**BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO**

**TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐỒNG THÁP**

**NGUYỄN THỊ THANH THẢO Số ĐT: 0923669980**

**Lớp: ĐHGDMN14E**

**NGUYỄN THỊ LINH**

**Lớp: ĐHGDMN14E**

**CHĂM SÓC, GIÁO DỤC DINH DƯỠNG CHO TRẺ Ở TRƯỜNG MẦM NON**

**Ngành đào tạo: Sư phạm Mầm non**

**Trình độ đào tạo: Đại học**

**ĐỀ CƯƠNG ĐỀ TÀI NGHIÊN CỨU KHOA HỌC**

**ĐỒNG THÁP, NĂM 2017**

**BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO**

**TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐỒNG THÁP**

**NGUYỄN THỊ THANH THẢO Số ĐT: 0923669980**

**Lớp: ĐHGDMN14E**

**NGUYỄN THỊ LINH**

**Lớp: ĐHGDMN14E**

**CHĂM SÓC, GIÁO DỤC DINH DƯỠNG CHO TRẺ Ở TRƯỜNG MẦM NON**

**Ngành đào tạo: Sư phạm Mầm non**

**Trình độ đào tạo: Đại học**

**ĐỀ CƯƠNG ĐỀ TÀI NGHIÊN CỨU KHOA HỌC**

**Giảng viên hướng dẫn: Dương Huy Cẩn**

**ĐỒNG THÁP, NĂM 2017**

**LỜI CAM ĐOAN**

*Tôi xin cam đoan đây là công trình nghiên cứu của riêng tôi, các số liệu và kết quả nghiên cứu nêu trong luận văn là trung thực, được các đồng tác giả cho phép sử dụng và chưa từng được công bố trong bất kỳ một công trình nào khác.*

Tác giả luận văn:

1. Nguyễn Thị Thanh Thảo
2. Nguyễn Thị Linh

**LỜI CẢM ƠN**

*Được sự hướng dẫn, giúp đỡ tận tình, hết lòng và đầy trách nhiệm của thầy (cô) đã giúp em hoàn thành tốt đề tài nghiên cứu khoa học, bằng tất cả tấm lòng nhiệt huyết của mình, em xin chân thành cảm ơn thầy (cô) đã tạo điều kiện thuận lợi nhất để em hoàn thành tốt công việc của mình.*

*Cuối lời em xin chúc thầy (cô) luôn dồi dào sức khỏe để tiếp tục cống hiến cho sự nghiệp giáo dục và luôn là tấm gương sáng cho chúng em noi theo. Em xin chúc thầy (cô) luôn hoàn thành tốt công việc giảng dạy của mình, chúc các em nhỏ luôn là bé khỏe, bé ngoan, luôn vâng lời các cô và bố mẹ.*

*Em xin chân thành cảm ơn !*

**MỞ ĐẦU**

1. **Lí do chọn đề tài**

* Trẻ em là một tài sản quý giá, là chủ nhân tương lai của đất nước, là những con người sẽ tiếp bước kế tục sự nghiệp của cha ông. Chính vì thế mà mọi quốc gia, mọi xã hội đều dành cho trẻ những điều kiện tốt nhất để phát triển. Một quốc gia cường thịnh, văn minh chỉ khi có những con người khỏe mạnh, trí tuệ cao. Vì vậy, chăm sóc - giáo dục trẻ càng mang một ý nghĩa nhân văn cụ thể và trở thành một đạo lý của thế giới văn minh. Để có một thế hệ hoàn thiện nhân cách toàn diện trong tương lai thì phải đảm bảo cung cấp cho trẻ nền móng phát triển thể chất tốt.
* Lí luận: Cơ thể trẻ em đang phát triển rất nhanh về thể chất và tinh thần, do vậy nhu cầu dinh dưỡng của trẻ rất cao. Ở giai đoạn này, cơ thể trẻ còn non yếu và chức năng các bộ phận cơ thể, nhất là chức năng tiêu hoá, là giai đoạn thích ứng với môi trường, nhạy cảm với bệnh tật và cũng là giai đoạn tiền đề cho sức khoẻ và trí tuệ say này, tác động trực tiếp vào sự phát triển toàn diện của trẻ. Việc cung cấp không đầy đủ và không đúng khẩu phần dinh dưỡng sẽ làm cho trẻ dễ mác các bệnh về dinh dưỡng.
* Mặt thực tiễn: ở nước ta trong những năm gần đây, nhờ sự tăng trưởng của nền kinh tế, sự quan tâm của Đảng, Nhà nước và các tổ chức xã hội, trong đó có sự nổ lực phấn đấu của ngành Giáo dục – Đào tạo đã cải thiện đáng kể chất lượng chăm sóc, nuôi dạy trẻ, trong đó chăm sóc dinh dưỡng là khâu quan trọng. Nhờ đó tình trạng suy dinh dưỡng ở trẻ em giảm đáng kể, năm 1985 là 51,5%, năm 2000 là 33,1% đến năm 2005 còn 29%.

