Mọi trẻ em sinh ra đều có quyền bình đẳng. Được bảo vệ và phát triển, được xã hội, gia đình quan tâm chăm sóc và giáo dục toàn diện. Trẻ em sẽ trở thành chủ nhân của đất nước như lời Chủ Tich [Hồ Chí Minh](https://vi.wikipedia.org/wiki/H%E1%BB%93_Ch%C3%AD_Minh) đã nói “**Trẻ em hôm nay – Thế giới ngày mai**”. Vì một tương lai tươi sáng trẻ phải được hưởng nền giáo dục phù hợp hiện đại, toàn diện về mọi mặt: Đức – trí – thể – mỹ – lao động ngay từ thủa ấu thơ.

Chăm sóc nuôi dưỡng có vai trò rất quan trọng trong sự phát triển toàn diện cho trẻ từ 0 đến 6 tuổi. Giai đoạn này được đánh giá là Giai đoạn vàng, đây là giai đoạn phát triển thể chất mạnh nhất, đặc biệt não bộ và hệ thần kinh của trẻ. Với sự phát triển vượt trội đó thì giai đoạn này chính là giai đoạn quyết định quan trọng trong toàn bộ sự phát triển chung của con người.

Giáo dục toàn diện cho trẻ từ 0 đến 6 tuổi được thực hiện song song hai nội dung chăm sóc và giáo dục.

Thời gian hoạt động ăn, ngủ của trẻ ở trường mầm non chiếm tỷ lệ khá lớn so với thời gian trong ngày. Vì vậy, cùng với gia đình, **trường mầm non** có vai trò quan trọng trong việc chăm sóc dinh dưỡng cho trẻ. Điều đó đòi hỏi mỗi cán bộ quản lý giáo dục, giáo viên, nhân viên nuôi dưỡng, chăm sóc trẻ trong các cơ sở giáo dục mầm non cần có những kiến thức cơ bản về dinh dưỡng và sức khỏe của trẻ lứa tuổi mầm non.

Mặt khác **trường mầm non** tuyên truyền để các bậc phụ huynh cùng thấu hiểu công tác CS-giáo dục về sức khỏe, dinh dưỡng phù hợp cho trẻ mầm non để cùng phối hợp trong chế độ chăm sóc sức khỏe cho trẻ hiện nay ở tại gia đình cũng là việc làm cần thiết để các em khỏe mạnh về thể chất và tinh thần.

Chất lượng vệ sinh an toàn thực phẩm có tác dụng tăng cường và bảo vệ sức khoẻ cho trẻ giúp trẻ phát triển một cách hài hoà cân đối tạo điều kiện tốt cho trẻ tham gia các hoạt động giáo dục là nền móng đầu tiên cho việc hình thành và phát triển nhân cách của trẻ

**Dinh dưỡng cho trẻ mầm non** không còn là một vấn đề hẹp chỉ được các bậc phụ huynh quan tâm mà còn là vấn đề cả xã hội. Đối với các nhà giáo dục trong các trường mầm non thì đây là vấn đề được đặc biệt trú trọng.

Nâng cao chất lượng chăm sóc nuôi dưỡng trẻ cũng là một nội dung trong xu thế đầu tiên của việc chuẩn bị cho thế hệ trẻ bước vào thế kỷ XXI- thời đại của nền văn minh trí tuệ. Giáo dục mầm non có những chuyển biến mới về chất lượng, đổi mới trong sự đổi mới chung của ngành giáo dục đào tạo.

Chăm sóc là hoạt động hàng ngày như hoạt động ăn, hoạt động ngủ, hoạt động ngoài trời, hoạt động phát triển thể chất giúp trẻ phát triển thể lực, phát triển vận động tinh và vận động thô. Không những vậy các hoạt động chăm sóc còn giúp cho trẻ tích lũy kỹ năng sống, trải nghiệm các kỹ năng cá nhân.

Chăm sóc trẻ khoa học, phù hợp với từng độ tuổi sẽ giúp trẻ phát triển toàn diện nhân cách của trẻ.

Dinh dưỡng là nhu cầu sống hàng ngày của mỗi con người. Dinh dưỡng là thức ăn mà chúng ta ăn và cách thức sử dụng chúng. Trẻ em cần dinh dưỡng để phát triển thể lực và trí tuệ. Người lớn cần dinh dưỡng để duy trì sự sống và làm việc, ăn uống là nhu cầu sống hàng ngày, nhu cầu bức thiết không thể không có.

