

Số: /KH-MN

Phúc Khánh, ngày tháng 9 năm 2025

**KẾ HOẠCH**  
**Phục hồi trẻ suy dinh dưỡng năm học 2025-2026**

Căn cứ vào Kế hoạch số 183/KH-MN ngày 09/9/2025, kế hoạch chỉ đạo thực hiện nhiệm vụ Giáo dục mầm non năm học 2025-2026 của trường Mầm non số 1 Phúc Khánh;

Thực hiện kế hoạch số 189/KHPH-MN, TYT ngày 09/9/2025, Kế hoạch phối hợp với Trạm y tế xã Phúc Khánh trong công tác y tế trường học năm học 2025-2026;

Căn cứ vào kết quả chăm sóc nuôi dưỡng, cân - đo của các lớp đầu năm học 2024-2025. Trường Mầm non số 1 Phúc Khánh xây dựng kế hoạch phục hồi trẻ suy dinh dưỡng cụ thể như sau:

**I. Tình hình chung**

**1. Tình hình chung của trẻ**

- \* Tổng số trẻ được cân đo là: 203/203 trẻ = 100%
- + Tổng số trẻ phát triển cân nặng bình thường: 180/203 trẻ = 88,6 %
- Tổng số trẻ suy dinh dưỡng thể nhẹ cân: 20/203 trẻ = 9,8 %
- Tổng số trẻ thừa, cân béo phì: 3/203 trẻ = 1,5%
- + Tổng số trẻ phát triển chiều cao bình thường: 183/203 trẻ = 90,1%
- Tổng số trẻ suy dinh dưỡng thể thấp còi: 20/203 trẻ = 88,6%
- Tổng số trẻ còi cọc: 0 trẻ

**2. Thuận lợi**

Nhà trường luôn nhận được sự quan tâm chỉ đạo sát sao của Đảng uỷ, HĐND, UBND xã Phúc Khánh, sự ủng hộ của các ban ngành đoàn thể, sự đồng thuận của các bậc phụ huynh về công tác chăm sóc giáo dục tại địa phương;

Đội ngũ cán bộ quản lý, giáo viên luôn đảm bảo về chất lượng, tâm huyết với nghề, có tinh thần trách nhiệm cao trong công tác duy trì số lượng và nâng cao chất lượng chăm sóc, nuôi dưỡng và giáo dục trẻ.

Nhân viên cấp dưỡng hằng năm được tập huấn an toàn thực phẩm, phòng chống ngộ độc thực phẩm cho bếp ăn tập thể.

CSVC trường lớp học từng bước được đầu tư xây dựng theo hướng kiên cố hoá, nhằm nâng cao chất lượng giáo dục toàn diện và phổ cập giáo dục.

Được nhà nước hỗ trợ tiền ăn trưa, đối với trẻ 2 tuổi được hỗ trợ chế độ ăn trưa theo Nghị định 66/2025/NĐ-CP, trẻ mẫu giáo có được hỗ trợ ăn trưa Nghị định 105/2020/NĐ-CP, hỗ trợ chi phí học tập theo Nghị định 238/2025/NĐ-CP, và được hưởng các chế độ miễn học phí, ...

Sự nhận thức của phụ huynh ngày càng được nâng cao, đã góp phần vào công tác XHHGD và huy động trẻ ra lớp, duy trì tỷ lệ chuyên cần đạt từ 98 trở lên

Đồ dùng phục vụ cho công tác ăn bán trú được các cấp hỗ trợ và xã hội hóa đầy đủ.

### **3. Khó khăn**

Địa bàn quản lý của nhà trường rộng, các điểm trường cách xa với điểm trường chính

Đời sống kinh tế của người dân còn nhiều khó khăn, nguồn thu chính chủ yếu là nông nghiệp, phong tục tập quán của địa phương còn lạc hậu, dân cư sống rải rác không tập chung, một số hộ gia đình bố mẹ đi làm ăn xa, địa hình đi lại phức tạp, do đó cũng ảnh hưởng đến tỷ lệ trẻ đi học chuyên cần nhất là các ngày mưa.

