

KẾ HOẠCH GIÁO DỤC CHỦ ĐỀ: BẢN THÂN KHỎE MẠNH - DINH DƯỠNG, AN TOÀN
LỚP MẪU GIÁO 4- 5 TUỔI

Giáo viên: Hoàng Thị Dung – Bùi Thị Doan

Thời gian thực hiện: 4 tuần (Từ ngày 12/10/2026 -6/11/2026)

Hoạt động	Tuần 1 Bé là ai (Từ 12/10 - 16/10/2026)	Tuần 2 Cơ thể kỳ diệu của bé (Từ 19/10 - 23/10/2026)	Tuần 3 Cảm xúc của bé (Từ 26/10 - 30/10/2026)	Tuần 4 Bé lớn lên khỏe mạnh và an toàn (Từ 2/11 - 6/11/2026)	Điều chỉnh
Đón trẻ - <i>Đón trẻ:</i> Cô đến sớm làm vệ sinh lớp sạch sẽ, thông thoáng phòng. + Cô niềm nở đón trẻ vào lớp, nhắc trẻ chào cô, chào bố mẹ, tập cho trẻ cất đồ dùng cá nhân vào tủ. Khi đón trẻ trao đổi tình hình sức khỏe của trẻ với phụ huynh. + Cô trò chuyện với trẻ về bản thân trẻ, các món ăn và an toàn vệ sinh trong ăn uống, trao đổi với trẻ về các cảm xúc của trẻ + Cho trẻ xem tranh ảnh về chủ đề: Bản thân khỏe mạnh, dinh dưỡng an toàn + Cô cho trẻ chơi tự do các góc. - Tập theo nhạc bài: Nào chúng ta cùng tập thể dục. - Trẻ đi theo đội hình vòng tròn. - <i>Khởi động:</i> Tập trên nền nhạc bài khởi động, Cho trẻ đi thường, đi bằng mũi chân, đi thường, đi bằng gót chân, kết hợp xoay cổ tay, đi thường, chạy chậm, chạy nhanh, chạy chậm, đi thường chuyển đội hình thành 2 hàng. - <i>Trọng động:</i> Tập theo nhạc "Nào chúng ta cùng tập thể dục" vào thứ 3, 4, 5, 6 + Hô hấp: Hít vào thở ra + Tay: Co và duỗi tay + Lưng, bụng, lườn: Cúi người về phía trước + Chân: Ngồi xổm đứng lên - Hồi tĩnh: Cho trẻ chơi trò chơi "Gieo hạt" và đi lại nhẹ nhàng theo nhạc. - Thứ 2: Chào cờ					
Thể dục sáng					
Trò chuyện	- Con tên là gì? Con mấy tuổi? - Con là bạn trai hay bạn gái? - Con thích mặc quần áo màu gì? - Con có sở thích gì? - Con hãy giới thiệu một điều con thích nhất về bản thân mình	- Cơ thể con có những bộ phận nào? - Các bộ phận có tác dụng gì? - Muốn cơ thể luôn sạch sẽ, khỏe mạnh, con cần làm gì? - Con cần làm gì để bảo vệ mắt, tai, mũi, miệng và các bộ phận trên cơ thể?	- Khi vui, khuôn mặt con như thế nào? - Khi buồn, con thường có biểu hiện gì? - Điều gì làm con cảm thấy vui? - Khi nào con cảm thấy buồn, tức giận hoặc sợ hãi? - Khi vui, buồn, tức giận hay sợ hãi, con có thể nói với ai? - Khi bạn buồn, con sẽ làm gì để giúp bạn vui hơn? - Nếu con tức giận, con nên làm gì để bình tĩnh lại?	- Muốn cơ thể lớn lên khỏe mạnh, con cần ăn những loại thức ăn nào? - Hằng ngày con cần làm gì để cơ thể khỏe mạnh? - Vì sao chúng mình phải rửa tay trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh? - Con cần làm gì để giữ răng miệng, cơ thể và quần áo sạch sẽ?	