Tuy nhiên, so với các nước trong khu vực, tỉ lệ trẻ em suy dinh dưỡng ở Việt Nam vẫn còn tỉ lệ rất cao, nhất là những tỉnh vùng sâu, vùng xa, vùng đặc biệt khó khăn. đồng thời tại các vùng đô thị lớn thì một số bệnh do dinh dưỡng không khoa học lại xuất hiện và có xu hướng tăng nhanh như béo phì, cao huyết áp và một số bệnh tim mạch khác. Tình trạng suy dinh dưỡng và một số bệnh dinh dưỡng có liên quan mật thiết đến công tác chăm sóc giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở các trường mầm non và gia đình.

Việc nâng cao sức khoẻ, trong đó các yếu tố nền tảng là cải thiện dinh dưỡng cho trẻ là rất cần thiết và cấp bách. Để đóng góp dẫn liệu về thực trạng chăm sóc – giáo dục dinh dưỡng trẻ em hiện nay và một số giải pháp khắc phục, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: “Chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non”.

1. **Mục tiêu nghiên cứu**

* Đánh giá tình hình sức khoẻ tại trường mầm non trên địa bàn TP. Cao Lãnh.
* Tìm hiểu tình hình chăm sóc sức khoẻ cho trẻ ở trường mầm non và gia đình.
* Đưa ra các biện pháp để chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ để trẻ phát triển tốt hơn.

1. **Nhiệm vụ nghiên cứu**

* Nghiên cứu cơ sở lí luận về tình trạng dinh dưỡng, nguyên nhân và biện pháp khắc phục một số bệnh về dinh dưỡng thường xảy ra ở trẻ.
* Nghiên cứu thực trạng về chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ tại các trường mầm non trên địa bàn TP.Cao Lãnh.
* Nghiên cứu đề xuất một số biện pháp nâng cao hiệu quả công tác chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ tại các trường mầm non.

1. **Phương pháp nghiên cứu**

* Phương pháp nghiên cứu lý luận: đọc, thu thập, tổng hợp và khái quát hoá tư liệu liên quan đến lý luận và thực tiễn của các vấn đề nghiên cứu là cơ sở lý luận cho đề tài.
* Phương pháp điều tra khảo sát thực tế về tình hình chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở các trường mầm non trên địa bàn TP.Cao lãnh.
* Điều tra, khảo sát thu thập số liệu hiện trạng chăm sóc giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non và cơ quan quản lý điều tra cán bộ quản lý, giáo viên.
* Quan sát, phỏng vấn, trò chuyện trực tiếp với người chăm sóc trẻ.

1. **Đối tượng và khách thể nghiên cứu**
2. **Đối tượng nghiên cứu**

Thực trạng chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở các trường mầm non trên địa bàn TP.Cao Lãnh.

1. **Khách thể nghiên cứu**

Những vấn đề tổ chức chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non.

1. **Giả thuyết khoa học**

Nếu đề xuất các biện pháp chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non khả thi và có kế hoạch thực hiện hợp lí thì việc chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ sẽ được nâng cao, giúp trẻ phát triển một cách toàn diện về mọi mặt và không nhiễm bệnh.