Trẻ em là người dân tộc thiểu số, số lượng lớp ghép chiếm tỷ lệ khá cao ảnh hưởng lớn đến chất lượng dạy và học.

Nhân viên y tế, bảo vệ còn thiếu so với quy định trong Điều lệ trường mầm non.

Đa số phụ huynh của trẻ làm nghề nông nghiệp nên việc dành thời gian chăm sóc và nuôi dạy trẻ còn hạn chế. Vì vậy việc chăm sóc trẻ khi hết giờ ở trường trở về nhà của gia đình chưa sâu sát, trẻ chưa được chăm sóc khoa học từ bữa ăn đủ chất cho đến giờ giấc ngủ nghỉ dẫn đến tỉ lệ trẻ suy dinh dưỡng tập còi, thừa cân béo phì tương đối nhiều. Đó là một trong những khó khăn chủ yếu của nhà trường trong công tác “Phục hồi và phòng chống trẻ suy dinh dưỡng thể thấp còi và nhẹ cân và thừa cân, béo phì” .

### **I. Nội dung**

#### **1. Các biện pháp phòng và khắc phục**

##### **1.1. Công tác chăm sóc nuôi dưỡng**

Đảm bảo nhu cầu dinh dưỡng trong khẩu phần ăn của trẻ

Thay đổi thực đơn cho trẻ thường xuyên theo mùa

Nhà trường đảm bảo tuyệt đối nguồn gốc thực phẩm an toàn, tin cậy với người ký hợp đồng thực phẩm phải có đủ giấy phép về đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm của cơ quan có thẩm quyền cấp. 100% trẻ được uống nước ấm về mùa đông và uống đủ nhu cầu nước của trẻ/ngày.

Công tác cân đo, chắm biểu đồ, theo dõi trẻ suy dinh dưỡng vào tháng 9, tháng 12, tháng 3 trong năm học và có kế hoạch can thiệp với những trẻ suy dinh dưỡng, thừa cân béo phì hàng tháng trong năm để có biện pháp kết hợp giữa giáo viên chủ nhiệm và nhân viên cấp dưỡng và phụ huynh của trẻ.

Hàng tháng phải có những bài tuyên truyền được dán tới các góc tuyên truyền của từng lớp cũng như bản tin tuyên truyền của nhà trường với những nội dung thường được quan tâm như: “những giải pháp dành cho trẻ suy dinh dưỡng, thừa cân béo phì”, “chế độ ăn hợp lý dành cho trẻ suy dinh dưỡng, thừa cân béo phì”, để phụ huynh tham khảo và chia sẻ kiến thức cùng phối hợp với nhà trường để khắc phục tình trạng trẻ suy dinh dưỡng giúp cho trẻ được phát triển toàn diện hơn về thể chất lẫn tinh thần.

Phòng chống còi xương, thấp còi, còi cọc ở trẻ mầm non: Thức ăn bổ sung cần đầy đủ các chất dinh dưỡng, đảm bảo đủ về mặt số lượng và đa dạng về thực phẩm.

Phòng chống thừa cân béo phì cho trẻ ăn chế độ ăn khoa học, hạn chế các thực phẩm gây thừa cân, tăng cường cho trẻ vận động hợp lý.

Chế độ ăn cần bổ sung đầy đủ các chất dinh dưỡng, đáp ứng nhu cầu năng

lượng theo từng độ tuổi của trẻ. Bổ sung thực phẩm nhiều Vitamin D.

Cần cho trẻ có thời gian thể dục buổi sáng từ 15-20 phút buổi sáng.

Phòng chống SDD hay các bệnh liên quan đến dinh dưỡng: Trẻ SDD là do thiếu các vi chất dinh dưỡng mà cơ thể cần một lượng nhỏ nhưng có vai trò rất quan trọng đối với sức khỏe và sự phát triển của cơ thể trẻ.

Những vi chất đó: Bao gồm các Vitamin và các khoáng chất.

### **1.2 Biện pháp phòng**

Đa dạng hoá bữa ăn cho học sinh, phối hợp các loại thức ăn từ 4 nhóm thực phẩm trong các bữa ăn tại trường hàng ngày, tăng cường thực phẩm giàu Vitamin và dinh dưỡng.

