ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 9 **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**

**TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ Độc lập – Tự do – Hạnh Phúc**

 **ĐẶNG TẤN TÀI**

 Số: 103 / KH - THCSĐTT Quận 9, ngày 04 tháng 9 năm 2020

**KẾ HOẠCH**

**TRUYỀN THÔNG GIÁO DỤC SỨC KHỎE**

**NĂM HỌC: 2020 – 2021**

**I.MỤC ĐÍCH – YÊU CẦU:**

 - Nâng cao nhận thức của học sinh trong phòng chống bệnh tật học đường, phòng chống các dịch bệnh trong trường học, góp phần giảm tỉ lệ mắc bệnh, kiểm soát hạn chế một số yếu tố  nguy cơ của các bệnh tật học đường phổ biến hiện nay.

- Cung cấp các thông tin truyền thông cơ bản về các bệnh dịch cho Cán bộ, giáo viên, nhân viên và học sinh từ đó có khả năng tự giải quyết một số vấn đề liên quan đến công tác phòng, chống dịch bệnh.

**II. BIỆN PHÁP THỰC HIÊN**:

- Thành lập tổ truyền thông giáo dục sức khỏe.

- Triển khai các vấn đề và nội dung của giáo dục sức khỏe.

- Hướng dẫn cho học sinh biết rõ những nguy cơ ảnh hưởng đến sức khỏe cảu học sinh

- Tuyên truyền phòng chống dịch bệnh theo mùa.

- Liên hệ Trung tâm Y tế Quận 9, trạm y tế Phường nhận tài liệu tranh ảnh, áp phích

- Thông qua các hoạt động ngoại khóa đưa thông tin đến với học sinh.

- Phối hợp với Trạm y tế Phường cung cấp cho học sinh kiến thức và kỹ năng thực hành về các vấn đề sức khỏe học đường.

**III. NỘI DUNG TRUYỀN THÔNG:**

**1.An toàn vệ sinh thực phẩm:**

- Đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm trong trường học, không để xảy ra ngộ độc thực phẩm và các bệnh truyền qua đường thực phẩm.

- Đảm bảo an toàn, vệ sinh đối với các loại thực phẩm tươi sống trong bếp ăn tâp thể.

- Cam kết đảm bảo sức khỏe cho học sinh. Không để xảy ra ngộ đôc thực phẩm, không để xảy ra tử vong nếu xảy ra ngộ độc.

- Tăng cường công tác kiểm tra định kỳ, đột xuất bảo đảm An toàn thực phẩm trong trường học.

-Thực hiện nếp sống vệ sinh khoa học: ăn uống sạch, ở sạch với từng cá nhân và tập thể trường học.

**2 .Phòng chống tai nạn thương tích:**

- Nhằm giáo dục, tuyên truyền, nâng cao nhận thức thực hiện và giữ gìn sự an toàn trong trường học như: an toàn thực phẩm, phòng chống cháy nổ, trật tự an toàn giao thông trước cổng trường góp phần giảm tỉ lệ tai nạn thương tích.

- Tiếp tục thực hiện giáo dục, tuyên truyền để nâng cao ý thức và tích tham gia các hoạt động phòng ngừa tai nạn trong đội ngũ Cán bộ, giáo viên, nhân viên, học sinh và phụ huynh.

- Tăng cường công tác kiểm tra thường xuyên, định kỳ về công tác phòng chống cháy

 nổ. ..hạn chế tối đa và không để xảy ra các tai nạn trong nhà trường.

- Giáo dục ý thức cho các em học sinh không được gây gổ, đánh nhau và mang các vật sắc nhọn nguy hiểm vào trong nhà trường.

**3. Phòng chống dịch bệnh truyền nhiễm:**

- Nâng cao nhận thức và kỹ năng phòng chống dịch bệnh trong Cán bộ, giáo viên, nhân viên và học sinh, chuẩn bị sẵn sàng ứng phó với diễn biến của dịch bệnh.

- Dán tờ rơi, áp phích tuyên truyền phòng, chống bệnh các dịch bệnh tại trường học

- Truyền thông cho giáo viên, nhân viên, học sinh trường, lồng ghép trong sinh hoạt dưới cờ, trong các giờ sinh hoạt tập thể lớp

- Thường xuyên tổ chức tổng vệ sinh toàn trường, phun thuốc sát khuẩn để phòng chống dịch bệnh

- Tăng cường vệ sinh môi trường trường học, khu vực bếp ăn bán trú, căn tin, các khu vệ sinh. Thường xuyên vệ sinh sạch sẽ trường lớp, bếp ăn, căn tin, khu vệ sinh, . Các khu vực vệ sinh đều được trang bị vòi nước rửa tay, đủ nước sạch, xà phòng. Mở cửa thông thoáng lớp học, hội trường, phòng làm việc, ...

