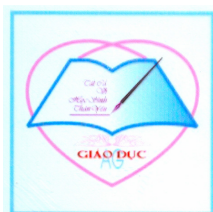


# TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN

## CHĂM SÓC VÀ NUÔI DẠY TRẺ VÙNG LŨ

(Tài liệu dành cho cô nuôi dạy trẻ vùng lũ)



Sở Giáo dục và Đào tạo tỉnh An Giang

Sở Giáo dục và Đào tạo tỉnh Đồng Tháp



Sở Giáo dục và Đào tạo tỉnh Tiền Giang

Biên soạn - tháng 03 năm 2008

## MỤC LỤC

STT	Nội dung	Trang
1	Giới thiệu sơ lược về Chương trình Trường học an toàn trong mùa lũ.	3
2	Bài 1: Lũ lụt và cách phòng tránh	5
3	Bài 2: Các giải pháp an toàn ở trường học trong mùa lũ.	9
4	Bài 3: Tổ chức và quản lý nhóm trẻ vùng lũ.	10
5	Bài 4: Tổ chức chế độ sinh hoạt tại nhóm trẻ.	13
6	Bài 5: Trẻ cần được sống trong môi trường sạch sẽ.	29
7	Bài 6: Phòng và xử trí một số tai nạn thường gặp ở trẻ em.	42
8	Bài 7: Phòng tránh các bệnh xảy ra trong mùa lũ.	53
9	Bài 8: Ăn uống của trẻ ở nhóm trẻ mùa lũ.	59
10	Bài 9: Hướng dẫn xây dựng khẩu thực đơn và cách chế biến món ăn cho trẻ.	62
11	Bài 10: Theo dõi sức khỏe của trẻ bằng biểu đồ.	69
12	Bài 11: Trò chuyện với trẻ và dạy trẻ tập nói.	72
13	Bài 12: Dạy trẻ múa hát.	97
14	Bài 13: Chơi với đồ chơi – Trò chơi.	111
15	Bài 14: Tập thể dục cho trẻ.	123
16	Bài 15: Những đặc điểm cần được nuôi dưỡng ở mỗi đứa trẻ.	125
17	Phụ lục: Giới thiệu một số cách chế biến thức ăn cho trẻ vào mùa lũ.	131
18	Bảng điểm đánh giá chất lượng nhóm trẻ gia đình.	134
19	Tài liệu tham khảo.	135

## **GIỚI THIỆU**

Chương trình trường học an toàn trong vùng lũ tại các tỉnh Đồng bằng sông Cửu Long là một chương trình nhằm nâng cao nhận thức của cộng đồng đặc biệt là giáo viên và học sinh về an toàn trong mùa lũ. Chương trình bao gồm các hoạt động xây dựng tài liệu thông tin giáo dục truyền thông, cải thiện cơ sở vật chất trong nhà trường thông qua việc hiểu rõ những rủi ro có thể xảy ra trong trường học, hội thảo định hướng dành cho giáo viên và học sinh, tổ chức ngày hội nâng cao nhận thức trong mùa lũ tại các điểm trường và cung cấp tài liệu giúp người nuôi dạy trẻ có những kiến thức, kỹ năng cơ bản nhất trong việc chăm sóc và nuôi dạy trẻ mầm non vào mùa lũ.

Quyển sổ tay này cung cấp cho các cô nuôi dạy trẻ trong vùng lũ những kiến thức cơ bản về lũ lụt, hiểm họa và các biện pháp tự vệ cũng như những việc nên làm trước, trong và sau lũ tại trường học. Đồng thời, quyển sổ tay này cũng đưa ra những phương pháp giúp nhận biết, phòng tránh và điều trị một số bệnh, tai nạn thường xảy ra trong mùa lũ; cung cấp những kiến thức, kỹ năng cơ bản về tổ chức và quản lý nhóm trẻ vùng lũ; tổ chức môi trường sạch sẽ giúp trẻ phát triển tốt; hướng dẫn chăm sóc vệ sinh, ăn uống hàng ngày cho trẻ; kỹ năng trò chuyện và tập nói, hát múa, chơi với đồ chơi-trò chơi; những bài tập thể dục đơn giản cho trẻ ; những đặc điểm cần được nuôi dưỡng ở mỗi đứa trẻ; cách theo dõi cân nặng của trẻ bằng biểu đồ; hướng dẫn xây dựng khẩu phần thực đơn đảm bảo chất lượng bữa ăn tại điểm giữ trẻ và bảng đánh giá chất lượng nhằm giúp cô nuôi dạy trẻ trong vùng lũ có thể chăm sóc và nuôi dạy các cháu tại điểm giữ trẻ mùa lũ một cách tốt nhất trong thời gian nhất định.

Đây là lần đầu tiên biên tập quyển sổ tay này, chắc chắn không tránh khỏi những thiếu sót, rất mong được sự đóng góp ý kiến của các Anh, Chị để quyển sổ tay này được hoàn thiện hơn. Xin chân thành cảm ơn!

## **Chương trình Trường học An toàn trong vùng lũ**

Chương trình Trường học An toàn trong vùng lũ tại tỉnh Tiền Giang, An Giang và Đồng Tháp là một trong những hoạt động trọng tâm trong hợp phần 4 của Chương trình Quản lý và giảm nhẹ Lũ của Ủy hội sông Mê Công đã và đang được Trung tâm Phòng chống Thiên tai Châu Á triển khai với nguồn tài trợ từ Cơ quan Nhân đạo Ủy ban Châu Âu (đối với dự án tại tỉnh Tiền Giang) và Cơ quan Hỗ trợ Kỹ thuật Chính phủ Đức (đối với dự án tại tỉnh An Giang và Đồng Tháp).

Chương trình Trường học An toàn trong vùng lũ tập trung vào trường học và tăng cường vai trò kết nối gia đình, trường học và cộng đồng dân cư. Giúp giáo viên và học sinh đóng góp trực tiếp vào môi trường sống xung quanh mình. Tham gia các buổi thảo luận định hướng do cán bộ Quản lý Thiên tai và tập huấn viên từ Sở Giáo dục và Đào tạo và truyền đạt kiến thức liên quan đến lũ lụt cho học sinh đã từng bước xây dựng quyền sở hữu riêng cho từng trường. Cả giáo viên và học sinh đều là những người tham gia tích cực thực hành những kiến thức tiếp thu được trong và ngoài trường học.

Đơn vị chủ đạo của chương trình là Sở Giáo dục và Đào tạo tỉnh với sự tham gia của ủy ban dân số gia đình và Trẻ em, Hội Liên hiệp phụ nữ, Sở Lao động, Thương binh và xã hội. Các đơn vị liên quan trong chương trình là thành viên của Ban chỉ huy Phòng chống lụt bão- Tìm kiếm cứu nạn tỉnh, huyện và xã. Việc này thể hiện vai trò nòng cốt của mỗi đơn vị và nêu cao hiệu quả hợp tác giữa các ban ngành có liên quan. Sự tham gia của các ban, ngành giúp khuyến khích mở rộng các hoạt động thông qua việc thu hút nguồn lực từ các sở, ban, ngành khác.

Giáo viên và học sinh đóng vai trò tiếp nhận thông tin. Sau đó, truyền đạt thông tin đến cộng đồng. Trong chương trình này, học sinh được xem là một nhân tố quan trọng trong việc nâng cao nhận thức cộng đồng.

Mục tiêu chính của chương trình này là nhằm tuyên truyền rộng rãi kiến thức và giúp giáo viên và học sinh hiểu biết về những vấn đề liên quan đến phòng ngừa, ứng phó và phục hồi trước, trong và sau thiên tai. Trẻ em, phụ huynh và cộng đồng có nguồn thông tin và chỉ dẫn đáng tin cậy thông qua mạng lưới trường học. Các bài học, các khóa tập huấn và các tài liệu thông tin, giáo dục, truyền thông mang thông điệp xây dựng trường học và cộng đồng an toàn hơn trong mùa lũ.

Thêm vào đó, chương trình còn nhằm nâng cao vai trò và trách nhiệm của ngành giáo dục trong công tác phòng chống lũ và tăng cường an toàn cho trẻ trong mùa lũ.

## BÀI 1 - LŨ, LỤT VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH

### I. KHÁI NIỆM VỀ LŨ, LỤT

#### a. Khái niệm về lũ:

- **Lũ** là hiện tượng nước sông dâng cao trong khoảng thời gian nhất định, sau đó giảm dần.

- Lũ là do mưa trên lưu vực gây ra, song cũng có thể là do vỡ đê, vỡ đập hoặc các dạng tắc ứ tạm thời dòng chảy trong các lòng dẫn sau vỡ,...làm cho mực nước sông dâng cao.



#### b. Khái niệm về lụt:

- **Lụt** là hiện tượng ngập nước của một vùng lãnh thổ. Khi lũ lớn, nước lũ có thể tràn bờ, tràn đê, thậm chí vỡ đập, vỡ đê, gây ngập lụt vùng trũng ven sông và vùng đồng bằng hạ du.



## II. CÁC LOẠI LŨ:

+ **Lũ sông:** là lũ thường theo mùa trên các hệ thống sông.

+ **Lũ ở vùng đồng bằng:** Lũ lụt ở vùng đồng bằng là do lũ gây ra, ở ven biển thường kết hợp với các yếu tố nước dâng do bão và thủy triều.

+ **Lũ quét, lũ bùn đá:** Thường xảy ra ở vùng đồi núi, nơi có độ dốc lớn, cường độ mưa lớn mà đường thoát lũ bất lợi. Lũ quét có thể xảy ra do vỡ hồ chứa, sạt lở đất lấp dòng chảy. Do sự biến đổi của khí hậu và lớp phủ thực vật bị tàn phá mạnh trong những năm gần đây, lũ quét xuất hiện ngày càng nhiều ở nước ta, bình quân từ 2 đến 4 cơn trận lũ quét xảy ra trong mùa lũ hàng năm.

Sự xuất hiện của lũ quét thường chỉ trong vài ba giờ sau khi có mưa với cường độ lớn và xảy ra trên khu vực nhỏ nên chưa thể dự báo được, nhưng có thể chủ động phòng tránh bằng cách khoanh vùng những nơi nguy cơ xảy ra lũ quét, xây dựng hệ thống cảnh báo.



+ **Lũ ven biển:** Lũ ven biển xảy ra khi gió mạnh ngoài khơi thổi vào và đem theo nước từ biển, hoặc từ vịnh vào đất liền. Điều này có thể tạo nên từ hình thái nước biển dâng kết hợp với bão; lốc xoáy và thủy triều. Nó có thể gây ra lũ tại các khu vực rộng lớn ven biển.

## III. ĐẶC ĐIỂM LŨ LỤT VÙNG ĐỒNG BẰNG SÔNG CỬU LONG:

Lũ chủ yếu từ thượng nguồn sông Mê Kông đổ về và chịu ảnh hưởng trực tiếp của thủy triều kết hợp với khả năng điều tiết của Biển Hồ. Lũ diễn biến chậm, kéo dài trong suốt khoảng thời gian từ 4 đến 5 tháng trong năm, làm ngập hầu hết toàn bộ vùng Đồng bằng sông Cửu Long.

#### IV. NGUY HIỂM DO LŨ GÂY RA

- Gây thiệt mạng và tổn thương về người và gia súc.
- Phá hoại mùa màng, hoa màu, gây thiếu lương thực, nước sạch, ô nhiễm môi trường,...
- Gây thiệt hại nhà cửa và các công trình kinh tế, văn hóa, xã hội.



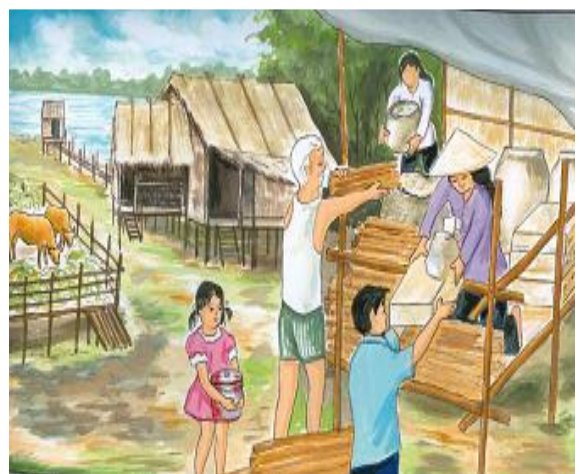
#### V. DẤU HIỆU XUẤT HIỆN LŨ:

- Khi có mưa to trong vài giờ hoặc mưa tương đối lớn trong vài ngày liên tục.
- Khi bị ảnh hưởng của bão hoặc áp thấp nhiệt đới.
- Khi mực nước tăng nhanh trên các sông suối.

#### VI. CÁCH PHÒNG, TRÁNH LŨ:

##### 1. Trước khi có lũ:

- Biết được mực nước lũ báo động các cấp và lũ, lụt lịch sử trong khu vực sinh sống.
- Xác định các khu vực có nguy cơ xảy ra lũ, sạt lở đất, lụt...
- Mùa mưa lũ, không nên sống và làm việc trong khu vực có nguy cơ xảy ra lũ quét và sạt lở đất.
- Nghe và hiểu được các bản tin cảnh báo, dự báo lũ, lụt.
- Chuẩn bị trang thiết bị cần thiết cho phòng, tránh lũ, lụt.
- Có phương án phòng, tránh lũ, lụt.
- Có phương án phòng, tránh lũ, lụt cụ thể.



## 2. Khi có lũ:

- Không cho trẻ em chơi, bơi lội trong khu vực có lũ.
- Không lội hoặc lái xe trong dòng lũ.
- Tìm cách đến khu vực đất cao hơn, an toàn hơn.
- Không đi thuyền hoặc vớt củi, gỗ... khi có lũ cao.
- Tránh xa bờ sông trong khu vực lũ để đề phòng bị sạt lở.
- Sơ tán khỏi nơi có thể xảy ra sạt lở đất.
- Không chạm vào ổ cắm điện nơi bị ẩm ướt hoặc bật điện khi nhà đang ngập lũ.
- Hãy lắng nghe đài truyền hình, phát thanh và thực hiện các lời khuyên trong các bản tin cảnh báo, dự báo khí tượng thủy văn.