Không bắt trẻ ăn kiêng. Đảm bảo VSATTP trong quá trình lựa chọn chế biến và bảo quản thức ăn cho trẻ (theo thực đơn của nhà trường quy định).

Phối hợp với trạm y tế tây giun và uống đầy đủ Vitamin A cho trẻ theo chiến dịch của bộ y tế khuyến cáo, và thực hiện tốt nguyên tắc sạch khi ăn.

Sử dụng muối iốt hoặc muối bột canh iốt trong chế biến thức ăn.

## **2. Giải pháp thực hiện**

### **1.2. Làm tốt công tác tuyên truyền vận động**

Nhà trường kết hợp với trạm y tế địa phương xây dựng kế hoạch tuyên truyền vào các buổi họp phụ huynh, các hội thi của trẻ, các buổi họp thôn bản.

Trong các góc học tập và sân chơi của trẻ nhà trường luôn treo bảng biểu, tranh ảnh với nội dung về dinh dưỡng của trẻ. Hàng ngày nhà trường có bảng tuyên truyền công khai thu chi và bảng tính năng lượng cho trẻ/2 bữa ăn (1 bữa chính và 1 bữa phụ tại trường)

Trong mỗi kỳ học của trẻ, nhà trường tổ chức những buổi họp phụ huynh với nội dung tuyên truyền về chăm sóc sức khỏe, phương pháp nuôi dưỡng trẻ tại nhà trường và gia đình. Đồng thời thông báo tình hình sức khỏe của trẻ ở trường cho từng phụ huynh nắm bắt được, để kết hợp với nhà trường cùng xây dựng kế hoạch chăm sóc trẻ tốt hơn. Bằng nhiều hình thức tuyên truyền linh hoạt, thiết thực đã giúp cho các bậc phụ huynh nắm bắt được kinh nghiệm nuôi dưỡng trẻ như: Cho trẻ ăn bổ sung các chất có sẵn tại gia đình các loại thực phẩm; Trứng, cá, gà và các loại rau củ quả.

### **2.2. Thực hiện tốt công tác vệ sinh an toàn thực phẩm**

An toàn thực phẩm đóng vai trò quan trọng, quyết định đến chất lượng thực phẩm, chất lượng bữa ăn của trẻ. An toàn thực phẩm, không những quyết định về dinh dưỡng của trẻ mà còn liên quan đến cả tính mạng của trẻ, vì vậy thực phẩm có an toàn thì dinh dưỡng của trẻ mới được cân đối, tính mạng trẻ mới được đảm bảo. Từ tầm quan trọng đó, nhà trường đã thực hiện kiểm soát nghiêm ngặt nguồn thực phẩm cung cấp cho trẻ hàng ngày và quy định nhóm thực phẩm chính như: Thịt, đậu, trứng, rau, củ, quả...đều phải ký hợp đồng cung cấp chặt chẽ, đảm bảo an toàn 1lần/năm.

Bếp ăn bán trú nhà trường luôn được đảm bảo ATTP và không có trường hợp ngộ độc thực phẩm nào xảy ra, lưu mẫu khi nhận thực phẩm cũng như khi chế biến thực phẩm.

Nhà trường còn phối hợp với trung tâm y tế khu vực Bảo Yên, trạm y tế địa

phương thường xuyên kiểm tra bếp ăn, nơi chế biến thực phẩm, dụng cụ chứa thực phẩm, đồ lưu mẫu thức ăn, bảo hộ cô nuôi.... Vì vậy công tác an toàn thực phẩm trong nhà trường luôn được cán bộ y tế huyện và cán bộ y tế địa phương kiểm tra và đánh giá thực hiện tốt.

Để đảm bảo dinh dưỡng cho trẻ nhà trường luôn thay đổi thực đơn theo mùa để trẻ dễ ăn, dễ hấp thu... Nhà trường luôn quan tâm đến dinh dưỡng của trẻ, vì vậy nhà trường luôn tuyên truyền tới phụ huynh trồng các loại cây, nuôi các loại con để có sẵn nguồn thực phẩm bổ sung thường xuyên cho trẻ.