**Chương 1: CƠ SỞ LÝ LUẬN CỦA ĐỀ TÀI**

* 1. **Khái quát chung chuong trình giáo dục mầm non.**
     1. **Chương trình nuôi dưỡng và chăm sóc sức khoẻ:**
* Tổ chức ăn.
* Tổ chức ngủ.
* Vệ sinh.
* Chăm sóc sức khoẻ và an toàn.
  + 1. **Chương trình giáo dục:**
* Giáo dục phát triển thể chất.
* Giáo dục phát triển nhận thức.
* Giáo dục phát triển ngôn ngữ.
* Giáo dục phát triển tình cảm và kỹ năng xã hội.
* Giáo dục phát triển thẩm mỹ.
  1. **Chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng và phòng ngừa suy dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non.**
     1. **Khái niệm**
* Chăm sóc: là hoạt động nuôi dưỡng, giáo dục, theo dõi quá trình phát triển của trẻ.
* Dinh dưỡng: là việc cung cấp các chất cần thiết cho các tế bào để hỗ trợ sự sống. Nó bao gồm các hoạt động ăn uống, hấp thụ, vận chuyển và sử dụng các chất dinh dưỡng, bài tiết các chất thải.
* Suy dinh dưỡng: là tình trạng bệnh lý do nhu cầu dinh dưỡng bình thường của cơ thể không đáp ứng được, là biểu hiện của sự chậm lớn, chậm tăng trưởng ở trẻ.
  + 1. **Biểu hiện khi chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ chưa tốt**
* Bé chậm tăng cân, đứng cân hoặc sụt cân.
* Trẻ suy dinh dưỡng thường biếng ăn, ăn ít, da nhợt nhạt.
* Cô giáo không có đủ thời gian khi cho trẻ ăn.
* Khẩu phần ăn chưa cung cấp đầy đủ chất dinh dưỡng cho trẻ.
* Sức khoẻ của trẻ chưa được quan tâm nhiều.
  1. **Đặc điểm tâm sinh lí của trẻ**
     1. **Sinh lí của trẻ**
* Trẻ hay buồn bực, quấy khóc.
* Trẻ ít vui chơi và kém linh hoạt.
* Các bắp thịt mềm nhão, bụng to dần.
  + 1. **Nhận thức**
* Trẻ chậm phát triển vận động: chậm biết lẫy, ngồi, bò, đi đứng...
* Trẻ chậm phát triển trí tuệ.

**Chương 2: THỰC TRẠNG CỦA VIỆC CHĂM SÓC, GIÁO DỤC DINH DƯỠNG CHO TRẺ Ở TRƯỜNG MẦM NON.**

2.1. **Tổ chức khảo sát.**

**2.1.1. Địa điểm.**

* Trường mầm non Vườn Tuổi Thơ.

2.1.2. **Đối tượng:**

* Trẻ từ 3 – 6 tuổi ở trường mầm non V ườn Tuổi Thơ.
* Thực trạng việc chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ tại trường mầm non.
* Cán bộ, giáo viên chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non.

2.1.3. **Nội dung:**

* Số lượng trẻ trong lớp và thời gian chăm sóc trẻ khi cho trẻ ăn.
* Khẩu phần ăn phải đảm bảo việc cung cấp đầy đủ các chất dinh dưỡng cho trẻ.
* Việc thực hiện khám sức khỏe định kỳ cho trẻ cần thực hiện một cách nghiêm túc.

2.1.4. **Công cụ khảo sát**

**2.2. Kết quả khảo sát**

**2.2.1. Phân tích kết quả**

* Kết quả định tính: các nhận xét, nhận định, phán đoán.
* Kết quả định hướng: số liệu khảo sát, các nhận định,…

2.2.2. **Nhận xét, đánh giá kết quả khảo sát**

* Kết quả là phù hợp, chính xác, tin cậy…
* Làm cơ sở cho nghiên cứu đề xuất biện pháp.

2.3. **Nguyên nhân**

* Chủ quan, khách quan
* Được, chưa được.

**Chương 3: BIỆN PHÁP CHĂM SÓC, GIÁO DỤC DINH DƯỠNG CHO TRẺ Ở TRƯỜNG MẦM NON.**

3.1. **Cơ sở (căn cứ, nguyên tắc) đề xuất biện pháp.**

3.1.1. **Căn cứ vào nội dung chương trình giáo dục mầm non.**

* Mục tiêu giáo dục mầm non: trong chiến lược phát triển giáo dục nhấn mạnh đến chất lượng giáo dục toàn diện, trong đó phát triển thể chất được đặt ra trong mối quan hệ tổng thể với các mặt phát triển khác: “Nâng cao chất lượng chăm sóc giáo dục trẻ dưới 6 tuổi để phát triển một cách toàn diện về thể chất, tình cảm, trí tuệ, thẩm mĩ”.  
  3.1.2. Căn cứ vào thực trạng của chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non.
* Căn cứ vào thời gian khảo sát, thời gian định tính, định lượng.
* Nguyên nhân của thực trạng chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non.