## 3. Sau khi có lũ :

- Tránh đi qua khu vực đang bị lũ, lụt luôn tiềm ẩn các nguy cơ làm sạt lở, xói mòn đường sá.
- Không đi gần bờ sông hoặc những nơi có các dấu hiệu sạt lở...
- Tiếp tục theo dõi các tin cảnh báo, dự báo để nắm tình hình lũ xuống hoặc đề phòng xuất hiện các trận lũ tiếp theo.





## BÀI 2 - CÁC GIẢI PHÁP AN TOÀN Ở TRƯỜNG HỌC TRONG MÙA LŨ

Vai trò chính mà nhà trường có thể thực hiện trong công tác giảm nhẹ rủi ro do lũ là:

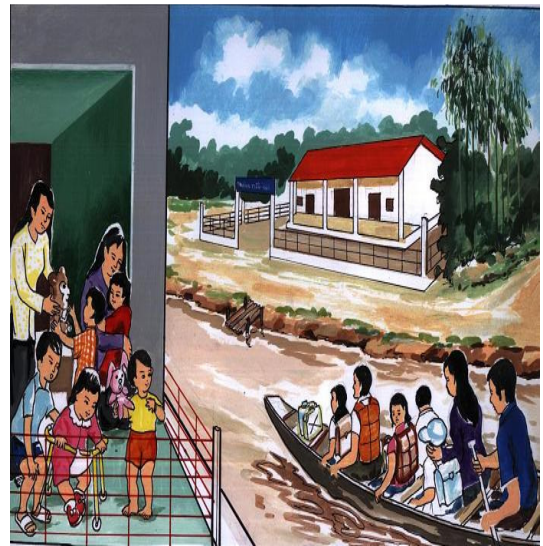
- **Như trung tâm nâng cao nhận thức cộng đồng** - thông qua phụ huynh, học sinh và đội ngũ giáo viên.
- **Như nơi tạm trú an toàn** - nếu trường lớp nằm trên nền đất cao.
- **Như một hệ thống hỗ trợ cho nạn nhân lũ trong độ tuổi đi học.**

Với các giải pháp phòng ngừa cụ thể, nhà trường có thể hỗ trợ chỗ ở an toàn cho học sinh, giáo viên và cán bộ cũng như tạo điều kiện thuận lợi cho việc phục hồi từ các rủi ro trong mùa lũ như sau:

- Tổ chức thành nơi nuôi dạy trẻ vào mùa lũ.
- Tổ chức đưa rước các em đến lớp một cách an toàn.
- Cập nhật các thông tin về tình hình lũ lụt và các biện pháp ứng phó để giáo viên biết chủ động phòng tránh.

### NẾU TRƯỜNG HỌC ĐƯỢC DÙNG LÀM NƠI TRÚ ẨN AN TOÀN

- Chuẩn bị dụng cụ sơ cấp cứu.
- Cất giữ nước uống.
- Đảm bảo sàn nhà cao hơn mực nước lũ dự kiến.
- Xem xét bao nhiêu người có thể ở lại trong trường và thông báo cho chính quyền địa phương biết.
- Nâng cấp nhà vệ sinh trong khu vực trường học.
- Xây dựng một cây cầu nối từ nhà trường đến nhà vệ sinh.
- Chuẩn bị 1 máy phát thanh dùng pin để mang đi.
- Chuẩn bị đèn pha (ít nhất 2 cái) dùng pin.
- Biết đường đến nơi an toàn trong trường hợp lũ dữ dội hơn dự kiến.
- Chuẩn bị sẵn phương tiện (xuồng, ghe) để di dời người và tài sản khi cần thiết.



## **BÀI 3 TỔ CHỨC VÀ QUẢN LÝ NHÓM TRẺ VÙNG LŨ**

### **I. CHỨC NĂNG, NHIỆM VỤ CỦA NHÓM TRẺ:**

- Bảo vệ an toàn cho trẻ. Tuyệt đối không để xảy ra tai nạn đối với trẻ.
- Chăm sóc trẻ phù hợp với từng độ tuổi.
- Cho trẻ ăn uống hợp lý, đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm.
- Thực hiện giáo dục trẻ theo phương pháp và nội dung do Giáo dục mầm non hướng dẫn.
- Hằng ngày thông báo cho gia đình trẻ về tình hình phát triển mọi mặt của trẻ và thống nhất cách chăm sóc giáo dục trẻ.

### **II. ĐIỀU KIỆN TỔ CHỨC NHÓM TRẺ:**

#### **1/ Người nuôi dạy trẻ:**

- Người nuôi dạy trẻ: thường là hội viên phụ nữ, tự nguyện nhận trông giữ trẻ và có thể chưa qua đào tạo nghiệp vụ.
- Người nuôi dạy trẻ phải có sức khỏe tốt và không mắc bệnh truyền nhiễm.
- Phải thật sự thương yêu, tôn trọng trẻ; nhiệt tình và có kinh nghiệm về chăm sóc trẻ.
- Được cha mẹ và các đoàn thể tại địa phương tín nhiệm.

#### **2/ Cơ sở vật chất:**

- Nơi tổ chức nuôi giữ trẻ là lớp học hoặc nhà dân phải có môi trường thoáng mát, sạch sẽ đảm bảo sức khỏe cho trẻ.
- Có diện tích tối thiểu dành cho việc chăm sóc, nuôi dưỡng trẻ như có chỗ cho trẻ ngủ, vui chơi, vệ sinh.
- Có một số phương tiện như bàn ghế, đồ dùng, đồ chơi cần thiết phục vụ trẻ.

### **III. TRÁCH NHIỆM CỦA CÁC BAN NGÀNH, ĐOÀN THỂ VÀ CHA MẸ TRẺ:**

#### **+ Sự hỗ trợ từ phía chính quyền địa phương:**

Chính quyền địa phương giúp đỡ, tạo điều kiện cho nhóm trẻ hoạt động theo đúng yêu cầu của ngành mầm non, đảm bảo an toàn cho trẻ trong mùa lũ và đáp lại lòng tin của cha mẹ trẻ.

#### **+ Ngành giáo dục và đào tạo:**

- Chủ động phối hợp với chính quyền địa phương và các ban ngành trong việc tổ chức, duy trì và phát triển nhóm trẻ này, đặc biệt trong mùa lũ.

- Làm tốt chức năng tham mưu với lãnh đạo các cấp trong việc xây dựng kế hoạch để duy trì, phát triển nhóm trẻ vùng lũ.
- Có trách nhiệm tổ chức và hướng dẫn nghiệp vụ chuyên môn về chăm sóc nuôi dạy trẻ đối với các nhóm trẻ, gia đình của trẻ như:
  - + Tập huấn nâng cao nhận thức cho cán bộ quản lý các cấp, các tổ chức có liên quan đến chăm sóc, bảo vệ và giáo dục các em.
  - + Lập kế hoạch và tham mưu với chính quyền địa phương (huyện, xã, ấp) trong việc đầu tư hoặc hỗ trợ nâng cấp cơ sở nuôi giữ trẻ vùng lũ nhằm đáp ứng cơ bản nhu cầu tối thiểu về chăm sóc giáo dục trẻ.
  - + Trang bị một số tài liệu, sách tranh, đồ chơi cho các nhóm trẻ vùng lũ.
  - + Mở lớp bồi dưỡng, tập huấn về chuyên môn cho người nuôi giữ trẻ (lớp tập huấn trong mùa khô); hướng dẫn cách sử dụng các phương tiện, đồ dùng được trang bị.
  - + Tập huấn truyền thông về giáo dục các bậc cha mẹ về chăm sóc giáo dục phát triển trẻ thơ toàn diện.
  - + Tổ chức sơ kết, trao đổi kinh nghiệm về tổ chức loại hình nhóm trẻ bán trú nông thôn với các tỉnh bạn.

**+ Hội Liên hiệp Phụ nữ, Ủy ban Dân số Gia đình và Trẻ em, Đoàn thanh niên :**

- Tham gia truyền thông cho các bà mẹ có con trong độ tuổi mầm non và cộng đồng về sự cần thiết chăm sóc trẻ thơ phát triển toàn diện.
- Cùng với ngành giáo dục đào tạo xây dựng kế hoạch, đứng ra tổ chức, duy trì và phát triển các nhóm trẻ vùng lũ.

**+ Ngành Y tế:**

- Thực hiện công tác giáo dục và chăm sóc sức khỏe cho trẻ em vùng lũ.

**+ Ban chỉ huy Phòng chống lụt bão và Tìm kiếm cứu nạn các cấp:**

- Thực hiện kế hoạch cứu hộ và bảo vệ trẻ, hỗ trợ phương tiện đảm bảo an toàn các điểm giữ trẻ.

**+ Cha mẹ trẻ:**

- Đóng góp những đồ dùng cần thiết phục vụ cho con mình theo yêu cầu của người trông trẻ (quần áo, giày dép, khăn mặt, mũ nón, ca, bát thìa...); đem thức ăn hoặc đóng tiền ăn cho con.

- Thường xuyên trao đổi với người nuôi dạy trẻ về các diễn biến đối với sự chăm sóc, nhu cầu của trẻ...để cùng thống nhất cách chăm sóc trẻ.
- Chấp hành nội qui chăm sóc nuôi dưỡng do điểm giữ trẻ vùng lữ quy định.

#### **IV. NHIỆM VỤ CÔ NUÔI DẠY TRẺ VÙNG LỮ**

- Cô nuôi dạy trẻ vùng lữ có nhiệm vụ thay mặt cha mẹ các cháu để bảo vệ, chăm sóc, nuôi dưỡng và giáo dục các cháu trong suốt thời gian các cháu ở tại nhóm trẻ, nhằm giúp trẻ phát triển về thể chất, tinh thần và trí tuệ; tạo điều kiện cho cha mẹ các cháu an tâm lao động kiếm sống trong mùa lữ.  
Cụ thể:
  - Phải thương yêu trẻ với tấm lòng của người mẹ.
  - Chăm sóc vệ sinh cá nhân cho trẻ sạch sẽ, tổ chức cho trẻ sinh hoạt theo một chế độ hợp lý;
  - Chăm lo cho trẻ được ăn uống phù hợp với lứa tuổi, không để trẻ ăn uống bị thiếu chất.
  - Bảo vệ an toàn cho trẻ, tuyệt đối không để xảy ra tai nạn đối với trẻ.
  - Biết cách phòng và phát hiện bệnh khi trẻ mắc phải.

#### **V. ĐỐI TƯỢNG VÀ SỐ LƯỢNG THU NHẬN:**

- Tất cả trẻ em dưới 6 tuổi sống trong vùng lữ, ưu tiên nhận những trẻ là con những gia đình có hoàn cảnh khó khăn.
- Mỗi nhóm trẻ từ 10 – 25 trẻ, tối đa không quá 35 trẻ, được bố trí từ 2 – 3 người trông trẻ.

## BÀI 4 - TỔ CHỨC CHẾ ĐỘ SINH HOẠT TẠI NHÓM TRẺ

### 1. NGUYÊN TẮC THỰC HIỆN:

- Chế độ sinh hoạt là sự phân bố thời gian và các hoạt động hợp lý trong ngày ở nhóm trẻ nhằm đáp ứng nhu cầu về tâm lý, sinh lý của trẻ, qua đó giúp trẻ hình thành dần những nề nếp, thói quen và kỹ năng sống tích cực.
- Tùy theo điều kiện thực tế địa phương, tùy theo mùa mà lịch sinh hoạt được điều chỉnh cho phù hợp, nhưng cần theo các nguyên tắc sau:
  - + Đảm bảo tính khoa học, hợp lý, vừa sức và phù hợp với nhịp điệu sinh học của trẻ theo lứa tuổi.
  - + Nội dung hoạt động một ngày cần phong phú đa dạng, gần gũi với cuộc sống thực của trẻ.
  - + Phân phối thời gian thích hợp và có sự cân bằng giữa các hoạt động (tĩnh – động; trong lớp – ngoài trời; nhóm – cá nhân).
  - + Đảm bảo trình tự hoạt động được lặp đi, lặp lại nhằm tạo nền nếp và hình thành những thói quen tốt ở trẻ.
  - + Đảm bảo cho mọi trẻ được hoạt động tích cực, tránh sự đồng loạt, gò bó, cứng nhắc.
  - + Đảm bảo sự linh hoạt mềm dẻo phù hợp với điều kiện từng vùng miền, địa phương.