### **3.2. Quản lý và theo dõi sức khỏe của trẻ đúng quy định**

Hàng năm nhà trường đều có kế hoạch phối hợp với trạm y tế xã tổ chức khám bệnh cho trẻ 1-2 lần/ năm.

Qua khám sức khỏe, phát hiện sớm cháu nào mắc bệnh, cán bộ y tế xã kết hợp với giáo viên cùng nhà trường thông báo ngay tới phụ huynh, để phụ huynh nắm bắt được tình hình sức khỏe của trẻ và cùng kết hợp chăm sóc trẻ tốt hơn.

Các cháu đến trường được cân, đo 3 tháng/1 lần số cân và số đo của trẻ được các giáo viên trong nhà trường theo dõi bằng biểu đồ tăng trưởng. Riêng trẻ dưới 24 tháng được cân và đo mỗi tháng 1 lần và những trẻ suy dinh dưỡng thể thấp còi, thể nhẹ cân, cân đo 1 tháng/1 lần số cân và số đo của trẻ được các giáo viên theo dõi trong kế hoạch phục hồi trẻ suy dinh dưỡng. Khi có trẻ bị suy dinh dưỡng thể nhẹ cân và thể thấp còi nhà trường kết hợp với phụ huynh trẻ cùng đưa ra kế hoạch chăm sóc trẻ .

Giáo viên cho trẻ được ăn đúng giờ, đảm bảo đúng thực đơn ăn trong ngày của trẻ, đúng định mức ăn của trẻ, đồ dùng và dụng cụ chứa cơm canh và thức ăn phải khô ráo sạch sẽ, có đầy đủ bát, thìa cho từng trẻ, có đủ bàn và ghế ngồi cho trẻ, khăn lau tay trẻ được ngồi ăn trong không gian khô ráo sạch sẽ.

Trước khi ăn: Giáo viên cho trẻ rửa tay sạch với xà phòng, khi chia cơm và thức ăn tới từng trẻ phải có khẩu trang, mũ, tạp rề, giáo dục trẻ nề nếp mời chào( mời cô, mời các bạn ăn cơm).

Trong khi ăn: Giáo viên động viên khuyến khích trẻ ăn hết xuất, kết hợp với giáo dục dinh dưỡng, giáo dục hành vi vệ sinh văn minh trong khi ăn ( trẻ ngồi ăn ngay ngắn, không đùa nghịch, không nói chuyện riêng, biết nhặt cơm rơi vãi ra bàn ăn vào đĩa, khi ho và hắt hơi thì lấy tay che miệng, mũi,...)

Chú ý: Với trẻ bé không tự ăn uống được thì giáo viên phải bón cho trẻ.

Sau khi ăn: Giáo viên hướng dẫn trẻ cất bát, thìa và bàn, ghế đúng nơi quy định, cho trẻ uống nước, lau miệng, lau tay.

Chú ý: Với trẻ dưới 24 tháng tuổi không thể tự ăn và làm thì giáo viên phải xúc cơm và cất đồ dùng, dụng cụ cho trẻ.

Đảm bảo có đủ nước uống và nước vệ sinh cá nhân cho trẻ trước và sau khi ăn: Nước uống đảm bảo vệ sinh, được chứa trong bình ủ ấm về mùa đông và mát về mùa hè, mỗi trẻ đều có 1 ca hoặc cốc riêng.

\* Chăm sóc giấc ngủ cho trẻ: Cho trẻ ngủ đúng giờ.

Chuẩn bị trước khi trẻ ngủ: Chuẩn bị đầy đủ chăn, thảm, phản nằm, chiếu gối đầu cho trẻ ngủ, cho trẻ nằm tách bạn nam và bạn nữ riêng. Sắp xếp trẻ nằm ngủ với tư thế thoải mái.

Theo dõi trẻ ngủ: Trong thời gian trẻ ngủ, giáo viên phải thường xuyên có mặt để theo dõi, bao quát trẻ ngủ, phát hiện và xử lý kịp thời các tình huống xấu có thể xảy ra. Không để trẻ nằm sấp và đắp chăn kín mặt, không để trẻ cầm, ngậm kẹo và đồ chơi trong giờ ngủ.