- Thường xuyên kiểm tra bảo đảm trong trường học không có lăng quăng*.* Trong khuôn viên trường không có nước tù đọng, không có các dụng cụ, vật chứa có nước mưa tù đọng để lăng quăng phát sinh, thả cá bảy màu những hồ chứa nước ...

- Thực hiện vệ sinh lớp học, môi trường, đồ dùng học sinh bán trú được dọn rửa, phơi nắng, lau khô; khử khuẩn môi trường lớp học bằng dung dịch sát khuẩn vào cuối mỗi tuần nhằm đảm bảo trường học luôn sạch sẽ và an toàn.

**4. Dinh dưỡng và hoạt động thể lực:**

- Tuyên truyền cho phụ huynh, học sinh về chế độ ăn uống hợp lý mà đầy đủ chất dinh dưỡng.

- Giáo dục cho học sinh về chế độ ăn uống nhiều rau xanh và trái cây, hạn chế các thức ăn nhanh nhiều dầu mỡ, ăn uống đồ ngọt để phòng ngừa béo phì.

- Đảm bảo duy trì hoạt động thể lực trong các tiết học thể dục. Chú trọng trong giáo dục học sinh có thói quen tích cực tham gia hoạt động thể lực.

- Giáo dục cho học sinh tích cực tham gia các trò chơi vận động, hoạt động thể thao như đá bóng, bóng rổ, bơi lội...

- Phát động phong trào và tổ chức các cuộc thi đấu thể dục thể thao nhằm khuyến khích học sinh tham gia để nâng cao sức khỏe.

**5. Phòng chống bệnh tật học đường:**

* Đối với bệnh cong vẹo cột sống:

+        Khi viết bài:

·         Ngồi thẳng lưng

·         Cách cầm bút đúng

- Xếp chỗ ngồi hợp lý cho từng học sinh.

- Sử dụng bàn ghế rời,kích thước phù hợp, đủ ánh sáng trong phòng học

- Không nên xách cặp hoặc đeo cặp quá nặng một bên vai, phải đeo cân hai vai.

- Lao động và tập luyện vừa sức, cân đối.

* Đối với bệnh cận thị, tật khúc xạ.

- Truyền thông phòng chống cận thị, tật khúc xạ học đường.

- Phòng học đủ ánh sáng tự nhiên, khoảng cách đọc và viết phù hợp với học sinh. Bàn học đúng quy định.

**6. Chăm sóc mắt:**

- Tuyên truyền cho giáo viên và học sinh kiến thức về phòng chống tật khúc xạ và các chấn thương mắt bao gồm:

+   Phòng chống tật khúc xạ học đường.

+   Khi bị tật khúc xạ thì nên làm gì.

+   Những dấu hiệu báo động cần đưa trẻ đi khám để kiểm tra tật khúc xạ.

+   Phòng tránh chấn thương mắt trong trường học.

+ Hướng dẫn học sinh cách tự kiểm tra thị lực.

+ Nhắc nhở học sinh khám mắt định kỳ tại cơ sở chuyên khoa mắt để được phát hiện sớm các bệnh về mắt.

**7. Chăm sóc răng miệng:**

-  Hướng dẫn cho học sinh cách chải răng đúng cách để phòng ngừa bệnh răng miệng.

-  Hướng dẫn học sinh dùng bàn chải đánh răng, kem đánh răng phù hợp với lứa tuổi.

-  Tuyên truyền về chế độ ăn ưống hợp lý để có hàm răng khỏe mạnh như hạn chế ăn

 bánh kẹo ngọt, thức ăn quá lạnh hoặc quá chua…

-  Nhắc nhở thường xuyên kiểm tra răng miệng định kỳ để phát hiện và điều trị sớm các bệnh về răng miệng.

        Trên đây là kế hoạch truyền thông giáo dục sức khỏe năm học 2020 - 2021 của Trường THCS Đặng Tấn Tài./.

***Nơi nhận:***  **HIỆU TRƯỞNG**

- BGH;

- Lưu: VT, YT.

 **Lê Văn Lực**