Hoạt động		Tuần 1 Bé là ai (Từ 12/10 - 16/10/2026)	Tuần 2 Cơ thể kỳ diệu của bé (Từ 19/10 - 23/10/2026)	Tuần 3 Cảm xúc của bé (Từ 26/10 - 30/10/2026)	Tuần 4 Bé lớn lên khỏe mạnh và an toàn (Từ 2/11 - 6/11/2026)	Điều chỉnh
Hoạt động học	Thứ 2	THỂ DỤC Đi Khuy gối	THỂ DỤC Bò chui qua cổng	THỂ DỤC Ném xa bằng 2 tay	DDSK: Trò chuyện về cách chế biến một số thực phẩm, món ăn đơn giản truyền thống của địa phương	
	Thứ 3	KPXH Bạn và tôi	KPKH Trải nghiệm các giác quan và bộ phận của cơ thể	PTCXXH Trạng thái cảm xúc của bé (vui, buồn, sợ hãi, tức giận, ngạc nhiên)	KPXH Hoạt động: Trải nghiệm bé với dinh dưỡng	
	Thứ 4	PTNN Văn học: Truyện "Cái môm"	PTNN Văn học: Thơ “Tâm sự của cái mũi”	PTNN Văn học: Truyện "Heo con đi mua kẹo"	PTNN Văn học: Thơ "Dinh dưỡng của bé"	
	Thứ 5	TOÁN Xác định phía trước- phía sau; phía trên- phía dưới; phía phải- phía trái của đồ vật so với bản thân	TOÁN Xác định phía trước- phía sau; phía trên- phía dưới; phía phải- phía trái của đồ vật so với bạn khác.	TOÁN So sánh sự giống và khác nhau của các hình: hình vuông, hình chữ nhật, tam giác, hình tròn	TẠO HÌNH Nặn bánh	
	Thứ 6	ÂM NHẠC DH: Bạn có biết tên tôi	Âm nhạc DVD: Tôi bị ốm	TẠO HÌNH Vẽ chân dung bé	ÂM NHẠC DVD: Mời bạn ăn	
	Thứ 2	- Quan sát cây khế - TCVD: Sói và dê; đàn chuột con - Chơi tự do: Lá cây, cát, nước, sỏi, đồ chơi ngoài trời	- Quan sát vườn rau - TCVD: Gieo hạt; Gà vào vườn rau - Chơi tự chọn	- TCVD: Rồng rắn lên mây - Luồn luồn cổng dừa - Chơi tự do: Lá cây, cát, nước, sỏi, đồ chơi ngoài trời	- Đạo chơi sân trường - TCVD: Cáo và thỏ - Chơi tự chọn	
	Thứ 3	- TCVD: Lá và gió; Chạy tiếp sức - Chơi tự chọn	- Trải nghiệm đôi bàn tay kỳ diệu - TCVD: Tìm bạn thân - Chơi tự do: Lá cây, cát, nước, sỏi, đồ chơi ngoài trời	- Quan sát: hoa giấy - TCVD: Bịt mắt bắt dê - Chơi tự chọn	- Quan sát cây dừa cảnh - TCVD: Chạy tiếp sức - Chơi tự chọn	
	Thứ 4	- Quan sát hoa muống yến - TCVD: Gà vào vườn rau - Chơi tự do: Lá cây, cát, nước, sỏi, đồ chơi ngoài trời	- Khám phá dấu vân tay - TCVD: Chuyển bóng - Chơi với đồ chơi ngoài trời	- Quan sát cây mai vạn phúc - TCVD: Luồn luồn cổng dừa - Chơi tự chọn	- Quan sát cây hoa địa lan - TCVD: Kéo co - Chơi tự do: Lá cây, cát, nước, sỏi, đồ chơi ngoài trời	