Giáo viên chú ý thay quần áo cho trẻ theo mùa.

Cho trẻ ngủ đúng thời gian theo quy định.

Sau khi trẻ ngủ dậy: Cho trẻ thức dậy từ từ và nhắc trẻ tự cất gối đầu của mình đúng nơi quy định.

\* Vệ sinh:

Vệ sinh cá nhân: Có đủ nước sạch cho trẻ sử dụng trong vệ sinh cá nhân. Phòng vệ sinh của trẻ luôn khô ráo sạch sẽ, không bị trơn, trượt. Giáo viên chuẩn bị các đồ dùng vệ sinh cá nhân cho trẻ (xà phòng, khăn mặt,...)

Giáo viên giám sát và hướng dẫn trẻ vệ sinh cá nhân.

Đảm bảo đồ dùng, đồ chơi và dụng cụ học tập của trẻ luôn sạch.

Lớp học luôn đảm bảo ánh sáng và sạch sẽ.

Thứ sáu hàng tháng giáo viên cho trẻ mang gối đầu về nhà để phụ huynh giặt sạch cho trẻ. Cuối tháng giáo viên tổng vệ sinh trần nhà, chần, chiếu, thảm....

#### **4.2. Theo dõi sức khỏe và vệ sinh phòng bệnh cho trẻ**

Nhà trường phối hợp với trạm y tế trong công tác phòng chống dịch bệnh cho trẻ. Chỉ đạo giáo viên chú ý các biểu hiện của bệnh dịch để kịp thời xử lý.

Giáo viên 10/10 lớp theo dõi, phát hiện kịp thời khi trẻ có những biểu hiện bất thường về sức khỏe (Sốt nóng cơ thể, da tím tái, mệt mỏi, háo nước, mắt trợn tròn, tứ chi run), thông báo ngay tới phụ huynh trẻ và ban giám hiệu nhà trường, đồng thời đưa trẻ tới trạm y tế gần nhất để sơ cứu chăm sóc ban đầu kịp thời cho trẻ và chuyển tuyến khi cần thiết.

Trong quá trình chăm sóc giáo dục trẻ giáo viên thường xuyên theo dõi, bao quát trẻ mọi lúc mọi nơi, không làm việc riêng, không bỏ lớp đi ra ngoài.

Biết cách sơ cứu tai nạn có thể xảy ra đối với trẻ (trẻ bị hóc, sặc, nghẹn khi ăn, trẻ bị ngã khi chơi...). Đảm bảo tuyệt đối về thể chất và tinh thần cho trẻ.

Thực đơn của trẻ luôn được thay đổi, đảm bảo đủ về chất lượng thực phẩm và cung cấp đủ số lượng thực phẩm hàng ngày của trẻ.

Trên đây là kế hoạch Phục hồi và phòng chống trẻ suy dinh dưỡng cho trẻ, năm học 2025-2026 của trường mầm non số 1 Phúc Khánh.

**Noinhận:**

- GV (T/h);

- Lưu VT.

**KT. HIỆU TRƯỞNG  
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

**Tô Thị Minh Thu**

## KẾ HOẠCH CỤ THỂ

(Kèm theo kế hoạch số 202/KH-MN ngày 16/9/2025 của trường MN số 1 Phúc Khánh)