### 2. GỢI Ý THỜI GIAN BIỂU:

#### 2.1 Cho trẻ dưới 18 tháng tuổi

Thời gian	Hoạt động
7h00 – 8h30	Đón trẻ - chơi
8h30 -10h00	Ngủ
10h00 – 11h00	Ăn
11h00 – 12h00	Chơi, luyện tập
12h00 – 12h30	Ăn phụ
12h30 – 14h00	Ngủ
14h00 – 15h00	Ăn
15h00 – 17h00	Chơi/ trả trẻ

## 2.2 Cho trẻ từ 18 tháng tuổi đến dưới 6 tuổi

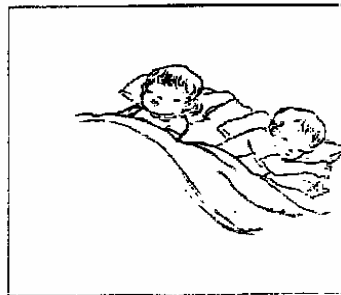
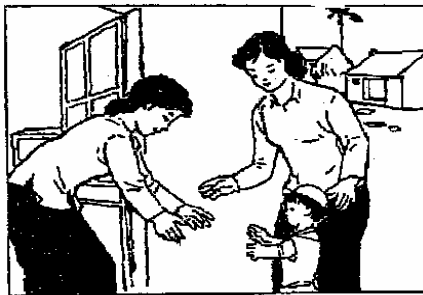
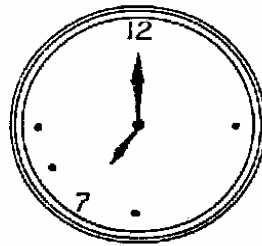
Thời gian	Hoạt động
7h00 – 8h00	Đón trẻ
8h00 – 10h00	Chơi – luyện tập
10h00 – 11h00	Ăn
11h00 – 14h00	Ngủ
14h00 – 14h30	Ăn xế
14h30 – 16h00	Hoạt động chiều
16h00	Chơi/ trả trẻ

## 3. MỘT NGÀY Ở NHÓM TRẺ VÙNG LŨ

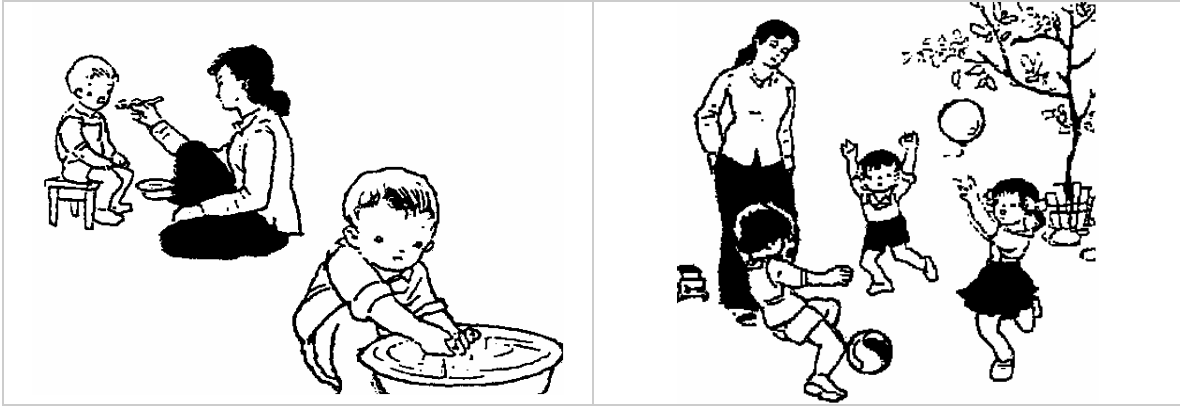
Một ngày trẻ ở nhóm trẻ vùng lũ từ 7 giờ sáng đến 16 giờ chiều. Người nuôi dạy trẻ cần thu xếp một khoảng diện tích sạch sẽ, thoáng mát và an toàn cho trẻ. Người nuôi dạy trẻ cần tổ chức cho trẻ được ăn, ngủ, vui chơi phù hợp với lứa tuổi.

### 3.1. Nhu cầu hoạt động trong một ngày của trẻ nhỏ dưới 3 tuổi

#### BUỔI SÁNG

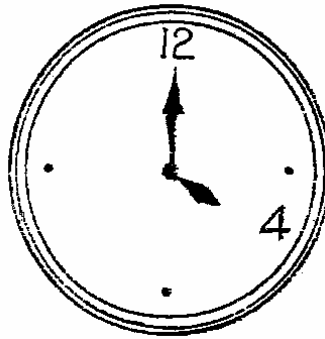


Trẻ đến lớp	Trẻ ngủ
Người nuôi dạy trẻ vui vẻ, niềm nở đón trẻ và hỏi thăm tình hình sức khỏe của trẻ.	Trẻ ngủ giấc thứ nhất. Thời gian trẻ ngủ khoảng 1 tiếng rưỡi đến 2 tiếng.

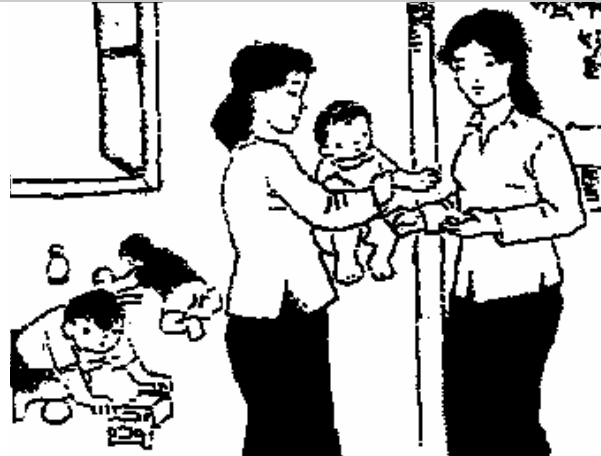


Trẻ ăn	Trẻ chơi
<p>Người nuôi dạy trẻ không đánh thức trẻ dậy đồng loạt. Trẻ nào dậy trước cho ăn trước, trẻ nào dậy sau cho ăn sau.</p>	<p>Người nuôi dạy trẻ cùng chơi với trẻ.</p>

**BUỔI CHIỀU**



Trẻ ngủ	Trẻ ăn
<p>Trẻ ngủ giấc thứ hai. Thời gian ngủ từ 1 tiếng rưỡi đến 2 tiếng.</p>	



<b>Trẻ chơi</b>	<b>Trẻ về nhà</b>
Một số trẻ nhỏ, trẻ yếu có nhu cầu ngủ giấc thứ ba.	Người nuôi dạy trẻ nói cho cha mẹ trẻ biết về sức khỏe của trẻ trong ngày.

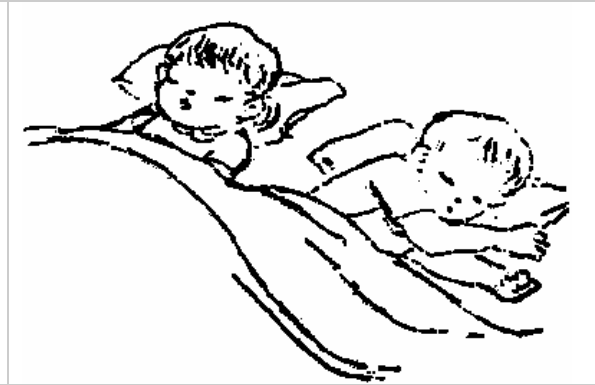
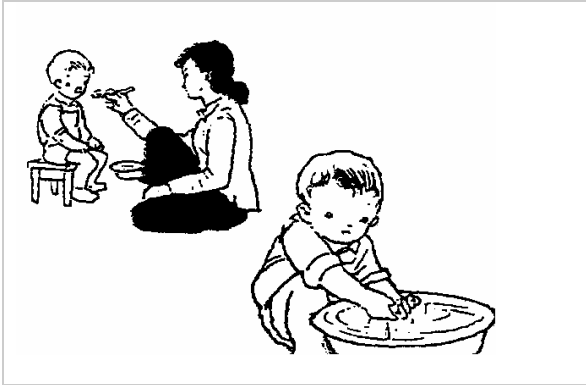
### 3.2. Nhu cầu hoạt động trong một ngày của trẻ nhỏ trên 3 tuổi:

#### BUỔI SÁNG



<b>Trẻ đến nhóm</b>	<b>Trẻ chơi</b>
Khi đón trẻ cần nhắc trẻ chào hỏi, người nuôi dạy trẻ hỏi cha mẹ trẻ về tình hình của trẻ.	Thời gian chơi khoảng 3 tiếng, nên cho trẻ chơi ngoài trời.



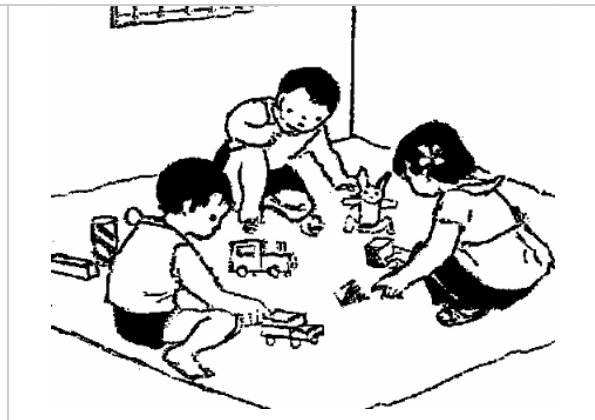


<b>Trẻ ăn</b>	<b>Trẻ ngủ</b>
Tập cho trẻ rửa mặt, rửa tay trước và sau khi ăn.	Thời gian ngủ khoảng 2 đến 3 tiếng.

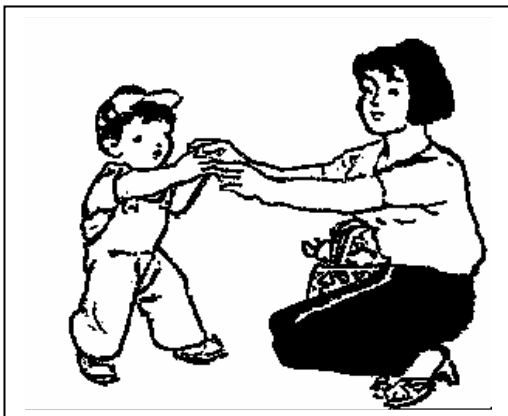
## BUỔI CHIỀU



Trẻ ăn



Trẻ chơi



### TRẺ VỀ NHÀ

*Khi trả trẻ, cần nói cho cha mẹ trẻ biết về tình hình trẻ trong ngày. Nhắc trẻ chào hỏi mọi người.*

**Tất cả những nội dung trên, cô dạy ở nhóm trẻ vùng lữ phải thực hiện đồng thời trong cùng một thời gian đối với mọi trẻ ở các độ tuổi khác nhau, theo yêu cầu hướng dẫn về chăm sóc giáo dục trẻ từ 24 tháng đến 60 tháng tuổi.**

#### **4. TỔ CHỨC THỰC HIỆN:**

##### **4.1 Đón trẻ, trả trẻ:**

###### **\* Đón trẻ:**

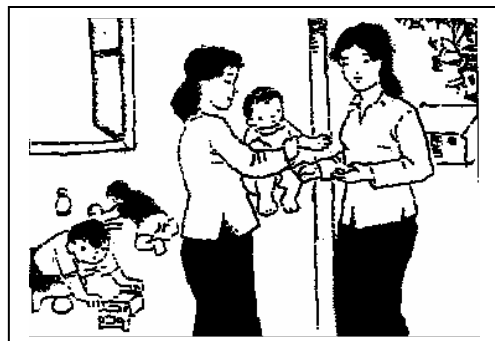
- + Cô đến trước làm vệ sinh phòng nhóm, thông thoáng phòng, chuẩn bị đồ chơi.
- + Trong khi đón: Phân công một cô đón trẻ, một cô quản trẻ.
- + Nhận trẻ trực tiếp từ tay phụ huynh, có thái độ ân cần niềm nở, kiểm tra đồ dùng trẻ mang đến (nếu có).
- + Tổ chức các góc chơi.
- + Theo dõi phát hiện trẻ có những dấu hiệu khác lạ về tình hình sức khỏe (mệt mỏi, nóng...nếu có).
- + Hết giờ đón: Nắm lại số trẻ trong nhóm, báo ăn, thu dọn đồ chơi, cho trẻ vệ sinh.



*Trong thời gian đầu, trẻ chưa quen cô, quen bạn nên thường hay khóc, vì vậy cô nên gần gũi, tiếp xúc làm quen với trẻ, cô nhẹ nhàng dỗ dành, cá biệt có thể cho trẻ mang theo đồ chơi mà trẻ thích một thời gian để trẻ quen dần với cô.*

###### **\* Trả trẻ:**

- Trước khi về cô nên cho trẻ vệ sinh cá nhân: Quần áo, đầu tóc gọn gàng, sạch sẽ.
- Tổ chức cho trẻ chơi với một số đồ chơi nhẹ nhàng, đọc thơ, kể chuyện, xem tranh hoặc chơi các trò chơi dân gian. Không nên để trẻ ngồi một mình chờ mẹ đến đón.



- Khi gặp bố mẹ cô hướng dẫn trẻ chào bố mẹ, chào cô và các bạn khi ra về. Trao đổi với bố mẹ một số thông tin cần thiết trong ngày về cá nhân trẻ.
- Trả trẻ trực tiếp cho phụ huynh.
- Thu dọn, vệ sinh phòng, kiểm tra điện nước trước khi về.

*\* Trường hợp gia đình phụ huynh quá khó khăn, không có phương tiện đưa đón trẻ an toàn thì địa phương cần tổ chức các phương tiện đưa đón trẻ.*

## **4.2 Chăm sóc giờ ăn:**

### *a. Trước khi ăn:*

- Chuẩn bị chén, muỗng, ly uống nước, khăn mặt đầy đủ theo số lượng (có dư).
- Sắp xếp bàn ghế cho 4 – 6 cháu/bàn

*Chú ý: Cho trẻ đi vệ sinh trước khi ăn, lau mặt, lau tay và đeo yếm (nếu có). Nếu trẻ còn ngủ thì trẻ nào dậy trước cho ăn trước không đánh thức đồng loạt (trẻ nhỏ).*

### *\* Chia thức ăn:*

- Trước khi chia thức ăn, cô cần rửa tay sạch, đầu tóc quần áo gọn gàng.
- Chia đều thức ăn – không để trẻ ăn nóng quá hoặc nguội quá.

### *b. Trong khi ăn:*

- Cần tạo không khí thoải mái, động viên trẻ ăn hết xuất.
- Giáo dục hành vi văn minh cho trẻ khi ăn: Ngồi ngay ngắn, biết mời cô và các bạn. Trẻ nhỏ, cô giúp trẻ xúc ăn; trẻ lớn hơn cô tập trẻ tự xúc ăn bằng tay phải, ăn gọn gàng, tránh làm rơi vãi, nhai kỹ, không nói chuyện, đùa nghịch khi ăn. (Xúc từng muỗng vơi và gọn miếng, xúc trên mặt bát và xung quanh trước).
- Không cho trẻ ăn khi trẻ nằm, buồn ngủ, khi khóc, có biện pháp phòng tránh hóc sặc, không cho trẻ ngồi ăn dưới nền nhà hoặc đứng ăn.
- Cần quan tâm đến trẻ ăn chậm, biếng ăn.