Hoạt động		Tuần 1 Bé là ai (Từ 12/10 - 16/10/2026)	Tuần 2 Cơ thể kỳ diệu của bé (Từ 19/10 - 23/10/2026)	Tuần 3 Cảm xúc của bé (Từ 26/10 - 30/10/2026)	Tuần 4 Bé lớn lên khỏe mạnh và an toàn (Từ 2/11 - 6/11/2026)	Điều chỉnh
Hoạt động chơi ngoài trời	Thứ 5	- Khám phá giác quan ngoài sân trường - TCVD: Kéo co - Chơi tự do: Lá cây, cát, nước, sỏi, đồ chơi ngoài trời	- Quan sát cây bưởi - TCVD: Bịt mắt bắt dê - Chơi tự do	- Trải nghiệm với cát - TCVD: Bịt mắt bắt dê - Chơi tự do: Lá cây, cát, nước, sỏi, đồ chơi ngoài trời	- TCVD: Gà vào vườn rau; lá và gió - Chơi tự do: Lá cây, cát, nước, sỏi, đồ chơi ngoài trời	
	Thứ 6	- Lao động nhỏ ở sân lớp - TCVD: Mèo đuổi chuột - Chơi với vật liệu thiên nhiên.	- Lao động chăm sóc vườn rau - TCVD: Mèo bắt chuột - Chơi tự chọn	- Lao động sân trường - TCVD: Kéo co - Chơi tự chọn	- Lao động chăm sóc vườn rau của bé - TCVD: Mèo đuổi chuột - Chơi tự do: Lá cây, cát, nước, sỏi, đồ chơi ngoài trời	
Hoạt động góc		- Góc XD: Xây khu vui chơi, công viên,... - Góc phân vai: Bác sĩ, bán hàng, tiệm bách hóa xanh, nấu ăn, spa làm đẹp, tiệm cắt tóc... - Góc học tập: tô màu, làm anbum về các bạn nam nữ và trang phục, hoàn thiện vở toán... - Góc nghệ thuật: Vẽ, làm thiệp chúc mừng ngày 20/10, trang trí khung ảnh chân dung của bé, chơi đồ dùng âm nhạc... - Góc thiên nhiên: Gieo hạt, trồng và chăm sóc cây...				
Hoạt động ăn, ngủ, vệ sinh		- Cô rửa tay, lau mặt cho trẻ trước khi ăn, chuẩn bị bàn ăn, cho trẻ ăn đúng giờ, chia ăn cho trẻ, giới thiệu các món ăn, cho trẻ ăn đa dạng các món ăn, động viên khuyến khích trẻ ăn hết xuất... - Day trẻ thói quen văn minh trong khi ăn: Nhắc trẻ mời trước khi ăn, ăn gọn gàng, không cười đùa trong khi ăn... - Trẻ cùng cô sắp xếp, chuẩn bị chỗ ngủ, chuẩn bị đồ dùng cho giờ ngủ, quan tâm trẻ khó ngủ, ngủ đủ thời gian, khi ngủ dậy cho trẻ chơi trò chơi nhẹ nhàng.				
Hoạt động chiều	Thứ 2	- Đồng dao: Cái mũi - Cho trẻ chơi theo ý thích - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	- LQKTM: Tìm hiểu giác quan và bộ phận của cơ thể - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	- Đồ dao: Tay đẹp - Cho trẻ chơi theo ý thích - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	- Đồng dao: Dành dành dăng dăng - Cho trẻ chơi theo ý thích - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	
	Thứ 3	- Trò chơi mới: TCDG: Tìm đúng nhà - Cho trẻ chơi theo ý thích. - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	- Trò chơi mới: Nhận đúng tên mình - Cho trẻ chơi theo ý thích - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	- Trò chơi mới: Ai đoán đúng tên - Cho trẻ chơi theo ý thích - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	- Trò chơi mới: Tìm đúng nhà - Cho trẻ chơi theo ý thích - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	

Hoạt động		Tuần 1 Bé là ai (Từ 12/10 - 16/10/2026)	Tuần 2 Cơ thể kỳ diệu của bé (Từ 19/10 - 23/10/2026)	Tuần 3 Cảm xúc của bé (Từ 26/10 - 30/10/2026)	Tuần 4 Bé lớn lên khỏe mạnh và an toàn (Từ 2/11 - 6/11/2026)	Điều chỉnh	
	Thứ 4	- Cho trẻ chơi theo ý thích. - Hoạt động phòng giáo dục nghệ thuật - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	- Cho trẻ chơi theo ý thích. - Hoạt động phòng vi tính - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	- Cho trẻ chơi theo ý thích. - HĐ phòng thư viện - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	- Cho trẻ chơi theo ý thích - Hoạt động phòng vi tính - Nêu gương cuối ngày, bình cờ		
	Thứ 5	- LQKTM: Dạy hát "Bạn có biết tên tôi" - Cho trẻ chơi theo ý thích. - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	- Ôn Thơ “Tâm sự của cái mũi” - Cho trẻ chơi theo ý thích. - Nêu gương cuối ngày, bình cờ	- KNS: gấp quần áo - Cho trẻ chơi theo ý thích. - Nêu gương cuối ngày, bình cơ	- Thực hành vở toán - Cho trẻ chơi theo ý thích - Nêu gương cuối ngày, bình cờ		
	Thứ 6	- Tổ chức lao động vệ sinh lớp học - HĐ phòng thư viện - Nêu gương cuối tuần, phát phiếu bé ngoan.	- Cho trẻ chơi theo ý thích. - HĐ phòng thư viện - Nêu gương cuối tuần, phát phiếu bé ngoan.	- Cho trẻ chơi theo ý thích. - Hoạt động phòng giáo dục nghệ thuật - Nêu gương cuối tuần, phát phiếu bé ngoan.	- Cho trẻ chơi theo ý thích. - HĐ phòng Thư viện - Nêu gương cuối tuần, phát phiếu bé ngoan.		
Trả trẻ		- Cô cho trẻ hát, đọc thơ, đọc đồng dao, cô trò chuyện với trẻ, giáo dục trẻ biết giữ gìn vệ sinh cơ thể. Cho trẻ chơi tự do với các đồ chơi trẻ thích, chơi các góc - Cho trẻ vệ sinh cá nhân. Trả trẻ, trao đổi với phụ huynh về tình hình của trẻ trong ngày. Tuyên truyền phụ huynh đưa con đi học đều, đúng giờ.					

TỔ TRƯỞNG

Hoàng Thị Hà

NGƯỜI LẬP KẾ HOẠCH

Hoàng Thị Dung Bùi Thị Doan