Tháng/ năm	Nội dung công việc	Người thực hiện	Kết quả thực hiện
9/2025	<ul style="list-style-type: none"><li>- PH với Trạm y tế cân đo, khảo sát, thống kê sức khỏe trẻ.</li><li>- Xây dựng kế hoạch phục hồi dinh dưỡng cho trẻ (trường, lớp).</li><li>- Điều chỉnh thực đơn, tính khẩu phần ăn đảm bảo</li><li>- Tiếp tục tuyên truyền, vận động, phối hợp (PH, Trạm y tế), xã hội hóa CS-ND trẻ.</li><li>- Bổ sung nguồn thực phẩm sạch cho nhà bếp.</li><li>- Duy trì thực hiện đảm bảo vệ sinh bếp ăn, lớp học và toàn trường. Chú ý khâu chế biến</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cán bộ phụ trách</li><li>- GV chủ nhiệm</li><li>- CB phụ trách</li><li>- NV cấp dưỡng</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ts trẻ bị suy dinh dưỡng: 42 trẻ</li></ul>
<b>Nội dung bổ sung</b>			
10+11/ 2025	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cân đo trẻ bị suy dinh dưỡng, theo dõi kết quả, so sánh với tháng 9. Tiếp tục thực hiện các biện pháp phục hồi dinh dưỡng cho trẻ bị suy dinh dưỡng.</li><li>- Điều chỉnh, bổ sung các giải pháp cho phù hợp. Thảo luận cấp tổ về C.Đề xây dựng thực đơn và tính khẩu phần ăn cho trẻ.</li><li>- Phối hợp với Trạm y tế xã Phúc Khánh khám sức khỏe định kỳ cho trẻ</li><li>- Tổ chức “Ngày hội dinh dưỡng cho bé” cấp trường lần 1.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- CB phụ trách</li><li>- GV chủ nhiệm</li><li>- Tổ CM</li><li>- Cán bộ phụ trách</li></ul>	
<b>Nội dung bổ sung</b>			
12/2025	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cân đo trẻ bị suy dinh dưỡng, theo dõi kết quả, so sánh với tháng 11. Tiếp tục thực hiện các biện pháp phục hồi dinh dưỡng; Điều chỉnh, bổ sung các giải pháp.</li><li>- Phối hợp với Trạm y tế cân đo trẻ đại trà giai đoạn 2 (10-&gt;15/12/2025).</li><li>- Nâng cao chất lượng hiệu quả công tác phục hồi dinh dưỡng cho trẻ.</li><li>- Tăng cường tổ chức “ngày dinh dưỡng cho bé” ở các lớp</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- GV chủ nhiệm</li><li>- CB phụ trách</li><li>- CB phụ trách</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ts trẻ bị suy dinh dưỡng: 31 trẻ</li></ul>

<b>Nội dung bổ sung</b>	- Tổ chức Hội thi “ <i>Dinh dưỡng và sức khỏe trẻ thơ</i> ” cấp trường.	- Toàn trường thành lập 5 đội thi	
01+02/ 2026	- Tiếp tục thực hiện các biện pháp phục hồi dinh dưỡng cho trẻ bị suy dinh dưỡng. - Điều chỉnh, bổ sung các giải pháp. Thảo luận cấp tổ về các giải pháp phục hồi dinh dưỡng cho trẻ bị suy dinh dưỡng. - Tiếp tục duy trì phong trào trồng rau nuôi gà, bổ sung nguồn T phẩm sạch cho nhà bếp.	- GV chủ nhiệm - Nhân viên y tế - CB phụ trách	
<b>Nội dung bổ sung</b>			
03/2026	- Cân đo trẻ bị suy dinh dưỡng, so sánh với tháng 02. Tiếp tục thực hiện các biện pháp phục hồi dinh dưỡng; Điều chỉnh, bổ sung các giải pháp. - Phối hợp với Trạm y tế cân đo trẻ đại trà giai đoạn 3 (12-15/3). - Tổ chức hội thi nấu ăn cho trẻ mầm non cấp trường.	- GV chủ nhiệm - CB phụ trách, cấp dưỡng - CB phụ trách	- Ts trẻ bị suy dinh dưỡng: ... trẻ
<b>Nội dung bổ sung</b>			
04+05/ 2026	- Tiếp tục thực hiện các biện pháp phục hồi dinh dưỡng; Điều chỉnh, bổ sung các giải pháp - Tổ chức “Ngày hội dinh dưỡng cho bé” cấp trường lần 2. - Thống kê, tổng kết công tác phục hồi trẻ suy dinh dưỡng, báo cáo cấp trên. - Tổng kết công tác phục hồi dinh dưỡng	- GV chủ nhiệm - CB phụ trách, cấp dưỡng - CB phụ trách	
<b>Nội dung bổ sung</b>			