Dinh dưỡng đầy đủ sẽ giúp cho cơ thể phát triển khoẻ mạnh, cân đối, phát triển toàn diện cả về thể chất lẫn trí tuệ. Con người cần có dinh dưỡng để duy trì sự sống và làm việc, dinh dưỡng là nhu cầu bức thiết không thể không có.

Nhu cầu dinh dưỡng tốt sẽ giúp cho đứa trẻ phát triển một cách toàn diện. Có một sức khoẻ tốt như trẻ khoẻ mạnh, hoạt bát, nhanh nhẹn, thông minh rất hứng thú tham gia vào các hoạt động và ngược lại dinh dưỡng không tốt, không đầy đủ thi đứa trẻ sẽ chậm phát triển về các mặt và trẻ không hứng thú tham gia các hoạt động.

Với trẻ mầm non có thể trẻ bé rất cần nhiều năng lượng và các vi chất dinh dưỡng. Chế độ dinh dưỡng đòi hỏi phải hợp lý theo từng độ tuổi, phải phù hợp với các loại thực phẩm theo mùa.

Chất lượng dinh dưỡng không chỉ phụ thuộc vào thành phần hoá học của các loại lương thực thực phẩm mà còn phụ thuộc vào một số yếu tố khác như: chọn thực phẩm, cách bảo quản, sơ chế và chế biến, Thực tế trong mỗi loại lương thực thực phẩm đều có chất dinh dưỡng khác nhau. Vì vậy chúng ta nên phối hợp các loại lương thực thực phẩm khác nhau để có đầy đủ và cân đối các chất dinh dưỡng là một nhu cầu cấp bách nhất của xã hội đối với trẻ em, nó chiếm một vị trí đặc biệt quan trọng, có ảnh hưởng đến sự sinh trưởng và phát triển của cơ thể trẻ.

Song trẻ không những được ăn đủ mà còn phải có một khẩu phần ăn cân đối hợp lý đảm bảo cả về chất lẫn lượng, các chất không thừa quá cũng không thiếu quá mà phải được cân đối, hài hòa.

Hình thành ở trẻ khả năng thích nghi với chế độ sinh hoạt, nề nếp trong quá trình thực hiện tập luyện. Hình thành ở trẻ kĩ năng làm một số việc đơn giản, từ dễ đến khó, từ đơn giản đến phức tạp theo từng làn tuổi: Như tự phục vụ trong ăn, ngủ, vệ sinh cá nhân.

**Chăm sóc trẻ ăn**: Thực hiện cho trẻ ăn đúng theo thực đơn của nhà trường, trước khi ăn cô chuẩn bị đầy đủ cho từng trẻ như: bát, thìa được nhúng vào nước sôi hoặc phơi nắng khô sạch, mỗi bàn cô để một đĩa đựng cơm rơi và một đĩa để khăn lau ướt, trước khi chia ăn cô rửa tay sạch đầu tóc gọn gàng, cô chia cơm và thức ăn vào từng bát cho trẻ và giới thiệu món ăn, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ luôn chú ý động viên trẻ ăn hết suất, quan tâm hơn đến những trẻ mới ốm dậy, trẻ ăn chậm, ăn yếu, động viên khích lệ trẻ ăn hết suất.

**Chăm sóc trẻ ngủ**: Cho trẻ ngủ đúng giờ quy định, cô nhẹ nhàng đưa trẻ vào giấc ngủ trong khi trẻ ngủ cô luôn quan sát trẻ ngủ, sửa tư thế ngủ cho trẻ, không để trẻ nằm sấp khi ngủ, thường xuyên quan sát sắc mặt trẻ khi ngủ, khi có biểu hiện khác thường ở trẻ để cô có biện pháp xử lý kịp thời.

**Công tác tuyên truyền cho cha mẹ trẻ**: Cô luôn tranh thử thời gian đón trả trẻ hàng ngày để trao đổi với phụ huynh tình hình của trẻ ở lớp, tuyên truyền phụ huynh cho trẻ đi học đều. hàng quý thông báo kết quả cân đo, khám sức khỏe của trẻ đến phụ huynh, trang trí nổi bật góc tuyên truyền của lớp. Trong các buổi họp phụ huynh học sinh cô tuyên truyền nhắc nhở phụ huynh phối hợp tốt trong công tác chăm sóc nuôi dưỡng trẻ. Chú ý nhắc phụ huynh quan tâm đến trang phục của trẻ khi thời tiết thay đổi, cô chú ý cho trẻ ăn mặc phù hợp thời tiết.