### *c. Sau khi ăn:*

- Hướng dẫn trẻ xếp chén, muỗng, bàn ghế vào nơi quy định.
- Vệ sinh lau miệng, lau tay, uống nước và đi vệ sinh (nếu trẻ có nhu cầu).

### 4.3 Chăm sóc giấc ngủ:

Cho trẻ ngủ đủ giờ, đủ giấc theo yêu cầu lứa tuổi.

*\* Chuẩn bị trước khi ngủ:*

- Cô nhắc trẻ đi vệ sinh, quần áo gọn gàng, không cho trẻ đùa giỡn nhiều trước khi ngủ.
- Nơi ngủ: rộng rãi, thoáng mát, không khí trong lành, không quá sáng, tránh âm thấp. Cho trẻ ngủ trên giường, tối thiểu phải được trải chiếu.
- Khi trẻ đã nằm ổn định cô có thể hát hoặc cho nghe những bài hát ru, dân ca êm dịu để trẻ dễ đi vào giấc ngủ...

*Chú ý:*

*Để trẻ có giấc ngủ ngon, không nên sắp xếp những trẻ hay nói chuyện nằm gần nhau, tôn trọng những thói quen không có hại của trẻ như tư thế nằm, ôm gối... trẻ nhỏ có thể bế ru, trẻ yếu có nhu cầu ngủ nhiều cô nên cho ngủ trước.*

*\* Theo dõi giấc ngủ:*

- Cô luôn có mặt quan sát trẻ ngủ, sửa lại tư thế nằm để trẻ ngủ thoải mái.
- Nếu có sử dụng quạt điện chú ý vận tốc độ vừa phải và để xa từ phía chân trẻ.
- Cô không nên nói chuyện trong giờ trẻ ngủ.
- Trẻ nào thức sớm nhắc cho trẻ đi vệ sinh và không làm ồn.

*\* Sau khi ngủ dậy:*

- Đến giờ dậy cô cho trẻ dậy dần dần, tránh tình trạng đánh thức đồng loạt.
- Nhắc nhở trẻ đi vệ sinh, trẻ lớn tự thu xếp chiếu gối.
- Chuyển dần từ trạng thái ngủ sang hoạt động khác bằng cách cô cho trẻ hát hoặc vận động nhẹ nhàng.
- Sau khi trẻ tỉnh táo chuẩn bị bữa ăn xế.

### 4.4 Vệ sinh:

#### **a. Vệ sinh cá nhân trẻ:**

*\* Chuẩn bị đầy đủ các đồ dùng vệ sinh và đồ dùng cá nhân:*

- Mỗi trẻ một khăn mặt sạch, ca, bàn chải đánh răng.
- Mỗi trẻ có đầy đủ quần áo dự trữ để thay khi cần thiết.
- Chuẩn bị đủ nước sạch cho trẻ rửa tay. Thùng đựng nước rửa tay có vòi hoặc máng rửa tay vừa tầm. Nếu đựng nước vào xô hay chậu phải có ca múc.

- Xà bông rửa tay.
- Xô chậu hứng nước bẩn.
- Khăn lau tay khô.
- Trải khăn hoặc bao tải khô chỗ trẻ đứng rửa.
- Có đủ xô, chậu để dùng.

\* *Vệ sinh lau mặt:*

- Lau mặt cho trẻ lúc buổi sáng, trước và sau khi ăn, khi mặt bẩn.
- Mỗi cháu một khăn riêng, khăn được vò bằng nước sạch, vắt cho ráo nước, lau xong giặt bằng xà bông đem phơi, không ủ khăn chung vào một chậu.
- Khi lau phải dịch chuyển khăn để da mặt trẻ được tiếp xúc chỗ khăn sạch.
- Trẻ có chàm, chốc, ghẻ phải được lau sau và để khăn riêng.
- *Không sử dụng 1 khăn lau mũi cho nhiều trẻ.*

\* *Vệ sinh rửa tay:*

- Rửa tay bằng xà bông trước, sau khi ăn và khi chơi bẩn.
- Rửa tay dưới vòi nước hay dùng gáo dội.
- Không rửa tay chung trong một thau nước.

\* *Vệ sinh đi bộ:*

- Cho trẻ đi vệ sinh theo nhu cầu tùy theo lứa tuổi.
- Cô có thể nhắc nhở cho trẻ đi vào những thời điểm cần thiết để tạo cho trẻ có thói quen vệ sinh tốt và tránh vất vả cho cô.
- Tránh cho trẻ đi bộ đồng loạt và ngồi quá lâu.
- Không để nơi vệ sinh ẩm ướt và có mùi hôi.
- *Trẻ đi vệ sinh cô phải rửa bằng tay, tuyệt đối không dùng chân để rửa, nếu trời lạnh phải rửa bằng nước ấm xong dùng khăn lau khô.*

\* *Vệ sinh quần áo giày dép trẻ:*

- Không để trẻ mặc quần áo ướt: Nếu trẻ đái dầm, nôn trớ hoặc đổ mồ hôi cần thay ngay.
- Nhắc nhở phụ huynh cho trẻ mặc quần áo phù hợp thời tiết, mặc những loại vải nhẹ nhàng để thấm mồ hôi.
- Mỗi trẻ phải có đôi dép sạch, trời lạnh không cho trẻ đi chân không trong phòng.

\* *Vệ sinh răng miệng:*

- Cho trẻ uống nước tráng miệng sau khi ăn.
- Trẻ nhỏ tập cho trẻ súc miệng bằng nước muối.
- Trẻ lớn hơn tập cho trẻ biết chải răng sau khi ăn.

### **b. Vệ sinh cá nhân đối với cô nuôi dạy trẻ:**

Cô nuôi dạy trẻ phải giữ vệ sinh để bảo vệ sức khỏe cho bản thân và những người xung quanh.

***Phải giữ gìn da sạch sẽ nhất là hai bàn tay. Khi chăm sóc trẻ hai bàn tay cô phải luôn sạch, không để móng tay dài. Rửa tay bằng xà bông và nước sạch trước khi cho trẻ ăn hoặc tiếp xúc với thức ăn, sau khi đi vệ sinh, làm vệ sinh cho trẻ, sau khi quét rác, lau nhà...***

- Đầu tóc, quần áo phải luôn gọn gàng, sạch sẽ.
- Giữ vệ sinh răng miệng sạch sẽ.
- Đeo khẩu trang khi chia cơm cho trẻ, khi ho, sổ mũi hoặc viêm họng...

### **c. Vệ sinh môi trường:**

#### **\* Vệ sinh đồ dùng:**

- Mỗi trẻ phải có ca, ly, chén, muỗng, khăn mặt riêng và có đánh dấu để dễ nhận biết.
- Dụng cụ dùng cho việc ăn uống phải rửa sạch hàng ngày, phơi nắng, trước khi sử dụng, cần được tráng bằng nước sôi.
- Dụng cụ dùng cho việc ăn uống của trẻ không bị sứt mẻ để tránh tai nạn, tuyệt đối không sử dụng các loại nhựa tái sinh dùng làm dụng cụ cho trẻ ăn uống.
- Bình đựng nước uống cho trẻ phải có nắp đậy, để nơi sạch sẽ tránh bụi, côn trùng và được cọ rửa thường xuyên. Tuyệt đối không cho trẻ thò tay hoặc uống trực tiếp vào bình đựng nước.
- Hàng ngày khăn lau mặt cho trẻ phải được giặt bằng xà bông và nước sạch, phơi nắng.
- Bàn ghế được lau bằng khăn ẩm.
- Đồ dùng vệ sinh (xô, chậu) dùng xong rửa sạch úp khô ráo, gọn gàng.

#### **\* Vệ sinh đồ chơi:**

- Hàng tuần nên rửa đồ chơi bằng xà bông và phơi khô.
- Đồ chơi nên chọn những loại không gây độc hại, khó vỡ và dễ cọ rửa.

#### **\* Vệ sinh phòng nhóm:**

- Cần bố trí nơi sinh hoạt cho trẻ sạch sẽ, thoáng mát, có đủ ánh sáng, nền nhà cao ráo, sạch sẽ, không bị ẩm thấp.
- Hàng ngày nên quét dọn và lau nền nhà (trước khi đón trẻ và sau khi trả trẻ và cần lau ngay khi trẻ đi tiểu dầm).

**Cách lau nước tiểu: trước tiên phải thấm ngay nước tiểu bằng khăn khô rồi mới lau lại bằng khăn ẩm.**

- Không đi guốc dép bần vào phòng trẻ, không để gia súc vào phòng trẻ.
- Chỗ cho trẻ đi vệ sinh phải sạch sẽ, tránh gió lùa, khi trẻ đi vệ sinh cần được dội rửa ngay.

*\* Xử lý rác, nước thải:*

- Rác phải được thu gom vào thùng có nắp đậy và được xử lý mỗi ngày.
- Thường xuyên khơi thông cống rãnh, tránh để nước ứ đọng tạo điều kiện cho ruồi, muỗi sinh sản.

*\* Nguồn nước sạch:*

- Đảm bảo có đủ nước sạch cho trẻ dùng (bao gồm nước nấu ăn và sinh hoạt).
- Nước phải được lấy từ các nguồn nước sạch. Trường hợp nước lấy từ các nguồn nước khác như giếng khoan, giếng đào, nước mưa, nước sông thì phải được xử lý bằng các phương pháp lắng lọc đảm bảo tiêu chuẩn vệ sinh cho phép.
- Nước sử dụng phải không màu, không mùi, không vị lạ. Cần nấu nước đun sôi để nguội cho trẻ uống.
- Dụng cụ chứa nước phải đảm bảo sạch, có nắp đậy và dễ cọ rửa.
- Có kế hoạch lau rửa dụng cụ chứa nước, tránh để lâu ngày.

*Lưu ý: Nhóm trẻ mượn nhà dân nên cần được bố trí khu sinh hoạt và sử dụng các đồ dùng cho trẻ riêng biệt.*

- + Hàng tuần cần có kế hoạch tổng vệ sinh phòng nhóm: quét mạng nhện, phơi chăn chiếu, làm vệ sinh ngoại cảnh...

#### **4.5 Tổ chức các hoạt động học tập, vui chơi:**

Chơi là hoạt động chủ yếu, là nhu cầu tự nhiên của trẻ nhỏ, người nuôi dạy trẻ cần tạo mọi điều kiện cho trẻ được chơi ở mọi lúc mọi nơi.

Thông qua trò chơi trẻ sẽ được phát triển toàn diện, vì vậy người nuôi dạy trẻ cần tranh thủ thời gian để vui chơi cùng trẻ và tùy theo lứa tuổi để hướng dẫn kích thích trẻ những trò chơi thích hợp.

Đặc điểm của nhóm trẻ vùng lũ:

- Có nhiều trẻ chưa được đi học.
- Có nhiều độ tuổi trong nhóm.
- Nhóm hoạt động trong thời gian ngắn của mùa lũ...

Do vậy việc tổ chức các hoạt động trong ngày cho trẻ phải rất linh hoạt nhằm hình thành cho trẻ có những nền nếp thói quen tốt trong vệ sinh, ăn, ngủ, lễ phép, ngoan ngoãn, biết vâng lời người lớn và đoàn kết với bạn bè.

**a. Tổ chức vui chơi theo các thời điểm trong ngày:**

+ Dành cho trẻ dưới 18 tháng tuổi:

- Chuẩn bị đồ chơi:

- Vừa tay cầm của trẻ
- Có màu sắc đẹp, phát ra âm thanh.
- Đồ chơi đảm bảo an toàn và vệ sinh cho trẻ.

- Nội dung:

- Luyện giác quan và tập phát âm: Luyện tai nghe, mắt nhìn, tập phát âm.
- Phát triển các vận động: Lẫy, bò, trườn, ngồi, đứng đi men, tập đi thường.
- Cử động các ngón tay: Cầm nắm, buông ném.
- Trò chơi dân gian: Kéo cưa lừa xẻ, chi chi chành chành, nu na nu nống.

- Hướng dẫn cho trẻ chơi:

+ *Giờ đón*: Đối với trẻ nhỏ hoặc yếu có nhu cầu ngủ ngay khi mới đến thì sắp xếp cho trẻ ngủ nơi yên tĩnh, những trẻ còn thức cô trải chiếu trên sàn ở nơi rộng và để đồ chơi cho trẻ chơi, mỗi trẻ ít nhất 1 đồ chơi, cô ngồi chơi và “nói chuyện” với trẻ.

+ *Chơi buổi trưa*:

- \* Đối với trẻ nhỏ cô để trẻ nằm chơi trên giường hoặc trên chiếu, đưa đồ chơi cho trẻ cầm nắm hoặc hát cho trẻ nghe, chơi ú òa, tập vận động.
- \* Đối với trẻ biết bò, đi men: Cho trẻ chơi ở góc riêng để không ảnh hưởng đến trẻ khác.
- \* Có thể tổ chức chơi theo từng nhóm nhỏ 2, 3 cháu: Bò theo bóng, chi chi chành chành, kéo cưa lừa xẻ, nu na nu nống...
- \* Hát, đọc thơ, đồng dao cho trẻ nghe.

+ Dành cho trẻ trên 18 tháng tuổi:

- Đồ chơi:



- \* Đồ chơi phải kích thích hoạt động chơi của trẻ: có màu sắc đẹp như xe các loại, khối gỗ, búp bê, tranh ghép hình...

