

Sáng ngày 01 tháng 4 năm 2026, không khí tại Trường Mầm non Liên Minh trở nên rộn ràng, sôi nổi hơn bao giờ hết khi Hội thi “Dinh dưỡng trẻ thơ” chính thức được diễn ra. Đây là hoạt động ý nghĩa nằm trong kế hoạch năm học 2025–2026, góp phần nâng cao chất lượng chăm sóc, nuôi dưỡng và giáo dục trẻ trong nhà trường.

Hội thi không chỉ là sân chơi bổ ích giúp các con được tiếp cận kiến thức về dinh dưỡng một cách vui tươi, sinh động, mà còn là dịp để các bậc phụ huynh, giáo viên và nhân viên nuôi dưỡng cùng chung tay lan tỏa thông điệp: “Ăn uống khoa học – Bé lớn nhanh, khỏe mạnh, thông minh”.

Với sự tham gia nhiệt tình của các con, các cô giáo và cô nuôi, hội thi đã mang đến nhiều màu sắc thú vị, những khoảnh khắc đáng yêu cùng những bài học thiết thực về chăm sóc sức khỏe và dinh dưỡng cho trẻ mầm non.

Chương trình được mở đầu bằng các tiết mục văn nghệ đặc sắc, sôi động do chính các bé Trường Mầm non Liên Minh biểu diễn. Những bài hát, điệu múa hồn nhiên, trong trẻo với chủ đề sức khỏe, dinh dưỡng, rau củ quả... đã tạo nên không khí vui tươi, hào hứng và nhận được những tràng pháo tay giòn giã từ khán giả.





Ngay sau chương trình văn nghệ, cô **Đỗ Thị Như Trang – Phó Hiệu trưởng** nhà trường đã phát biểu khai mạc hội thi. Cô đã nhấn mạnh vai trò và tầm quan trọng của việc giáo dục dinh dưỡng ngay từ lứa tuổi mầm non, đồng thời gửi lời chúc đến các đội chơi sẽ thể hiện thật tốt, mang đến những thông điệp tích cực về chăm sóc sức khỏe và dinh dưỡng hợp lý cho trẻ nhỏ. Cô cũng gửi lời cảm ơn tới các bậc phụ huynh, giáo viên và các bé học sinh đã tích cực chuẩn bị và tham gia hội thi với tinh thần nhiệt huyết, sôi nổi.



### ★ Phần thi tài năng – Màn ra mắt sáng tạo từ ba đội chơi

Phần thi tài năng mở đầu với màn chào hỏi đầy sôi động và sáng tạo đến từ ba đội chơi: Biệt đội dinh dưỡng, Đội Mầm Xanh và Đội Ngôi Sao dinh dưỡng. Mỗi đội mang đến một màu sắc riêng, tạo nên không khí vui tươi, hấp dẫn và để lại nhiều ấn tượng đẹp trong lòng khán giả.

Thông qua những phần giới thiệu độc đáo, hài hước và giàu tính sáng tạo, các cô giáo cùng các bé đã khéo léo kết hợp lời thoại, trình diễn thời trang và sử dụng đạo cụ minh họa sinh động. Từ đó, những thông điệp ý nghĩa về ăn uống lành mạnh,

giữ gìn sức khỏe và niềm vui trong từng bữa ăn hằng ngày được truyền tải một cách gần gũi, dễ hiểu.

### **Đội Ngôi Sao dinh dưỡng – Tiểu phẩm “Bản giao hưởng dinh dưỡng”**

Đội Ngôi Sao dinh dưỡng đã mang đến một tiết mục đầy sáng tạo và giàu tính nghệ thuật. Tiểu phẩm được xây dựng như một “bản giao hưởng” vui nhộn, trong đó các nhóm thực phẩm như rau xanh, trái cây, thịt, cá... được nhân hóa thành những “nhạc cụ” sống động. Thông qua sự kết hợp hài hòa giữa lời thoại, âm nhạc và động tác minh họa, tiết mục đã truyền tải thông điệp về việc ăn uống cân đối, đầy đủ các nhóm chất để cơ thể luôn khỏe mạnh và phát triển toàn diện.



