

## HOẠT ĐỘNG TỔ CHỨC GIỜ ĂN TRƯA CHO TRẺ LỚP 5A4

### Ở TRƯỜNG MẦM NON ĐẶNG CƯƠNG

“Trẻ em như búp trên cành

Biết ăn ngủ, biết học hành là ngoan”

Như chúng ta đã biết, trẻ em là thế hệ tương lai của đất nước, cần được chăm sóc, cần được học tập. Và khi mỗi trẻ em biết ăn, biết ngủ, học hành tốt chính là một trẻ em ngoan ngoãn, vui lòng cha mẹ, làm những điều phù hợp với lứa tuổi của mình. Chỉ một câu nói nhẹ nhàng của Bác Hồ đã chứa đựng tất cả tình yêu thương, sự chăm lo của Bác dành cho trẻ em.

Một bữa ăn được sắp xếp khoa học, đầy đủ chất dinh dưỡng không những giúp cho trẻ có đủ năng lượng cho một ngày học tập và vui chơi mà nó còn được xem là “chiếc chìa khoá vàng” cho sự phát triển toàn diện cả về thể chất lẫn tinh thần cho trẻ. Nhu cầu dinh dưỡng của mỗi trẻ là không giống nhau phụ thuộc vào giới tính, sức khỏe, khả năng hấp thụ. Một chế độ dinh dưỡng phù hợp sẽ tạo điều kiện tốt để trẻ phát triển vóc dáng, thể lực và trí tuệ. Cơ thể trẻ lứa tuổi mầm non đang trong giai đoạn phát triển rất nhanh, đòi hỏi khẩu phần ăn phải đầy đủ cả về chất lượng và số lượng. Tại trường mầm non Đặng Cương, trẻ ăn ba bữa/ngày bao gồm 1 bữa chính trưa một bữa xế ngủ dậy và một bữa phụ chiều trong đó bữa chính trưa là quan trọng nhất. Thông qua bữa ăn trưa, trẻ được bù đắp những năng lượng đã bị tiêu hao và cung cấp năng lượng mới để tham gia vào các hoạt động tiếp theo. Vì vậy việc tổ chức bữa ăn cho trẻ ở trường mầm non là một trong những nhiệm vụ quan trọng trong quá trình chăm sóc- nuôi dưỡng- giáo dục trẻ.

Mời ba, mẹ cùng xem lại những khoảnh khắc vô cùng đáng yêu của các con trong giờ ăn trưa tại lớp 5A4 trường Mầm non Đặng Cương nhé!







