

# NỘI DUNG GIÁO DỤC

## TUẦN 3 THÁNG 11

Ngày 20/11 đến 24/11/2023

### ★ CHĂM SÓC GIÁO DỤC:

#### Sáng

#### Chiều

- Bé tham gia lễ hội 20/11.
- PT Thể chất: “Bò theo hướng thẳng có mang vật trên lưng”.
- Phát triển ngôn ngữ: Nghe kể chuyện: “ Cây táo”.
- Phát triển thể chất: “Xếp chồng 4 – 5 khối vuông”.
- TCXH: “ Cảm xúc vui”.
- Cho bé nghe một số bài hát ngày nhà giáo.
- Ôn: “Bé bò theo hướng thẳng”.
- Bé xem Powerpoin câu chuyện: “Cây táo”.
- Ôn bài thơ: “Bạn mới”, “ Yêu mẹ”..
- Bé tập đeo yếm cho búp bê.

### ★ CHĂM SÓC NUÔI DƯỠNG

- Trẻ biết làm quen rửa tay, lau mặt theo hướng dẫn của cô.
- Trẻ biết gọi cô khi bị bẩn, bị ướt.
- Tiếp tục tập cho trẻ tự cầm muỗng xúc ăn.

## Lời cảm ơn ♥

- GVCN lớp Họa Mi cảm ơn phụ huynh tuần trước đã hướng dẫn bé: Làm quen với rửa tay, lau mặt trước khi ăn.
- Tuần này PH tiếp tục rèn cho bé làm quen rửa tay, lau mặt theo hướng dẫn của cô.
- Tuần sau quý PH tập cho bé có thói quen tốt khi ăn: Tập cho trẻ một tay cầm muỗng xúc ăn, một tay vịn tô.

## BÀI THƠ: BẠN MỚI.

Tác giả: Nguyệt Mai

**Bạn mới đến trường**

**Hãy còn nhút nhát**

**Em dạy bạn hát**

**Rủ bạn cùng chơi**

**Cô thấy cô cười**

**Cô khen đoàn kết.**



# Yêu mẹ

Mẹ đi làm  
Từ sáng sớm  
Dậy thổi cơm  
Mua thịt cá  
Em kể má  
Được mẹ yêu  
Ơi mẹ ơi!  
Yêu mẹ lắm



Bài thơ Yêu mẹ: Mẹ đi làm, Từ sáng sớm, Dậy thổi cơm, Mua thịt cá, Em kể má, Được mẹ yêu, Ơi mẹ ơi, Con yêu mẹ lắm.



Mẹ và bé cùng nhau làm thiệp.



Phụ huynh cùng bé cắm hoa nhân ngày 20/11.

# TP HCM vào mùa bệnh hô hấp.

## Quý phụ huynh theo dõi và phòng bệnh cho bé nhé!



## 7 nguyên tắc phòng ngừa BỆNH VIÊM HÔ HẤP CẤP



### 1 Tránh tiếp xúc với những người bị bệnh về đường hô hấp

Giữ khoảng cách an toàn với những người bị cảm lạnh, cúm hoặc ho.



### 2 Rửa tay thường xuyên

Rửa tay bằng xà phòng đúng cách để loại bỏ vi khuẩn và virus trên da. Bên cạnh đó, bạn cũng cần hướng dẫn trẻ em rửa tay theo các bước đúng cách để phòng bệnh.



### 3 Vệ sinh nhà cửa

Khi một thành viên trong gia đình bị bệnh về đường hô hấp, bạn hãy thường xuyên lau chùi nhà cửa, nhà bếp và phòng tắm bằng chất khử trùng.



### 4 Uống đủ nước

Uống đủ nước mỗi ngày để giữ cho cơ thể đủ nước, đảm bảo cho quá trình trao đổi chất hoạt động hiệu quả, tăng sức đề kháng, giảm nguy cơ mắc bệnh trong đó có các bệnh về đường hô hấp.



### 5 Giảm căng thẳng

Để giảm bớt căng thẳng, bạn có thể tập thể dục thường xuyên, ngồi thiền, hít thở sâu hoặc thử các kỹ thuật thư giãn cơ bắp như đấm bóp, massage...



### 6 Ngủ đủ giấc mỗi ngày

Cố gắng ngủ từ 7-9 tiếng mỗi ngày để giữ cơ thể khỏe mạnh. Giấc ngủ có vai trò rất lớn đối với hệ thống miễn dịch của cơ thể.

### 7 Tăng cường miễn dịch

Bạn có thể cân nhắc bổ sung kẽm, vitamin C và men vi sinh trong mùa lạnh để ngăn ngừa bệnh tật. Đây là những vi chất cần thiết đối với hệ miễn dịch để giúp cơ thể phòng chống bệnh tật.