề 5: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Hiểu được tác hại của việc sử dụng ma túy. Liệt kê 2-3 lý do khiến học sinh sử dụng ma túy.</p> <p>Tiết 2: Nêu được tác hại của việc sử dụng ma túy với sức khỏe và việc học tập của học sinh; Thể hiện kỹ năng từ chối ma túy trong các tình huống khác nhau.</p>		tuần 1 tháng 10	<ul style="list-style-type: none"> - Giấy A0, bút dạ, bút viết; - 1 vỏ hộp được bọc/ trang trí đẹp, 10 thẻ bìa màu; - Photo phụ lục “Quan niệm đúng sai về ma túy và sử dụng ma túy” phát cho học sinh. - Phần thưởng. 	
6	<p>Chủ đề 6: (gồm 3 tiết) Tiết 1: Hiểu được vai trò của các vi chất dinh dưỡng với sức khỏe, hậu quả của việc thiếu các vi chất dinh dưỡng, và cách khắc phục</p> <p>Tiết 2+3: Hiểu được chế độ dinh dưỡng cần thiết cho các bạn học sinh ở độ tuổi dậy thì và trong thời gian thi cử</p>	Nguyễn Thị Luyên Lớp 9A3	tuần 2 tháng 10	<ul style="list-style-type: none"> - Giấy A0, bút dạ - Các thẻ ghi tên các món ăn hoặc tranh ảnh minh họa cho các món ăn đó - Phần thưởng dành cho nhóm chiến thắng 	

7	<p>Chủ đề 7: (gồm 2 tiết) Tiết 1: Biết được các vấn đề liên quan đến việc sử dụng thực phẩm không an toàn</p> <p>Tiết 2: Giải thích được vì sao cần phải lựa chọn thực phẩm hợp vệ sinh.</p>		tuần 3 tháng 10	5 bộ thẻ màu ghi tên các loại thực phẩm và đồ ăn nhanh, giấy A3 hoặc A4, bút dạ, bảng phụ, phần thưởng.	
---	--	--	--------------------	---	--

II. Kế hoạch ngân sách:

- Chi cho các tiết dạy ngoại khóa (thù lao GV & VPP):

STT	Chủ đề tiết dạy	Số tiết	Thành tiền
1	Nhóm chủ đề dành cho học sinh các lớp 6,7	15	750.000đ
2	Nhóm chủ đề dành cho học sinh các lớp 8,9	15	750.000đ
	Tổng cộng	30	1500.000đ

- Phụ cấp lãnh đạo & nhân viên nhà trường:

STT	Họ tên	Chức vụ	Định mức/tháng	Thành tiền
1	Nguyễn Thị Bình	Phó hiệu trưởng	100.000đ	100.000đ
2	Vũ Thị Thu	Cán bộ y tế	100.000đ	100.000đ
3	Lương Thị Hạnh	Cán bộ KT	100.000đ	100.000đ
	Tổng cộng			300.000đ

Trên đây là Kế hoạch thực hiện dự án về sức khỏe dinh dưỡng học đường từ tháng 10 năm 2023 đến tháng 10/năm 2023 của trường THCS thị trấn Tiên Lãng huyện Tiên Lãng.

Nơi nhận:

- Sở GD&ĐT (Ban dự án đề B/c);
- Phòng GD&ĐT (đề B/c);
- Hội đồng sư phạm (đề TH);
- Lưu website;
- Lưu VT.

P.HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Thị Bình