### **◆ Đội Biệt đội dinh dưỡng – Tiểu phẩm “Rồi tới luôn”**

Với phong cách biểu diễn trẻ trung, sôi động, Đội Biệt đội dinh dưỡng đã mang đến tiểu phẩm “Rồi tới luôn” đầy vui nhộn và hấp dẫn. Nội dung xoay quanh những tình huống quen thuộc trong bữa ăn hằng ngày của trẻ, từ việc kén ăn, lười ăn rau đến thói quen ăn uống chưa khoa học. Bằng lối thể hiện hài hước, gần gũi, các cô và các bé đã khéo léo đưa ra những giải pháp tích cực, giúp trẻ hình thành thói quen ăn uống lành mạnh và yêu thích các món ăn bổ dưỡng.

### **◆ Đội Mầm Xanh – Tiểu phẩm “Mẹ đắp lên loa, cụ Lí lên sàn”**

Kết thúc màn chào hỏi đội Mầm Xanh gây ấn tượng với tiểu phẩm mang màu sắc dân gian pha chút hiện đại, tạo nên không khí vừa thân thuộc vừa mới mẻ. Thông qua các nhân vật và tình huống dí dỏm, tiết mục đã lồng ghép những bài học ý nghĩa

về chăm sóc sức khỏe, lựa chọn thực phẩm an toàn và xây dựng chế độ dinh dưỡng hợp lý cho trẻ. Sự kết hợp ăn ý giữa các cô giáo và các bé đã mang đến nhiều tiếng cười, đồng thời để lại thông điệp sâu sắc cho người xem.





### □ Phần thi Kiến thức – Sân chơi bổ ích và thiết thực

Phần thi kiến thức diễn ra sôi nổi với tổng cộng 7 câu hỏi trắc nghiệm và 3 câu hỏi do Ban giám khảo trực tiếp đưa ra. Các đội chơi lần lượt trả lời những câu hỏi xoay quanh chủ đề dinh dưỡng như: các nhóm chất cần thiết, lợi ích của rau củ quả, những thực phẩm nên và không nên sử dụng trong bữa ăn hằng ngày của trẻ.

Nội dung câu hỏi được xây dựng phong phú, gần gũi và thiết thực, tập trung vào những kiến thức quan trọng như vai trò, đặc điểm của các nhóm chất dinh dưỡng (chất đạm, chất béo, tinh bột, vitamin và khoáng chất), cũng như nhu cầu dinh dưỡng phù hợp với trẻ trong độ tuổi mầm non.

Các đội đã thể hiện sự chuẩn bị chu đáo, tinh thần đoàn kết và vốn hiểu biết vững vàng về dinh dưỡng. Sự nhanh nhạy, tự tin trong từng câu trả lời đã mang đến không khí hào hứng, nhận được sự cổ vũ nhiệt tình và thích thú từ phía khán giả.

Phần thi không chỉ giúp nâng cao nhận thức cho phụ huynh và cán bộ, giáo viên về vai trò quan trọng của dinh dưỡng đối với sự phát triển toàn diện của trẻ, mà còn góp phần tăng cường sự gắn kết giữa gia đình và nhà trường trong công tác chăm sóc, nuôi dưỡng trẻ mầm non.





Ở phần thi hiểu ý đồng đội, mỗi đội sẽ cử ra một giáo viên đại diện đứng trước để miêu tả tên một loại thực phẩm theo yêu cầu của ban tổ chức. Các bạn nhỏ trong đội phải lắng nghe, quan sát thật kỹ biểu cảm và cách miêu tả của cô để đoán đúng tên thực phẩm.





Tiếp nối chương trình là phần thi **“Chọn đúng nhóm thực phẩm”** – một trò chơi vận động hấp dẫn, kết hợp hài hòa giữa rèn luyện kỹ năng và củng cố kiến thức cho trẻ.

Ở phần thi này, mỗi đội sẽ cử ra một thành viên nhỏ tuổi nhất tham gia. Các bé sẽ lần lượt vượt qua đường ziczac để tiến lên khu vực lựa chọn thực phẩm. Nhiệm vụ của các con là chọn đúng các nhóm rau như: rau ăn củ, rau ăn lá và rau ăn quả.

Trong thời gian quy định, đội nào lựa chọn được nhiều thực phẩm đúng và chính xác nhất sẽ nhận được số điểm tương ứng với kết quả của mình.

Phần thi không chỉ mang đến không khí sôi nổi, hào hứng mà còn giúp các bé ghi nhớ kiến thức về các nhóm thực phẩm một cách tự nhiên và hiệu quả.



**\* Phần thi "Đầu bếp giỏi"**

Trong không khí rộn ràng, ấm áp của Hội thi "Dinh dưỡng trẻ thơ" năm học 2025–2026, phần thi "Đầu bếp giỏi" đã mang đến cho người xem nhiều bất ngờ thú vị và

những cảm xúc tự hào. Đây là phần thi dành cho các đội xuất sắc vượt qua vòng sơ khảo, với sự phối hợp nhịp nhàng giữa giáo viên, cô nuôi và các bé lớp 5 tuổi.