- *Nội dung chơi:*

- \* Chơi trò chơi âm nhạc.
- \* Chơi trò chơi phát triển ngôn ngữ.
- \* Chơi xâu hạt xếp hình.
- \* Chơi vận động đơn giản.
- \* Chơi trò chơi dân gian.
- \* Chơi đóng vai.
- \* Dạo chơi ngoài trời (nếu có điều kiện)

\* *Hướng dẫn:*

- **Đối với trẻ nhỏ:** cô cùng chơi với trẻ và hướng dẫn trẻ cách chơi kết hợp với động tác minh họa. Giúp trẻ tự cất đồ chơi.
- **Đối với trẻ lớn:** Cô quan sát và hướng dẫn trẻ chơi.

\* *Giờ đón:*

- Chọn những trò chơi có nội dung đơn giản về mặt tổ chức nhưng được đa số trẻ ưa thích: Chơi tháo lắp, xem tranh...

***Lưu ý : Không tổ chức những trò chơi phức tạp đòi hỏi nhiều sự quan sát của cô vì thời gian này cô còn bận nhiều việc khác. Đặc biệt không cho trẻ chơi những đồ chơi dễ hỏng hoặc không an toàn: nút áo, hạt hạt, que nhọn...***

- Đồ chơi để theo từng góc chơi: Góc xem tranh ảnh, tranh truyện, góc chơi xếp hình lắp ghép...

***- Thời gian này cô cũng nên tiếp xúc nói chuyện với trẻ về những chủ đề gần gũi với trẻ như bản thân, gia đình...***

\* **Chơi sau khi ngủ dậy:**

- Nhằm giúp trẻ tỉnh táo nên tổ chức cho trẻ chơi những trò chơi đòi hỏi có vận động nhiều như: trò chơi âm nhạc, trò chơi vận động, trò chơi dân gian, trò chơi phát triển ngôn ngữ...

\* **Chơi trong giờ trả trẻ:**

- *Nội dung chơi:* Chơi các trò chơi tĩnh: xếp hình, xâu hạt, nặn, vẽ, đọc thơ, kể chuyện...

- *Hình thức chơi:* Để trẻ tự chơi theo từng góc chơi, cô quan sát chung và tiếp xúc trò chuyện với trẻ chú ý đến trẻ cá biệt.

### **Tóm lại:**

*Muốn tổ chức tốt hoạt động vui chơi trong chế độ sinh hoạt 1 ngày cho trẻ trước hết phải có nhiều đồ chơi, cô phải biết cách tổ chức hướng dẫn cho trẻ vui chơi. Các cô trong nhóm phải có sự hoạt động đồng bộ nhịp nhàng.*

### **b. Tổ chức học tập có chủ đích:**

\* *Phát triển ngôn ngữ:*

■ **Nhận biết tập nói (Tìm hiểu môi trường xung quanh):** Dạy trẻ nhận biết và gọi tên một số đặc điểm chính, biết lợi ích hoặc công dụng của 1 số con vật, đồ vật, các loại hoa, rau, củ, quả quen thuộc, bắt chước tiếng kêu của các con vật

■ **Dạy kể chuyện:**

■ **Kể chuyện theo tranh:** dành cho trẻ 18 – 24 tháng tuổi

- + Trẻ lứa tuổi này rất thích xem tranh và nhận biết được các nhân vật cùng hành động của nhân vật. Do đó, tranh kể chuyện cho trẻ nghe phải có nội dung thật đơn giản, gần gũi và dễ hiểu. Mỗi tranh chỉ nên có tối đa là 3 nhân vật và các nhân vật phải đang trong 1 hoạt động nào đó.
- + Gợi ý một số câu chuyện: Mẹ tắm cho bé, Bé cho gà ăn, Mời bạn ăn dưa hấu, Giờ ăn của bé, Xếp nhà cho em bé búp bê...
- + Ngoài ra cô có thể sưu tầm những tranh ảnh khác kể cho trẻ nghe.
- + Hướng dẫn kể chuyện:
  - Giới thiệu tên bức tranh và các nhân vật trong tranh.
  - Giáo viên kể chuyện: có thể kể 2, 3 lần tùy theo sự hứng thú của trẻ.
  - Đặt câu hỏi ngắn để trẻ dựa vào câu chuyện trả lời: Ai đây?, Đang làm gì?, Ở đâu?

■ **Kể chuyện:** Dành cho trẻ 24 tháng tuổi trở lên

- + Chọn lọc những bài trong chương trình nhà trẻ, mẫu giáo.

**Yêu cầu:** Biết tên câu chuyện, tên nhân vật và tính cách, hành động của nhân vật, nhớ được nội dung chuyện, kể lại câu chuyện (tùy độ tuổi)

#### ■ Dạy thơ:

- + Trẻ dưới 24 tháng tuổi: cô đọc thơ cho trẻ nghe và khuyến khích trẻ đọc theo cô.
- + Trẻ trên 24 tháng tuổi: Biết lắng nghe cô đọc thơ, làm quen nhịp điệu bài thơ, thuộc thơ và đọc diễn cảm.
- + Lựa chọn các bài thơ trong chương trình nhà trẻ, mẫu giáo.

#### ■ Giáo dục âm nhạc:

- Trẻ dưới 24 tháng: Chủ yếu dạy nghe hát.
- Trẻ trên 24 tháng: dạy hát và vận động theo nhạc.

#### ■ Nhận biết phân biệt: (dành cho nhà trẻ)

- Màu sắc: 3 màu cơ bản: Xanh, đỏ, vàng.
- Hình dạng: Vuông, tròn.
- Kích thước: to – nhỏ.

#### ■ Làm quen với toán:

- Màu sắc: 3 màu cơ bản: Xanh, đỏ, vàng.
- Hình dạng: Vuông, tròn, tam giác, chữ nhật.
- Kích thước: to – nhỏ ; dài – ngắn; rộng – hẹp.
- Định hướng trong không gian: phải-trái; trước-sau.
- Số lượng: Nhận biết các số trong phạm vi 10.

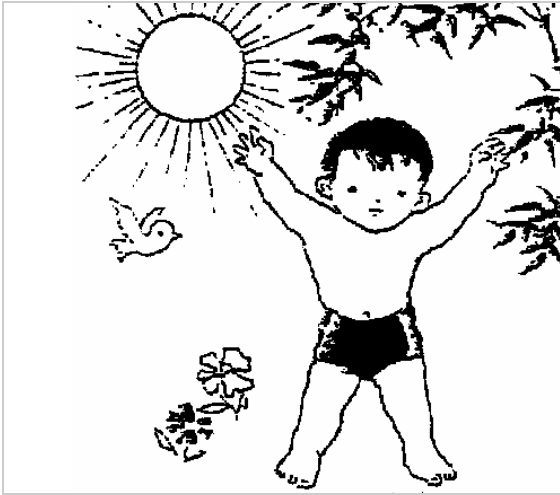
■ **Hoạt động tạo hình:** Vẽ, nặn, xé dán theo ý thích hoặc những đề tài gần gũi với trẻ.

■ **Làm quen chữ cái:** Nhận biết và phát âm được 29 chữ cái, tổ chức các trò chơi với chữ cái.

**\* Nếu trong nhóm có nhiều trẻ 5 tuổi, có thể sắp xếp dạy theo chương trình Mẫu giáo 36 buổi do Vụ Giáo dục Mầm non biên soạn.**



## BÀI 5 - TRẺ CẦN ĐƯỢC SỐNG TRONG MÔI TRƯỜNG SẠCH SẼ



- Nơi trẻ sống cần có không khí sạch sẽ, có nhiều ánh sáng và cây xanh.

- **Chỗ chơi của trẻ cần rộng rãi** sáng sủa, không có gió lùa, không có khói, bụi, ẩm về mùa đông, thoáng mát về mùa hè.  
- **Nền nhà sạch sẽ, dễ quét dọn,** không có mùi hôi, khai.  
- **Không để quần áo ẩm ướt, bẩn, ở chỗ trẻ chơi, ngủ, ăn.**



- **Có đủ nước sạch cho trẻ dùng, như nước giếng, nước máy, nước mưa...**  
- **Dụng cụ đựng nước phải có nắp đậy, lau rửa thường xuyên.**  
- **Nước uống của trẻ phải được đun sôi.**

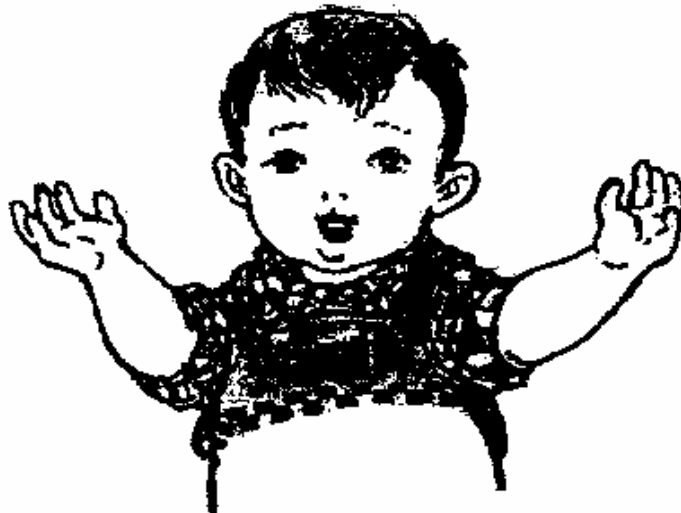


- Gia đình có nhà vệ sinh đủ tiêu chuẩn. Phân của trẻ đổ vào nhà vệ sinh.
- Bô rửa sạch sẽ, phơi nắng sau mỗi lần dùng.
- Sau khi vệ sinh cho trẻ, cần rửa tay sạch bằng xà bông.
- Quét dọn nhà cửa thường xuyên, khơi thông cống rãnh, phát quang bụi rậm quanh nhà.
- Rác gom vào nơi qui định, phải chôn hoặc đốt thường xuyên.

## A. VỆ SINH MÔI TRƯỜNG

### 1. Vệ sinh không khí, phòng nhóm:

- Phòng, nhóm đủ rộng, đảm bảo ánh sáng thoáng mát tránh gió lùa, lớp học không có mùi hôi khai, ẩm thấp, quét dọn hàng ngày, tuần, tháng người nuôi dạy trẻ cần đến sớm 30 phút để thông thoáng phòng và làm vệ sinh trong phòng; nền nhà phải sạch lót gạch hoặc xi măng, quét và lau ngày 3 lần trước giờ đón sau khi ăn, thường xuyên quét dọn mạng nhện bụi.
- Các đồ dùng trang trí cây xanh trong nhóm luôn giữ sạch sẽ, đồ dùng thiết bị phục vụ trẻ hợp vệ sinh, đảm bảo an toàn, đồ dùng cá nhân của trẻ phải riêng biệt có đánh dấu theo tên. Đặc biệt bàn ghế đúng qui cách, đồ chơi đồ dùng được xếp ngăn nắp phơi nắng và vệ sinh hàng tuần.



## 2. Vệ sinh nước:

- Nhóm trẻ cần có đầy đủ nước cho trẻ dùng trong sinh hoạt, ăn uống, tạo nguồn nước mưa, nước máy, nước giếng khơi, đủ nước chín cho trẻ uống.
- Mỗi trẻ 1 ca uống nước, đảm bảo nhu cầu về nước cho trẻ.



### **LỜI KHUYÊN VỀ SỬ DỤNG VÀ BẢO VỆ NGUỒN NƯỚC SẠCH**

- 1/ Nước sạch là máu của sự sống.
- 2/ Dùng xà phòng rửa tay để ngừa được bệnh tiêu chảy.
- 3/ Giáo dục trẻ em về sử dụng và bảo vệ nguồn nước là cơ sở để giáo dục gia đình thực hiện.
- 4/ Có nước sạch và vệ sinh là có dinh dưỡng và sức khỏe.
- 5/ Không để thừa nước ngọt mà lại để thiếu nước sạch.
- 6/ Sử dụng nước phải chăm lo trồng cây, bảo vệ rừng. Trồng cây gây rừng là cách duy trì, bổ sung nguồn nước tốt nhất.
- 7/ Bảo vệ tài nguyên nước là nhiệm vụ của toàn dân.
- 8/ Ở miền núi có thêm một thùng chứa nước, trẻ sẽ bớt phải nghỉ một ngày đi học.
- 9/ Nước là một thứ hàng hóa thiết yếu nhất.

## 3. Vệ sinh rác, phân:

- Nhóm trẻ phải có nhà vệ sinh đủ tiêu chuẩn, thuận tiện, dễ sử dụng và bảo quản, hàng ngày phải cọ rửa nhà vệ sinh, trẻ đi tiêu tiểu xong phải dội nước, thùng rác phải có nắp đậy, hệ thống thoát nước thải được xử lý tốt.

## **XỬ LÝ RÁC THẢI**

*Rác có 2 loại:*

- + Rác hữu cơ: là phần loại bỏ của các loại rau, củ, quả, lá cây...
- + Rác vô cơ: gồm vỏ chai, lon, hộp chất dẻo, nilon....

*Tác hại của rác:*

- + Rác hữu cơ là nguồn phát sinh, phát triển của nhiều loại vi trùng và ký sinh trùng như gián, chuột, ruồi nhặng và đó chính là nguồn lây lan bệnh tật.
- + Rác vô cơ như mảnh chai lọ, không thu gom sẽ là nơi chứa đựng nước mưa cho muỗi phát triển, đặc biệt là muỗi truyền bệnh sốt xuất huyết. Mảnh chai lọ thủy tinh vỡ hộp mẩu kim loại có thể gây thương tích khi dẫm phải và có thể gây nhiễm trùng, uốn ván.

