

**PHÒNG GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO QUẬN LONG BIÊN  
TRƯỜNG MẦM NON HOA MỘC LAN**

**HOẠT ĐỘNG KHÁM PHÁ KHOA HỌC**

**Đề tài: Hoạt động trải nghiệm Spa**



# Ổn định tổ chức

Cô và trẻ chơi trò chơi “Đôi bàn tay diệu kì”



# Tìm hiểu khám phá

Cô chia trẻ làm 3 đội ôn lại bài học trước”





Hoạt động  
Ngâm chân thảo dược



**Bước 1: 1 chậu nước ấm**



**Bước 2: Cho nguyên liệu ( Sả, gừng, chanh, tinh dầu, cánh hoa... )**



Bước 3: Ngâm chân và massage chân



Bước 4: Lau khô chân



**Bước 3: Đắp mặt nạ  
( với dưa chuột , cà chua, sữa chua....)**



**Bước 4: Rửa lại mặt với nước sạch và lau  
khô mặt**

Thư giãn thoải mái,  
giảm căng thẳng lo  
âu, giảm stress

Khử mùi hôi chân,  
giảm mồ hôi



Hỗ trợ điều trị các  
bệnh ngoài da như  
nứt nẻ chân,  
ngứa....

Điều trị 1 số bệnh  
như mất ngủ, đau  
đầu, đau nhức  
xương, chân lạnh...







**Hoạt động**  
**Chăm sóc tay, làm móng tay**



**Bước 1: Ngâm và massage tay**



**Bước 2: Vệ sinh làm sạch móng tay**



**Bước 3: Cắt , dũa móng tay**



**Bước 4: Sơn móng tay**

Thư giãn thoải mái,  
giảm căng thẳng,  
giảm stress



Hỗ trợ điều trị các  
bệnh ngoài da như  
nứt nẻ tay, ngứa, chai  
tay, khô da...



Làm đẹp, làm sinh  
động cho đôi bàn tay,  
chân.



**Hoạt động**  
**Chăm sóc da mặt**



**Bước 1: Làm sạch da  
( với nước tẩy trang, sữa rửa mặt)**



**Bước 2: Massage cho da**



**Bước 3: Đắp mặt nạ  
( với dưa chuột , cà chua, sữa chua....)**



**Bước 4: Rửa lại mặt với nước sạch và lau khô mặt**

Làm sạch da, ngăn  
ngừa mụn,

Cung cấp độ ẩm cho  
da giúp da căng bóng,



Thư giãn thoải mái,  
giảm căng thẳng lo  
âu, giảm stress

Làm trẻ hóa làn da,  
giúp trẻ đẹp xinh hơn





Trẻ thực hành trải nghiệm



**LỄ TỔNG KẾT  
KHÓA ĐÀO TẠO DỊCH VỤ SPA**

**Xin chân thành cảm ơn.  
Hẹn gặp lại**