Với chủ đề “**Bữa ăn ngon – Bữa ăn yêu thương**”, phần thi trở thành sân chơi để các đội thể hiện tài năng, sự sáng tạo và tinh thần đoàn kết. Trong thời gian 30 phút, các đội đã cùng nhau vào bếp, chế biến những món ăn không chỉ hấp dẫn, bắt mắt mà còn đảm bảo đầy đủ dinh dưỡng, an toàn và phù hợp với lứa tuổi mầm non.

Từ những nguyên liệu quen thuộc, dưới bàn tay khéo léo của các cô giáo, cô nuôi và sự tham gia hào hứng của các bé, nhiều món ăn phong phú, đa dạng và đẹp mắt đã được hoàn thành. Mỗi sản phẩm không chỉ là một món ăn ngon mà còn chứa đựng tình yêu thương, sự chăm chút và trách nhiệm trong công tác chăm sóc, nuôi dưỡng trẻ tại nhà trường.





Mỗi món ăn là một tác phẩm nghệ thuật, thể hiện tâm huyết, sự sáng tạo và sự kết hợp ăn ý giữa các thành viên trong đội. Các bé cũng được tham gia rửa rau, xếp món, giúp đỡ người lớn trong khả năng của mình – từ đó hình thành tình yêu với việc ăn uống lành mạnh và ý thức tự lập.







Sau khi hoàn thành phần chế biến và trang trí món ăn, mỗi đội đã có 5 phút để thuyết trình về món ăn của mình. Đây là lúc các đội chơi thể hiện sự hiểu biết về giá trị dinh dưỡng, ý nghĩa món ăn và cách trang trí sáng tạo.



*Phần thuyết trình của Đội Mầm xanh*



*Phân thuyết trình của Đội Biệt đội dinh dưỡng*



*Phân thuyết trình của Đội Ngôi sao dinh dưỡng*

Sau những phần thi sôi nổi, hào hứng và đầy màu sắc, các đội thi của chúng ta đã thể hiện sự hiểu biết phong phú về kiến thức dinh dưỡng, sự khéo léo trong chế biến món ăn cũng như tinh thần đồng đội tuyệt vời. Ban giám khảo – với tinh thần công tâm và trách nhiệm – đã làm việc nghiêm túc để đưa ra những đánh giá chính xác, khách quan nhất.



Và giờ giây phút được mong chờ nhất đã đến, phần công bố kết quả và trao giải hội thi "Dinh dưỡng trẻ thơ" năm nay!

**Giải Nhất** thuộc về đội Biệt đội dinh dưỡng – với phần thể hiện xuất sắc cả về kiến thức và kỹ năng trình bày món ăn!



**Giải Nhì** được trao cho đội Mầm Xanh – đội thi có tinh thần đồng đội cao và ý tưởng sáng tạo trong thực đơn dinh dưỡng!



**Giải Ba** dành cho đội **Đội Ngôi Sao dinh dưỡng** – với sự nỗ lực đáng khen và phong cách thể hiện rất đáng yêu!



Xin chúc mừng các đội thi và cảm ơn tất cả các bé, các cô giáo và quý phụ huynh đã cùng góp phần tạo nên một hội thi thật ý nghĩa và ấm áp!



Hội thi khép lại trong không khí vui tươi, ấm áp và tràn đầy yêu thương. Đây không chỉ là một sân chơi bổ ích mà còn là dịp để lan tỏa những giá trị tốt đẹp về chăm sóc, nuôi dưỡng trẻ trong một môi trường giáo dục hạnh phúc.

Tại Trường Mầm non Liên Minh, mỗi ngày đến trường của các con đều là một ngày vui – nơi các con được yêu thương, được chăm sóc chu đáo và được thưởng thức những bữa ăn ngon miệng, đầy đủ chất dinh dưỡng để phát triển khỏe mạnh cả về thể chất lẫn tinh thần.

Nhà trường xin gửi lời cảm ơn chân thành tới các bậc phụ huynh, các cô giáo, cô nuôi và các con đã cùng chung tay tạo nên một hội thi thật ý nghĩa và trọn vẹn. Hẹn gặp lại trong những hoạt động tiếp theo – nơi yêu thương tiếp tục được lan tỏa và nuôi dưỡng mỗi ngày./.