3.1.3. **Căn cứ vào đặc điểm trẻ**

* Nhận thức
* Sinh lý

3.1.4. **Căn cứ vào thực tiễn xã hội nơi trường mầm non**

* Phát triển của trẻ ở thành phố, nông thôn có sự khác nhau rất rõPhát triển của trẻ ở thành phố, nông thôn có sự khác nhau rất rõ rệt từ cách chăm sóc, chăm sóc vật chất và chế độ dinh dưỡng của trẻ. Nhưng nhìn chung thì điều có chung mục đích là phát triển về mọi mặt cho trẻ.
* Môi trường xã hội thuận lợi, dễ dàng tiếp xúc với đối tượng nghiên cứu về việc chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mầm non.
* Khó khăn ảnh hưởng đến nghiên cứu chưa tìm được những giải pháp thích hợp.

3.2. **Biện pháp**

3.2.1. **Biện pháp 1:** Thường xuyên theo dõi tình hình sức khỏe của trẻ để phát hiện sớm các bệnh về dinh dưỡng thường gặp.

3.2.1.1. **Nội dung**

* Khám và theo dõi sức khỏe của trẻ khi chăm sóc trẻ theo định kỳ.
* Quan sát biểu hiện sức khỏe của trẻ khi chăm sóc trẻ.

3.2.1.2. **Cách thực hiện**

* Tổ chức khám sức khỏe định kỳ cho trẻ để phát hiện sớm các bệnh về dinh dưỡng.
* Khi trẻ có biểu hiện về sức khỏe không tốt cần đưa trẻ đến cơ sở y tế gần nhất và liên hệ với phụ huynh của trẻ.
* Chăm sóc trẻ ăn đúng giờ, hợp lý, không được ép trẻ ăn.

3.2.2. **Biện pháp 2:** Bồi dưỡng cho cán bộ, giáo viên về những kiến thức và kỹ năng thực hành chăm sóc dinh dưỡng cho trẻ từ 3 – 6 tuổi.

3.2.2.1. **Nội dung**

* Giúp cán bộ, giáo viên hiểu rõ hơn về việc chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ.
* Trang bị thêm những kiến thức, những cách xử lý tình huống khi chăm sóc trẻ.

3.2.2.2. **Cách thực hiện**

* Tổ chức các lớp tập huấn về kỹ năng chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng ở trẻ cho cán bộ, giáo viên.
* Tạo mới điều kiện cho cán bộ, giáo viên học tập, học hỏi thêm kinh nghiệm của những người đi trước và thông qua phương tiện công nghệ thông tin.

3.2.3. **Biện pháp 3:** Bồi dưỡng cha mẹ và người chăm sóc trẻ những kiến thức và kỹ năng thực hành chăm sóc dinh dưỡng cho trẻ từ 3 – 6 tuổi.

3.2.3.1. **Nội dung**

* Cung cấp thêm những kiến thức về việc chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng hợp lý cho trẻ cha mẹ trẻ biết.

3.2.3.2. **Cách thực hiện**

* Tổ chức các buổi h ọp phụ huynh về chăm sóc giáo dục dinh dưỡng cho cha mẹ trẻ.
* Tổ chức các buổi tuyên truyền ở địa phương về vấn đề chăm sóc giáo dục dinh dưỡng cho ph ụ huynh trẻ biết.

3.3. **Thử nghiệm biện pháp**

3.3.1. **Tổ chức thử nghiệm**

* Địa điểm
* Đối tượng
* Nội dung: các bài dạy tích hợp các biện pháp.

3.3.2. **Kết quả thử nghiệm**

* Thu thập số liệu: quan sát ghi chép, phiếu khảo sát.
* Phân tích đánh giá kết quả.
* Kết luận.
* Phương pháp: hướng dẫn, chỉ dẫn, thao tác,..
* Biện pháp: cách thực hiện, cách làm cụ thể,…
* Giải pháp: cách thức giải quyết định hướng

**KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ**

1. **Kết luận**

* Ch ương 1:Nghiên cứu cơ sở lý luận về tình trạng dinh dưỡng, nguyên nhân biện pháp khắc phục về bệnh dinh dưỡng thường xảy ra ở trẻ em.
* Ch ương 2: Tìm hiểu thực trạng về chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ tại các trường mầm non trên địa bàn TP. Cao Lãnh.
* Ch ương 3: Đề xuất một số biện pháp nâng cao hiệu quả công tác chăm sóc giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở các trường mầm non.
* Ngoài ra đề tài giúp bản thân nghiên cứu một cách sâu sắc có hệ thống lý luận thực tiễn chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở các độ tuổi mầm non,h ỗ trợ có hiệu quả công tác chuyên môn sau này.