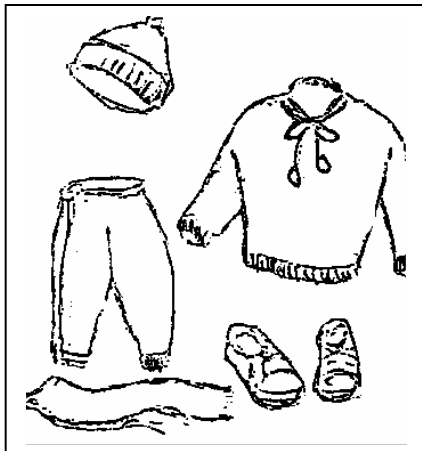
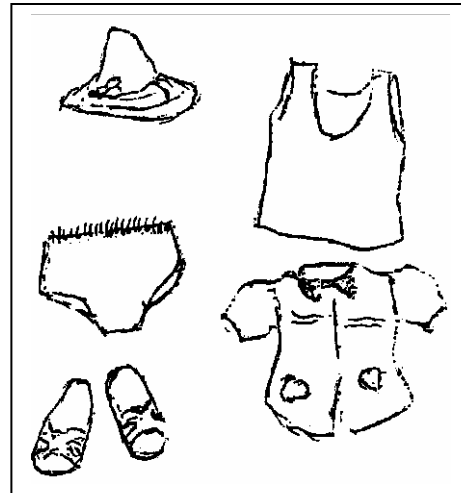
***Cách xử lý rác:***

- + Hàng ngày phải quét dọn thu gom rác cho vào thùng đựng rác hoặc đào hố chôn.
- + Rác vô cơ cần được gom chôn sâu hoặc đưa đến nơi xử lý rác phế thải để nghiền và xử lý tái chế sử dụng.



## B. VỆ SINH CHO TRẺ HÀNG NGÀY

- Có đủ tã lót, quần áo cho trẻ thích hợp với từng mùa.
- Khi tã, quần áo, vớ của trẻ bị ướt, cần thay ngay.
- Đối với trẻ lớn dạy trẻ biết giữ quần áo sạch sẽ, biết tự mặc quần áo, đội mũ.



- Tay trẻ luôn sạch, thường xuyên cắt móng tay cho trẻ.
- Rửa tay bằng xà bông trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh.
- Dạy trẻ có thói quen rửa tay, đi guốc dép, và xếp guốc dép gọn gàng.
- Trời lạnh không để trẻ đi chân không trên sàn nhà.

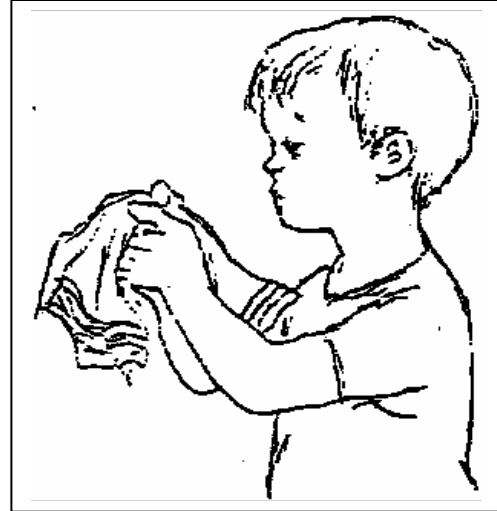


- Rửa mặt cho trẻ bằng khăn riêng, khăn giặt bằng xà bông, phơi nắng.

- Dạy trẻ biết tự rửa mặt, không dụi tay bẩn vào mắt.

- Khi trẻ sổ mũi, lau sạch mũi bằng khăn riêng của trẻ.

- Không giặt chung khăn với trẻ bị đau mắt.



- Mỗi trẻ cần có một thìa, bát, cốc riêng.

- Sau mỗi lần dùng, rửa sạch sẽ, phơi khô.

- Đồ chơi thường xuyên được cọ rửa, sắp xếp gọn gàng.

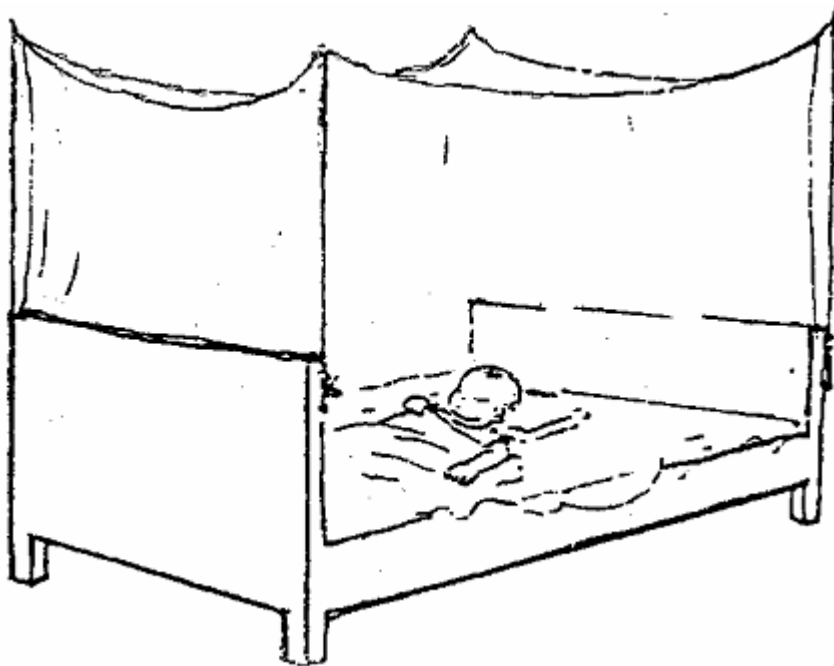
- Rửa đít sạch sẽ cho trẻ sau mỗi lần đi ngoài, lau khô và mặc quần áo sạch.



- Đối với trẻ lớn, dạy trẻ biết tự mặc, tự cởi quần áo mỗi lần đi vệ sinh.



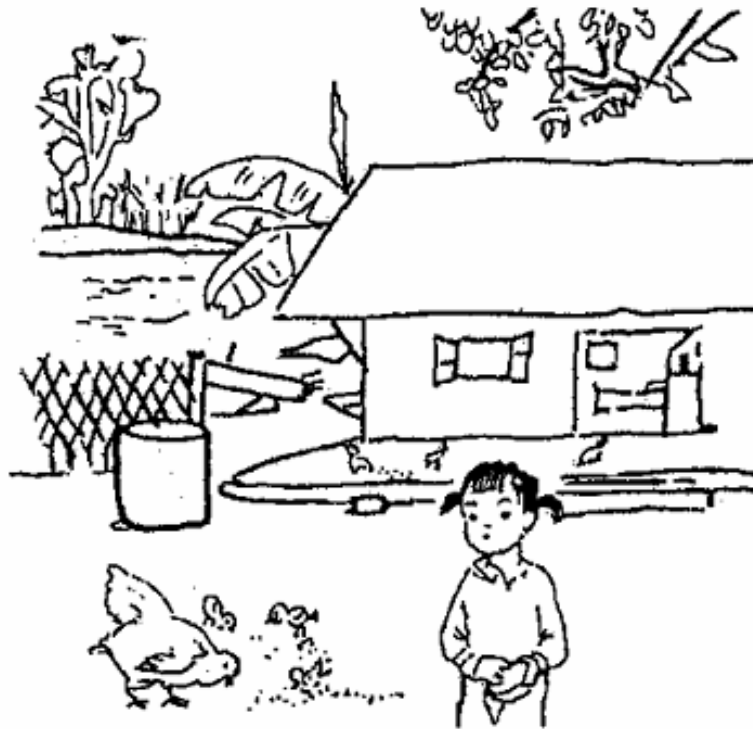
Trẻ cần được ngủ trên giường có mùng.  
Trẻ có bệnh (ghẻ, lở...) ngủ riêng.



## C. VỆ SINH CÁ NHÂN

### 1. Đối với trẻ:

- Mặt mũi tay chân phải sạch sẽ, móng tay chân cắt ngắn, giữ sạch; tóc cắt ngắn, chải gọn gàng; quần áo sạch sẽ, hợp thời tiết, hợp vệ sinh;
- Trẻ không đi chân đất trên nền nhà bẩn, bụi đất, ẩm ướt, trẻ biết rửa tay chân mặt mũi khi bẩn;
- Rèn cho trẻ biết giữ vệ sinh chung, không bôi bẩn lên tường, quần áo, không khạc nhổ bừa bãi và biết bỏ rác vào thùng;
- Trẻ biết xếp nón, đồ chơi, giày dép vào nơi qui định;
- Rèn cho trẻ có thói quen ăn uống văn minh lịch sự, thói quen vệ sinh trước, sau khi ăn, ăn không ngậm, không đổ vãi, ăn hết suất, ăn xong biết thu dọn chén muống, bàn ghế;
- Trẻ có nề nếp tiêu tiêu đúng nơi qui định;
- Mỗi trẻ có đồ dùng riêng, được đánh dấu cẩn thận.



## **2. Đối với cô nuôi dạy trẻ:**

- Đầu tóc gọn gàng, sạch sẽ.
- Móng tay cắt ngắn, không đeo nữ trang khi chế biến thức ăn;
- Quần áo sạch sẽ phù hợp với công việc, đồ dùng cá nhân gọn gàng sạch sẽ, ngăn nắp;
- Cô phải tham gia kiểm tra sức khỏe;
- Thực hiện chế độ sinh hoạt hàng ngày của trẻ đạt các yêu cầu vệ sinh (cho trẻ ăn đúng chế độ đảm bảo vệ sinh, ngủ đúng giờ giấc, chơi học vừa sức;
- Thực hiện chăm sóc và rèn luyện thói quen vệ sinh cho trẻ ở mọi lúc mọi nơi;
- Thực hiện đúng thao tác chăm sóc vệ sinh đối với trẻ, đảm bảo cho trẻ sử dụng đúng đồ dùng cá nhân;
- Thực hiện chế độ, lịch vệ sinh nhóm lớp, đồ dùng đồ chơi;
- Biết cách phòng và xử lý một số bệnh thông thường ở trẻ;
- Đảm bảo qui trình bếp 1 chiều, các dụng cụ trong nhà bếp phải an toàn.



## D. HƯỚNG DẪN CÁC THAO TÁC RỬA TAY, RỬA MẶT VÀ ĐÁNH RĂNG

### 1. Thao tác rửa tay:

#### a. Yêu cầu:

- Rửa tay trước sau khi ăn, sau khi chơi bẩn tiếp xúc bẩn, sau đi đại tiểu tiện;
- Rửa tay dưới vòi nước chảy, không rửa tay nhiều trẻ chung một thau nước;
- Rửa tay bằng xà phòng và lau tay khô cho trẻ, không cho trẻ chơi bẩn để tay dưới sàn nhà khi trẻ đã rửa tay xong chờ ăn cơm;

#### b. Chuẩn bị:

- Thùng nước có vòi sạch để trên giá cao vừa tầm tay trẻ, nếu đựng nước vào xô, thau phải có ca mức nước;
- Xô, thau đựng nước bẩn;
- Khăn lau tay khô, treo gần thùng nước vừa tầm tay trẻ;
- Xà phòng, tải khô.

#### c. Cách rửa:

Trẻ đứng tự thể thoải mái không xếp hàng gò bó trẻ, thả nước ướt bôi xà phòng để tay trẻ xuôi sắp dưới dòng nước chảy, lần lượt rửa từ mu bàn tay đến kẽ tay và đầu ngón tay, lật ngửa tay lại rửa lòng bàn tay và ngón tay.



## 2. Thao tác lau mặt:

### a. Yêu cầu:

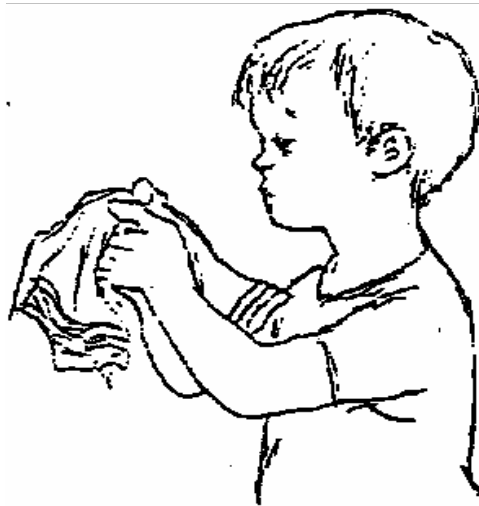
- Mỗi trẻ một khăn sạch, giặt phơi nắng, khăn cho trẻ lau mặt phải mềm và ẩm;
- Lau theo trình tự, mỗi chỗ lau sử dụng một góc khăn sạch khác nhau;
- Trẻ bị đau mắt phải để khăn riêng;
- Lau mặt sau giờ đón trả trẻ, rửa mặt trước khi trẻ ăn và lau đúng trình tự sau khi ăn.

### b. Chuẩn bị:

- Khăn khô và khăn ẩm cho trẻ; Thau hay xô 2 cái (1 đựng khăn sạch chưa lau, 1 đựng khăn bẩn trẻ đã lau xong, trường hợp có trẻ bị đau mắt phải có thau đựng riêng);
- Giá để treo khăn nếu có.

### c. Cách lau:

- Trước hết mở khăn ra dùng ngón cái và ngón giữa lau từng mắt một;
- Kế đến dịch khăn lau tiếp mũi miệng;
- Sau đó gập khăn lại lau trán, má, cằm, cổ.



### 3. Thao tác chải răng:

#### a. Yêu cầu:

- Trẻ biết cách đánh răng và xúc miệng, không nhầm bàn chải với bàn, biết tự lấy kem và đánh răng đúng cách để phòng sâu răng.

