

**TUẦN 4  
THÁNG 12**

**Từ ngày 25/12 – 29/12/2023**

NOTE

## **CHĂM SÓC GIÁO DỤC**

### **- Thứ 2:**

- Tập vận động “ Bò, trườn qua vật cản”
- Bé nghe kể chuyện “Bác gấu và gà con”

### **- Thứ 3:**

- Bé nhận biết các con vật trong rừng: con cáo, con khỉ, con hươu cao cổ, con voi.
- Tập bé tô màu “Con voi”

### **- Thứ 4:**

- Bé cùng cô trò chuyện về con gà trống.
- Ôn kỹ năng: “Xếp hàng chờ đến lượt”

### **- Thứ 5:**

- Tập bé nặn củ cà rốt
- Tiếp tục rèn lại kỹ năng: “Lễ phép khi nhận quà”

### **- Thứ 6:**

- Tập bé đọc diễn cảm bài thơ: “Chú gà con”
- Bé hát và vận động theo bài hát: “Gà trống, mèo con và cún con”

## **CHĂM SÓC NUÔI DƯỠNG**

- **Tập bé biết mặc quần áo ấm khi trời lạnh**

- Tập bé biết cởi quần áo khi bị ướt, bị bẩn

- Tập bé kỹ năng rót nước

- Tiếp tục rèn bé : rửa tay, lau mặt và đeo yếm khi ăn – uống nước sau khi ăn xong.

*Cảm ơn quý phụ huynh, tuần qua đã chuẩn  
bị đầy đủ đồ dùng cho bé đi học !*

**Thứ sáu**, bé học tập đọc diễn cảm bài thơ  
“Chú gà con”, Phụ huynh cùng bé đọc  
trước ở nhà nhé!

**Tuần sau**, các bé tiếp tục ôn kỹ năng: “Lễ  
phép khi nhận quà. Phụ huynh hãy cùng cô  
rèn cho thêm bé.

***Phụ huynh cho trẻ đi học trước 7h30phút  
sáng – để trẻ ăn sáng và được ra sân tắm  
nắng cùng cô và các bạn***



**BÀI HÁT – THƠ – TRUYỆN**

👉 PH hãy quét mã QR  
Cùng bé xem nhé!

**Thời tiết đang giao mùa - lạnh vào buổi sáng. Rất dễ gây ra các bệnh về đường hô hấp:**

- Phụ huynh hãy giữ ấm cho bé.
- Nhắc nhở bé rửa tay thường xuyên.
- Hãy cùng xem thêm các thông tin y tế trên bảng tin lớp.



## **5 BIỆN PHÁP PHÒNG, CHỐNG CÁC BỆNH LÂY TRUYỀN QUA ĐƯỜNG HÔ HẤP**

(Khuyến cáo cập nhật ngày 04/12/2023)

Tại Việt Nam, vào mùa Đông Xuân, thời tiết chuyển mùa thay đổi thất thường, nhu cầu giao thương, du lịch cuối năm tăng cao, là điều kiện thuận lợi cho các tác nhân gây bệnh truyền nhiễm, bệnh lây truyền qua đường hô hấp lây lan, nhất là ở nhóm có nguy cơ mắc bệnh cao như: trẻ em có sức đề kháng yếu, người cao tuổi, người có bệnh lý nền.

Để phòng, chống các bệnh lây truyền qua đường hô hấp, Bộ Y tế khuyến cáo người dân chủ động thực hiện 05 biện pháp phòng bệnh cá nhân sau:



**1**

Đeo khẩu trang tại các cơ sở y tế, trên các phương tiện công cộng và tại các địa điểm tập trung đông người.



**2**

Thường xuyên rửa tay bằng nước sạch, xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn tay; súc miệng, họng bằng nước súc miệng; tránh đưa tay lên mắt, mũi, miệng; che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi.



**3**

Thực hiện tốt vệ sinh môi trường, vệ sinh cá nhân, giữ ấm cơ thể, tập luyện thể dục, thể thao, nâng cao thể trạng.



**4**

Thực hiện ăn chín, uống chín; đảm bảo an toàn thực phẩm trong giết mổ gia súc, gia cầm và chế biến các sản phẩm từ gia súc, gia cầm.



**5**

Tránh tiếp xúc với người có triệu chứng bệnh đường hô hấp như ho, sốt, khó thở...và khi có dấu hiệu mắc bệnh, cần đến ngay cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám và điều trị kịp thời.





# BỘ Y TẾ

Đường dây nóng: 19009095; 19003228

## Quy trình rửa tay thường quy



**Bước 1:** Làm ướt tay bằng nước và xà phòng. Chà hai lòng bàn tay vào nhau.



**Bước 2:** Chà lòng bàn tay này lên mu và kẽ ngoài các ngón tay của bàn tay kia và ngược lại.



**Bước 3:** Chà 2 lòng bàn tay vào nhau, miết mạnh các kẽ ngón tay.



**Bước 4:** Chà mặt ngoài các ngón tay này vào lòng bàn tay kia.



**Bước 5:** Xoay ngón tay cái của bàn tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại (làm sạch ngón tay cái).



**Bước 6:** Xoay các đầu ngón tay của tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại. Làm sạch tay dưới vòi nước chảy đến cổ tay và lau khô.

**Ghi chú:** Rửa tay bằng nước xà phòng khi bàn tay có vết bẩn. Thời gian mỗi lần rửa tay 30 giây, các bước 2,3,4,5 làm đi làm lại tối thiểu 5 lần.