1. **Khuyến nghị**

* Đối với trường mầm non nghiên cứu trẻ: việc làm được và chưa được.
* Kiến nghị với phòng Giáo dục và Đào tạo,Hủy ban nhân dân huyện (nếu có) về việc chăm sóc, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non.
* Với Bộ giáo dục và đào tạo (nếu có).

**TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Lê Th ị Mai Hoa – *Giáo trình dinh dưỡng trẻ em*, NXB giáo dục, (2006)
2. H à Huy Kh ôi – *Dinh d ư ỡng v à an toàn thực phẩm*, NXB y học, (1996)
3. Trần Cẩm Minh – *Bài giảng dinh dưỡng cho trẻ em dưới 6 tuổi*.
4. Thân Thị Diệp Nga – *Bài giảng dinh dưỡng trẻ em*.
5. Trương Hồng Sơn – *Bài giảng chương trình phòng chống suy dinh dưỡng trẻ em.*

**MỤC LỤC**

|  |  |
| --- | --- |
| Trang phụ bìa  Lời cam đoan  Lời cảm ơn  Mục lục  MỞ ĐẦU |  |

Phiếu khảo sát

Câu 1: Theo anh (chị) trong khẩu phần ăn của trẻ có những nhóm chất nào?

1. Chất đạm, chất béo, chất khoáng.
2. Chất béo, chất khoáng, vitamin.
3. Chất đạm, chất béo, vitamin.
4. Chất đạm, chất béo, chất khoáng, vitamin.

Câu 2: theo anh chị ngoài chế độ ăn thì chúng ta cần bổ sung thêm vitamin và muối khoáng nào cho trẻ nữa?

1. Các loại vitamin tổng hợp.
2. Chế phẩm có chứa sắt chống thiếu máu
3. Men tiêu hóa
4. A, B, C điều đúng.

Câu 3: theo anh chị phải làm như thế nào để đảm bảo yêu cầu dinh dưỡng trong 1 ngày của trẻ?

1. Luân phiên đầy đủ các chất qua 3 buổi chính: sáng, trưa, chiều.
2. Cho trẻ ăn đầy đủ các chất trong 1 lần ăn.
3. A và B điều đúng
4. A và B điều sai.

Câu 4: theo anh chị nguyên nhân nào dẫn đến tình trạng béo phì ở trẻ?

1. Do trẻ ăn nhiều chất béo
2. Do trẻ lười vận động
3. Do các bệnh về não
4. Tất cả ý trên

Câu 5: theo anh chị chế độ dinh dưỡng cho trẻ béo phì như thế nào mới là hợp lý?

1. Khuyến khích cho trẻ ăn nhiều rau
2. Cho trẻ tập thể dục hằng ngày
3. Không cho trẻ ăn và uống sữa trước giờ đi ngủ
4. Tất cả ý kiến trên.

Câu 6: theo anh chị nguyên nhân nào dẫn đến suy dinh dưỡng ở trẻ?

1. Chế độ ăn uống nghèo nàn
2. Trẻ mắc các bệnh lý nhiễm trùng
3. Sinh non, thiếu sữa mẹ
4. Cả 3 ý trên

Câu 7: theo anh chị làm thế nào để nhận biết dấu hiệu suy dinh dưỡng ở trẻ?

1. Trẻ biến ăn hoặc ít ăn
2. Chậm tăng cân hoặc không tăng cân
3. Cả 2 ý trên điều đúng
4. Cả 2 ý trên điều sai

Câu 8: theo anh chị làm thế nào để chăm sóc tình trạng suy dinh dưỡng ở trẻ?

1. Tăng cường các chất dinh dưỡng
2. Tăng dầu mỡ trong bữa ăn
3. Mọc răng chậm, da xanh xao
4. A và B điều đúng.

Câu 9: theo anh chị những loại thực phẩm nào nên dùng cho trẻ suy dinh dưỡng?

1. Gạo, khoai tây
2. Thịt: gà, lợn, bò, tôm, cua, cá, trứng
3. Các loại rau và hoa quả chín
4. Cả A, B, C điều đúng.

Câu 10: khi cho bé bắt đầu ăn dặm, thực phẩm nào nên được đưa vào khẩu phần ăn của bé trước tiên?

1. Bột yến mạch
2. Trứng bác
3. Khoai tây nghiền
4. Tất cả điều đúng