#### b. Chuẩn bị:

- Ly, bàn chải đánh răng của trẻ, kem;
- Nước muối, xô đựng nước bẩn
- Tranh hướng dẫn trẻ cách chải răng

#### c. Hướng dẫn:

- Nói chuyện với trẻ về lợi ích của việc đánh răng đúng và xúc miệng.
- Để có hàm răng trắng đẹp, hàng ngày phải đánh răng đều đặn vào buổi tối trước khi đi ngủ, sáng sau khi ngủ dậy và sau các bữa ăn.
- Giới thiệu cho trẻ biết mặt ngoài, mặt trong và mặt nhai của răng, chải răng theo thứ tự hàm trên, hàm dưới, bên phải, bên trái, chải mặt ngoài, mặt trong rồi đến mặt nhai.
- Cô làm mẫu chải từng vùng trên hàm răng, lòng bàn chải sát đường viền lợi, chéch 45 độ so với trục răng, chải mỗi vùng 10 lần, hàm trên hát xuống, hàm dưới hát lên.
- Khi chải mặt nhai, đặt lông bàn chải song song với mặt nhai kéo đi, kéo lại.
- Đánh răng xong phải rửa sạch bàn chải, vẩy khô, cắm vào nơi qui định.
- Cần nói cho trẻ biết hiểu vì sao phải súc miệng? Súc miệng khi nào? Cho trẻ ngâm nước vừa phải và súc trong vòng 1-2 phút, sau đó ngửa cổ để súc sạch cả cổ họng.





## **E. MÔI TRƯỜNG AN TOÀN ĐỐI VỚI TRẺ MẦM NON**

Trẻ em lứa tuổi từ 0-5 tuổi là giai đoạn phát triển nhanh, mạnh mẽ về thể lực và trí lực cũng như toàn bộ cơ thể. Đây được coi là giai đoạn khám phá, trải nghiệm, hình thành những kỹ năng cần thiết cho cả cuộc đời. Vì vậy, trẻ rất hiếu động và luôn có sự mài mòn tìm hiểu trong cuộc sống hàng ngày, chính khả năng hiếu động, tính tự tin và tò mò trong khi trẻ hoàn toàn chưa có kinh nghiệm trong việc tự phòng tránh tai nạn và đảm bảo an toàn cho chính mình nên rất dễ dẫn tới việc trẻ bị tai nạn bất cứ lúc nào, bên cạnh đó cách chăm sóc giáo dục trẻ không đúng hoặc không có phương pháp cũng dẫn tới các sang chấn về tâm lý - gây ra các tai nạn về tinh thần đối với trẻ. Do đó, việc tạo ra môi trường an toàn cho trẻ là vô cùng quan trọng đối với sự phát triển của trẻ thơ.

### **I. Khái niệm về môi trường an toàn:**

Môi trường an toàn là những nơi trẻ sống, vui chơi mà: Không có các nguy cơ xảy ra các tai nạn, là nơi mà ở đó giảm thiểu các tác hại đến sức khỏe nhưng lại giúp cơ thể trẻ tăng cường các khả năng phòng tránh các tai nạn thương tích và bệnh tật.

### **II. Môi trường an toàn đối với nhóm trẻ vùng lũ:**

#### **1. Môi trường vật chất:**

- Địa điểm của nhóm trẻ: phải đảm bảo cho thời gian đi đến lớp của trẻ không quá xa (khoảng 30 phút).
- Phòng học: Tường, mái nhà phải đảm bảo chắc chắn không bị dột, thấm nước, nền nhà phải được lát gạch hoặc bằng xi măng, nếu bằng gỗ phải chắc chắn.
- Có hàng rào bao quanh; hàng rào phải ngăn được chó và gia súc.
- Sân chơi: Không trơn trượt, mấp mô, có hố...
- Ánh sáng trong lớp học: Đảm bảo đủ ánh sáng trong lớp học ngay cả khi trời mưa.
- Đủ diện tích cho các hoạt động chơi và học ở cả trong và ngoài lớp học.
- Các điều kiện, phương tiện phục vụ cho việc chăm sóc dạy trẻ; bàn, ghế, đồ chơi, đồ dùng cho trẻ phải được an toàn: không dễ gãy, không sắc nhọn, không gây ngộ độc cho trẻ...
- Các công trình vệ sinh: Không có mùi hôi, không trơn trượt, không có ruồi muỗi, nếu là nhà vệ sinh phải có nước sử dụng đầy đủ.

- Xử lý rác: Rác được thu gom thường xuyên, được xử lý đúng cách.
- Có nguồn nước: Nguồn nước được sử dụng ở tại nhóm trẻ, nếu được cung cấp từ nơi khác đến thì nguồn nước phải ổn định và được cấp lâu dài. Có đủ dụng cụ đựng nước uống cho trẻ, trẻ thường xuyên được uống đủ nước. Nước dùng cho trẻ uống phải là nước đun sôi hoặc đã tiệt trùng.

## **2. Môi trường vui chơi, chăm sóc và nuôi dạy trẻ:**

- Địa điểm vui chơi: Phải đảm bảo an toàn, không gần đường giao thông, chợ, không gần các nguồn gây độc hại cho trẻ.
- Các trò chơi, đồ chơi của trẻ phải phù hợp với độ tuổi của trẻ.
- Không cho trẻ chơi các trò chơi hay dẫn đến các tai nạn thương tích.
- Trong khi chơi, khi trẻ đi nhà vệ sinh, khi trẻ ngủ...phải có sự quản lý của người nuôi dạy trẻ.
- Thực hiện đúng, đầy đủ các quy định trong việc sắp xếp các phương tiện phục vụ việc chăm sóc dạy trẻ: giá để đồ chơi, cây cảnh, phích nước, bếp đun..., các quy định về để các chất gây độc hại...
- Không có những rủi ro gây tai nạn thương tích cho trẻ.

## **3. Kiến thức và hiểu biết của cô nuôi dạy trẻ về an toàn và phòng tránh tai nạn thương tích cho trẻ:**

- Đây được coi là một trong những tiêu chí quan trọng để xác định môi trường an toàn, phòng tránh tai nạn thương tích cho trẻ. Có những tai nạn thương tích gây ra do ngoài ý muốn thì phần lớn tai nạn thương tích xảy ra đối với trẻ là do người trông trẻ thiếu kiến thức và hiểu biết về cách chăm sóc nuôi dạy trẻ.

## **4. Cách theo dõi, quản lý của cô nuôi dạy trẻ đối với trẻ:**

Do cơ thể trẻ đang ở giai đoạn phát triển về thể chất và tâm lý, rất hiếu động, thích tìm hiểu nên việc theo dõi và quản lý trẻ của người nuôi dạy trẻ phải thường xuyên và liên tục.

***Môi trường chỉ được coi là an toàn khi các hoạt động của trẻ thường xuyên được người trông trẻ theo dõi, giám sát, quản lý và đáp ứng.***

## BÀI 6 - PHÒNG VÀ XỬ TRÍ MỘT SỐ TAI NẠN THƯỜNG GẶP Ở TRẺ EM

### 1. BỎNG

Bỏng ở trẻ em rất nguy hiểm do da trẻ non, mỏng, dễ tổn thương sâu, do cơ thể trẻ yếu, sức đề kháng kém, dễ nhiễm trùng. Bỏng ở trẻ em thường hay để lại hậu quả nghiêm trọng.

#### a. Nguyên nhân:

Bỏng là tổn thương gây ra do:

- Ăn phải thức ăn, thức uống nóng;
- Nước sôi, thức ăn nóng đổ vào;
- Do lửa;
- Do các đồ vật nóng chạm vào người;
- Do hóa chất, xút, axit mạnh đổ vào người;
- Do điện giật, sét đánh;
- Do các tia bức xạ...



#### b. Cách xử lý ban đầu :

- Loại bỏ ngay nguyên nhân gây ra bỏng.
- Làm mát vết bỏng: ngâm vùng bỏng vào nước lạnh từ 20 – 45 phút.
- Rửa nhẹ nhàng bằng nước đun sôi để nguội hoặc nước muối pha loãng, không bôi bất cứ thứ gì lên vết bỏng, phủ lên lớp gạc hoặc vải mỏng sạch, băng nhẹ, sau đó chuyển đi bệnh viện.
- Ủ ấm, cho uống nước ấm, nước trà đường.

#### c. Cách phòng tránh:

- Kiểm tra kỹ độ nóng của thức ăn, nước uống trước khi cho trẻ ăn.
- Hóa chất, nước sôi, thức ăn nóng, đồ dùng nhiệt phải để xa tầm tay với, khu vực hoạt động của trẻ.
- Khi chia thức ăn, khi đun nấu phải có người trông. Không cho trẻ vào khu vực nấu nướng.
- Không để hóa chất trong phòng trẻ.
- Không cho trẻ đi dưới trời mưa to có giông sấm sét.

## 2. ĐUỐI NƯỚC

Đuối nước rất hay gặp ở trẻ em và gây tử vong nhanh nếu không phát hiện sớm và xử lý đúng. Vì khi mặt trẻ bị ngập nước thường có phản xạ hít sâu vào để hết lên hơn là ngẩng đầu lên khỏi mặt nước. Vì vậy người trông trẻ cần phải bao quát trẻ mọi nơi, mọi lúc.

### a. Nguyên nhân:

- Trẻ chập chững đi ngã úp mặt vào vũng nước đọng, chậu nước, xô nước...;
- Trẻ múc nước ở các dụng cụ đựng nước cao hơn như phi nước, bể nước ngã lộn cổ xuống;
- Trẻ nghịch nước ở bờ ao, hồ;
- Đi thuyền đò, lật thuyền, đắm đò;
- Lũ cuốn ở vùng núi;
- Nhà bè trên sông không có rào chắn ngã xuống sông.



### b. Cách xử lý ban đầu:

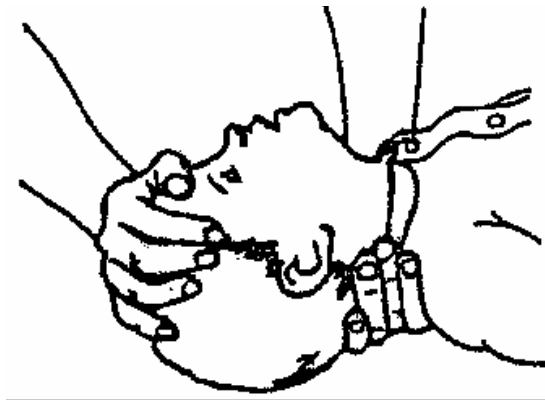
- Cởi bỏ nhanh quần áo ướt sau khi vớt trẻ lên.
- Làm thông đường thở: dốc đầu xuống thấp rồi lay mạnh, vỗ vào lồng ngực để tháo nước ra ngoài.
- Làm sạch miệng bằng ngón tay móc vào miệng trẻ, làm hô hấp nhân tạo ngay.
- Có thể đặt trẻ nằm sấp, đầu nghiêng một bên, hai tay duỗi lên phía trước, người cấp cứu quỳ hai bên trẻ, đặt hai bàn tay lên đáy ngực phía lưng mà ấn xuống để nước thoát ra, sau thả ra để ngực nở lại, làm nhịp nhàng 25-30 lần/phút.
- Lau khô người, xoa dầu nóng, quấn chăn ấm chuyển đi bệnh viện.



c. *Cách hô hấp nhân tạo:*

- **Nhanh chóng làm thông đường thở:**

+ Mở miệng trẻ, móc, lau sạch đờm, rãi, vật lạ khỏi miệng.



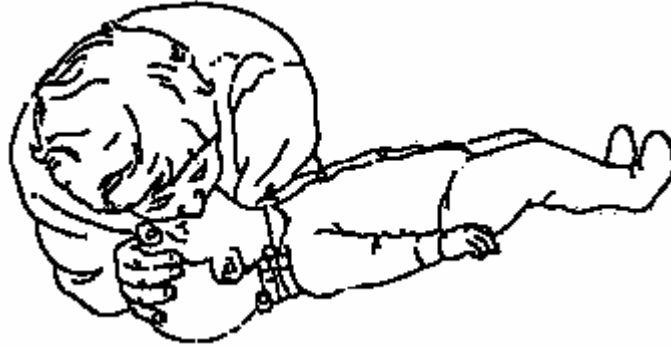
+ Đặt đầu trẻ ngửa ra sau, nâng cằm cao lên.



+ **Thổi ngạt:**

Người thổi ngạt hít vào một hơi dài, rồi áp môi lên miệng và mũi của trẻ nhỏ, hoặc chỉ áp vào miệng của trẻ lớn, tay kia bịt lỗ mũi, thổi vào nhẹ nhàng. Quan

sát khi thổi vào, lồng ngực của trẻ căng lên là được, nếu lồng ngực không nhô lên là có dị vật làm tắc đường thở, phải tiếp tục lau sạch đờm dãi, lấy hết dị vật. Nếu trẻ không thở lại bình thường phải làm hô hấp nhân tạo ngay lập tức. Cứ 2-3 giây thổi ngắt một lần cho đến khi trẻ tự thở bình thường.



***Hãy bóp mũi cháu bé khi hà hơi vào miệng cháu.***



***d. Cách phòng tránh:***

- Người lớn phải bao quát trẻ ở mọi nơi, mọi lúc.
- Không để trẻ chơi một mình gần nơi có nước (rãnh, hồ nước, hồ ao)
- Tất cả dụng cụ chứa nước phải có nắp đậy.
- Khi đi xuống không đùa nghịch, phải mặc áo phao và phải ngồi cân đối vị trí tránh làm lật chìm xuống.

### 3. SẶC

#### a. Nguyên nhân:

**Sặc** là do dị vật (thức ăn, viên thuốc, hạt lạc, đồ vật nhỏ...) rơi vào đường thở gây ngạt thở.

#### Dấu hiệu sặc:

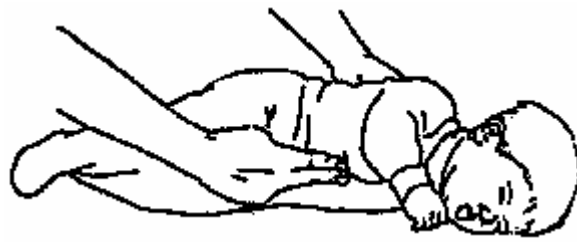
- Khi trẻ đang ăn hoặc ngậm đồ vật, đột nhiên ho sặc sụa, ngạt thở, trợn mắt, giãy giụa, da tái nhợt rồi tím xám.

#### b. Cách xử lý ban đầu:

- Giữ trẻ trong tư thế mặt úp, đầu chúc thấp hơn, hoặc là giữ trẻ lộn ngược đầu bằng cách nắm lấy hai mắt cá chân. Vỗ mạnh vào giữa hai xương bả vai của trẻ bốn lần.

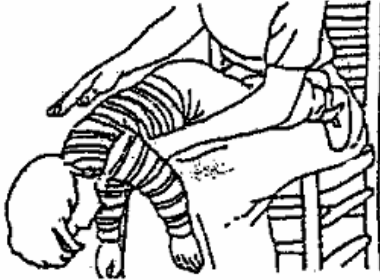


- Nếu trẻ vẫn còn bị sặc, hãy đặt trẻ nằm nghiêng và hơi ngửa đầu ra phía sau. Một tay đỡ lấy lưng, tay kia đè mũi ức, ấn vào trong, lên phía trên, bằng một động tác nhanh và thúc mạnh. Lau sạch miệng.



**- Đối với trẻ lớn bị sặc**

-Bạn hãy ngồi xuống hoặc quỳ trên một đầu gối và đặt trẻ nằm sấp lên đầu gối, đầu thông xuống. Một tay đỡ lấy ngực trẻ, tay kia vỗ mạnh vào lưng trẻ giữa hai xương bả vai nhiều lần.



- Nếu làm như vậy mà không long được dị vật gây tắc nghẽn ra, lấy ngón tay ngoáy vào miệng trẻ và cố móc dị vật từ họng ra (rất cẩn thận đừng lấy vật cứng ấn sâu thêm vào cổ họng trẻ).



- Nếu trẻ vẫn tiếp tục bị sặc, hãy đặt trẻ ngồi vào lòng. Một tay đỡ lấy lưng trẻ, tay kia nắm lại thành quả đấm, ngón cái nằm trong, ấn mạnh vào trong và lên trên, ở điểm giữa rốn và mũi úc 4 lần.





***Nếu trẻ không thở lại bình thường khi đã lấy được dị vật gây tắc nghẽn, hãy thực hiện hô hấp nhân tạo ngay lập tức.***

***c. Cách phòng tránh:***

- Không cho trẻ chơi các đồ chơi quá nhỏ. Chú ý quan sát khi cho trẻ chơi những đồ chơi có thể tháo ráp được như: ô tô nhựa, máy bay nhựa ...
- Không cho trẻ chơi các loại hạt, đồng xu...
- Trông nom, quản lý nhắc nhở cháu thường xuyên không được cho bất cứ vật gì vào tai, mũi mình hoặc của bạn.
- Không để trẻ cầm các vật nhỏ đưa vào mồm, không để các vật nhỏ ở vào tầm tay với của trẻ.
- Xếp đặt đồ chơi, đồ dùng đúng nơi qui định khi hết giờ chơi hoặc khi chuyển mục.
- Không cho trẻ cầm đồ chơi trong khi đi ngủ.

***\* Chú ý khi cho trẻ ăn uống:***

- Chế biến thức ăn cho trẻ không để lẫn xương thịt, cá...
- Không cho trẻ ăn đậu phộng, bắp nguyên hạt.
- Khi cho trẻ ăn không gây cho trẻ cười. Không ép trẻ ăn nhất là khi trẻ đang khóc.
- Không làm cho trẻ sợ khi ăn.
- Không cho trẻ uống thuốc bằng cách bịt mũi rồi cho cả viên thuốc vào miệng trẻ, sẽ có nguy cơ cao rơi vào đường thở, nên nghiền nát ra. Trẻ em dưới 4 tuổi không được uống thuốc viên.
- Không bịt mũi trẻ khi trẻ ăn bột, sẽ gây sặc; bột vào phổi có thể gây ngạt thở trẻ bị tử vong.

#### 4. BONG GÂN

a. Nguyên nhân: Thường xảy ra do bị ngã, chấn thương.

*Biểu hiện:*

- Đau ở vùng khớp bị chấn thương.
- Sưng bầm vùng khớp.
- Cử động khớp khó khăn.

b. Cách xử lý ban đầu:

- Cởi giày, tất hay vật chèn ép chỗ khớp sưng.
- Nâng khớp xương trong tư thế dễ chịu, đắp lên một khăn mát lạnh cho bớt sưng và giảm đau.
- Quấn băng quanh khớp cho chắc, nhưng đừng chặt quá.
- Gửi đi bệnh viện sau khi băng bó để kiểm tra.

c. Cách phòng tránh:

- Không để trẻ chạy nhảy, leo trèo, xô đẩy nhau trong khi chơi.
- Chú ý nhắc nhở trẻ khi đi lên xuống cầu thang.
- Phòng nhóm phải giữ khô ráo để trẻ không bị trơn trượt.



## 5. GÃY XƯƠNG, SAI KHỚP

### a. Nguyên nhân:

Thường xảy ra do bị ngã hoặc va đập mạnh, chấn thương.

#### + Biểu hiện:

- Đau trầm trọng vùng bị chấn thương.
- Sưng, bầm tím, cử động khó khăn.
- Phần đoạn bị chấn thương biến dạng.
- Tay hay chân bị gãy biến dạng, ngắn hơn bên lành.

### b. Xử lý ban đầu:

- Cởi giày, tất hay vật chèn ép chỗ sưng đau.
- Không di chuyển ngay trừ khi cần thiết, cần cố định vết thương.
- Trường hợp gãy xương cổ tay, cánh tay, hãy nâng phần bị gãy trong tư thế dễ chịu nhất.
- Đặt một miếng bông vùng bị chấn thương, gấp tay trẻ ngang qua ngực, dùng khăn đeo đỡ cánh tay.
- Trường hợp gãy xương cẳng chân hay mắt cá chân hãy đặt chân thẳng, đệm bông quanh vùng bị thương, giữa 2 đầu gối và 2 mắt cá chân, quấn băng cột chân bị thương vào chân lành, cột chặt phía trên và dưới vết thương.
- Kiểm tra xem trẻ có bị choáng để xử trí.
- Gọi cấp cứu để chuyển đi bệnh viện.

### c. Cách phòng tránh:

- Không cho trẻ chạy nhảy, leo trèo, xô đẩy nhau trong khi chơi.
- Chú ý nhắc nhở trẻ khi đi lên xuống cầu thang, tránh va chạm, ngã té gây thương tích.
- Phòng nhóm phải giữ khô ráo để trẻ không bị trơn trượt.

## 6. VẾT THƯƠNG GÂY CHẢY MÁU:

### a. Nguyên nhân:

- Trẻ chơi các trò chơi, đồ chơi không an toàn.
- Trẻ nghịch dao kéo, chơi các vật sắc nhọn như cành cây, que , thước, bút chì...
- Trẻ vừa đi vừa ăn hoặc vừa uống bị vấp ngã...

### b. Cách xử lý ban đầu:

- Động viên an ủi, giúp trẻ bình tĩnh.
- Rửa vết thương bằng nước sạch, nước muối nhạt.
- Dùng bông sạch gạt nhẹ đất cát, dị vật trên bề mặt vết thương.
- Lau xung quanh vết thương bằng cồn iốt loãng hoặc thuốc đỏ và thấm khô vết thương.
- Đặt gạc hoặc miếng vải sạch lên vết thương và băng lại.
- Gửi trẻ đến cơ sở y tế nếu cần thiết

### c. Cách phòng tránh:

- Thường xuyên bao quát và nhắc nhở trẻ trong khi chơi, trong sinh hoạt.
- Không cho trẻ chơi các vật sắc nhọn như: cành cây, que nứa, thước dài.
- Giám sát trẻ chặt chẽ trong giờ thủ công.
- Không cho cháu vừa đi vừa ăn để bị vấp ngã gây thương tích.

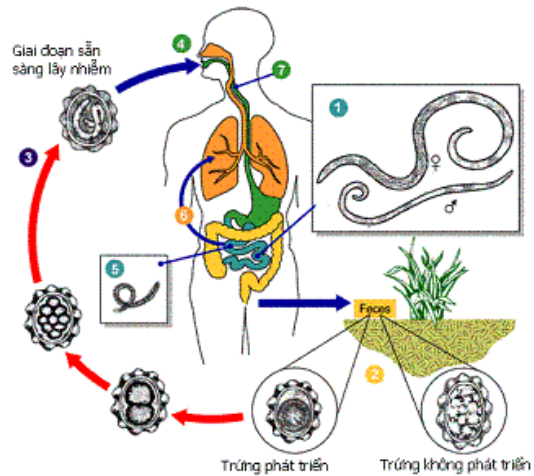
NGHĨA I LẠI LUÔN ĐỂ MẮT ĐẸN TRẺ, NẾU XUẤT RA TẠI NHÀ,  
XUẤT LÝ BAN ĐỀ U, RỒI CHUYỂN ĐẾN CẤP SỸ TẾ GẦN NHẤT

## BÀI 7 - PHÒNG TRÁNH CÁC BỆNH XẢY RA TRONG MÙA LŨ

### 1. GIUN:

#### a. Nguyên nhân:

- Trẻ nhiễm giun khi đưa những đồ chơi bẩn vào miệng.
- Trẻ ăn bẩn khi quên không rửa tay sau khi đi đại tiện.
- Trẻ ăn bẩn khi tay chuẩn bị thức ăn cho trẻ bị bẩn.



#### b. Cách phòng tránh:

- Thực hiện chế độ vệ sinh ăn sạch, uống sạch, ở sạch;
- Tập cho trẻ giữ nề nếp vệ sinh, không để trẻ ngồi lê la dưới đất bẩn, tập cho trẻ có thói quen rửa tay trước khi ăn, khi đi vệ sinh, khi tay bẩn.
- Thức ăn phải che đậy, tránh ruồi nhặng, ăn hoa quả rửa sạch, cần cắt ngắn móng tay - chân;
- Sử dụng hố xí hợp vệ sinh;
- Sử dụng nước sạch đun sôi để nguội cho trẻ uống, nên dùng nước máy, nước giếng trong sinh hoạt ăn uống và vệ sinh;
- Đảm bảo vệ sinh môi trường xung quanh, không đổ rác rưởi bẩn quanh phòng trẻ;
- Không đi chân đất do rất dễ nhiễm ấu trùng giun móc chui qua da vào cơ thể để gây bệnh.
- Tẩy giun hàng năm cho trẻ.

## 2. GHỀ:

Ghẻ là một bệnh ngoài da do một loại kí sinh trùng trên da gọi là “con cái ghẻ” gây ra.

### a. Hình thức lây truyền:

- Con cái ghẻ kí sinh ở hốc nhỏ ngoài da, lây cho người khác do tiếp xúc da-da, giữa người bị ghẻ với người khác, khi dùng chung chăn chiếu, ngủ chung, dùng chung áo quần, khăn tay, khăn mặt...

- Bệnh ghẻ thường là bệnh cả gia đình.

### b. Biểu hiện:

- Trẻ bị ngứa, gãi, nhất là về đêm, nên trẻ mất ngủ, kém ăn, sụt cân.

- Trên da thấy vết luống ghẻ như vết xước da, có mụn nước nhỏ như hạt tằm, thấy ở bàn tay, kẽ ngón tay, cổ tay, khủy tay, nách, bẹn, mông, cổ chân. Ít khi có mặt, cổ, gáy.

- Dễ bị mụn mủ ở chỗ gãi ghẻ do bội nhiễm.

### c. Điều trị:

- Tắm rửa bằng xà bông, lau khô.

- Bôi thuốc: thuốc bôi vào buổi tối, trong 04 tối liên tục:

- + Mỡ DEP
- + Mỡ Lưu huỳnh 5%
- + Dung dịch Benzoate Benzyle 25%

### d. Cách phòng tránh:

- Thường xuyên tắm gội.

- Không chơi dờ, chơi đất cát xong phải rửa tay bằng xà bông.

- Móng tay thường xuyên được cắt ngắn.

- Tìm xem người trong gia đình, nếu cũng bị ghẻ, phải điều trị đồng thời.

- Quần áo, khăn, tã lót, chăn phải được luộc, tẩy uế ; chiếu, khăn trải giường phải giặt sạch, phơi khô. Cách ly người bị ghẻ.

### 3. BỆNH TIÊU CHẢY VÀ MẤT NƯỚC:

#### a. Nguyên nhân:

Do nhiễm khuẩn đường ruột (virut, vi khuẩn, ký sinh trùng gây bệnh) lây bệnh bởi thức ăn, nước uống và vật dụng mất vệ sinh. Ngoài ra tiêu chảy còn có thể do chế độ ăn không thích hợp, do biến chứng của các bệnh khác (viêm phổi, sởi, viêm tai giữa, suy dinh dưỡng, dị dạng đường ruột, thiếu men tiêu hoá, suy giảm miễn dịch...)

#### b. Dấu hiệu mất nước trong tiêu chảy:

\* Mất nước là nguyên nhân chính gây tử vong ở trẻ và người lớn;

\* Các dấu hiệu mất nước nặng khi tiêu chảy:

- Môi khô;
- Khát nước nhiều;
- Mắt trũng;
- Thóp lõm;
- Mạch nhanh, nhỏ;
- Đái ít;
- Khi véo da, vết nhăn mất chậm.

#### c. Xử trí các trường hợp bị tiêu chảy:

- Cho trẻ uống nhiều nước hơn thường lệ, đề phòng mất nước, tốt nhất cho trẻ uống nước cháo.

\* **Cách nấu cháo muối** (1,2 lít nước khoảng 6 chén cơm, một nắm gạo 50g, một nhúm muối ăn 3,5g), đun sôi 20 – 25 phút, khi gạo nở bung ra là được, cháo còn lại khoảng 1 lít nước.



Vào bếp nấu cháo muối



Cho vào nồi 6 chén cơm





ERROR: stackunderflow  
OFFENDING COMMAND: ~

STACK: