**Bài Phát thanh tuần 1 tháng 10**

****

***Chủ đề: Phòng ngừa xâm hại trẻ em và Bạo lực học đường***

*(Mở nhạc hiệu phát thanh)*

**Xin chào quý thầy cô và tất cả các bạn!**

**Đây là chương trình phát thanh măng non của Liên đội trường TH Yên Đức.**

Vậy là 4 tuần học đã trôi qua, Trường chúng ta đã ổn định nề nếp học tập và tổ chức các hoạt động đầu năm học

Hôm nay, trong chương trình phát thanh măng non của Liên Đội, măng non xin được mời quý thầy cô và các bạn cùng lắng nghe nội dung Tuyên truyền về phòng ngừa xâm hại trẻ em và bạo lực học đường nhé.

Như chúng ta đã biết, trong thời gian gần đây, trên cả nước xảy ra hàng loạt vụ việc bạo lực, xâm hại trẻ em gây bức xúc dư luận và gây hoang mang cho nhiều bậc phụ huynh. Qua bài tuyên truyền, nhà trường muốn nâng cao hiểu biết và trang bị các kiến thức, kỹ năng để hướng dẫn các em học sinh chủ động phòng chống nạn xâm hại, bạo lực. Do đó, việc trang bị kỹ năng sống, kỹ năng phòng vệ cá nhân là rất cần thiết cho các em, nhất là lứa tuổi học sinh.

**Vậy, thế nào là bạo hành?**

Bạo hành: là hành động và lời nói có tính chất vũ phu, bạo ngược, thậm chí là độc ác như lăng mạ, xúc phạm, chà đạp, đánh đập, tra tấn… bất chấp pháp luật, đạo lý, làm tổn thương thể xác và tinh thần của người khác.

**Thế còn bạo lực xuất phát từ đâu?**

Các bạn ạ, đôi khi nguyên nhân chỉ bắt đầu từ những mâu thuẫn rất nhỏ trong giao tiếp hàng ngày như: Tranh chấp nhau đồ đạc, nói xấu nhau, tung ảnh của nhau trên mạng xã hội, hiểu nhầm nhau, đọc trộm tin nhắn của nhau cũng dẫn tới bạo lực...

Bên cạnh đó, nguyên nhân còn xuất phát từ những bất ổn tâm lí trong gia đình. Một đứa trẻ sống trong hoàn cảnh bố mẹ thường xuyên cãi vã, đánh chửi nhau thậm chí chúng thường xuyên bị đánh đập cũng chính là nguyên nhân dẫn tới hành vi bạo lực.

Trong thời đại cách mạng 4.0, chúng ta bị ảnh hưởng bởi những hành vi bạo lực từ mạng xã hội. Mạng xã hội vô tình đã định hướng ngôn ngữ và hành vi của bản thân chúng ta.

**Bạo lực đối với trẻ em là các hành vi sau:**

- Lăng nhục, chửi mắng, xúc phạm nhân phẩm, danh dự, hoặc gây áp lực thường xuyên về tâm lý, gây tổn thương về tinh thần, ảnh hưởng đến sự phát triển của trẻ.

- Hành hạ, ngược đãi, đánh đập hoặc có hành vi cố ý khác xâm hại đến sức khoẻ, tính mạng của trẻ em.

- Đối xử tồi tệ, bắt nhịn ăn, nhịn uống, bắt làm những việc trái đạo đức xã hội.  
- Cưỡng ép lao động quá sức, quá thời gian quy định, làm công việc nặng nhọc, nguy hiểm.

Vậy, theo các bạn? **Hậu quả của hành vi bạo lực là gì?**

- Về thể chất: Đau đớn, thương tích, ảnh hưởng xấu đến phát triển cơ thể.

- Về trí tuệ: Học hành giảm sút, chậm phát triển trí tuệ.  
- Về hành vi: Thụ động, ngại giao tiếp, rối loạn hành vi, hung hăng, cư xử bạo lực với người khác

- Về tâm lý: Mặc cảm, tự ti, mất lòng tin, thờ ơ, né tránh, gây rối nhiễu tâm lý.  
**Thưa toàn thể các bạn, sau đây măng non chúng mình xin đượ đưa ra một số biện pháp giúp các em tránh nguy cơ bị bạo lực học đường như sau:**  
- Tích cực rèn luyện kĩ năng sống, ngoan ngoãn lễ phép với ông bà, bố mẹ, với thầy cô giáo.

Chấp hành tốt nội quy trường lớp.

Tránh xa bạo lực, nói không với bạo lực.

Nếu thấy hiện tượng bạo lực phải kịp thời báo ngay cho nhà trường, thầy cô giáo hoặc cơ quan có thẩm quyền để kịp thời can thiệp và xử lí.  
Học cách kiềm chế cảm xúc.

Tích cực tham gia các hoạt động mà nhà trường tổ chức nhằm tăng tính hướng thiện.

**Hãy nhớ rằng chúng ta có quyền được bảo vệ và có quyền được giúp đỡ để được an toàn.**

**Luật Bảo vệ và chăm sóc trẻ em số 25/2004/QH11**  
**Tổng đài điện thoại quốc gia bảo vệ trẻ em: 111**

*Trên đây là một số kỹ năng giúp các em phòng chống bạo lực và xâm hại trẻ em. Măng non mong các bạn luôn dũng cảm, luyện tập trước những kỹ năng ứng biến để bình tĩnh, xử lý!*

Chương trình phát thanh măng non tuần này đến đây là hết rồi, măng non xin chào và hẹn gặp lại các bạn trong chương trình phát thanh lần sau.

**BÀI TUYÊN TRUYỀN MĂNG NON THÁNG 10/2022**

        Kính thưa quý thầy cô giáo, các em học sinh thân mến!

       Lời đầu tiên thay mặt cho toàn Liên đội, xin kính chúc các cô giáo lời chúc sức khỏe - hạnh phúc, chúc các bà các mẹ các chị và các bạn gái đón một ngày lễ thật vui vẻ.

       Kính thưa quý thầy cô giáo, các em học sinh thân mến!

**Chương trình phát thanh măng non số báo thứ 3 của tháng 10 với Chủ đề: *“Ý nghĩa và lịch sử ngày Phụ nữ Việt Nam 20/10”***

Trong buổi sinh hoạt đầu tuần hôm nay kính mời quý thầy cô và các em cùng nghe về ý nghĩa lịch sử ngày Phụ nữ Việt Nam 20/10.

Các em thân mến! Ngày 20/10 đang đến thật gần, trong buổi sinh hoạt hôm nay cô mời các em ôn lại truyền thống ra đời của ngày 20/10 đầy ý nghĩa này nhé!

“Lịch sử dân tộc Việt Nam còn mãi ghi đậm dấu ấn chói ngời của những nữ anh hùng hào kiệt không chịu khuất phục kẻ thù, không chịu kiếp sống nô lệ, đứng lên chống giặc ngoại xâm giành tự do. Dưới chế độ phong kiến và đế quốc, phụ nữ là lớp người bị áp bức, bóc lột, chịu nhiều bất công nhất nên luôn có yêu cầu được giải phóng và sẵn sàng đi theo cách mạng. Ngay từ những ngày đầu chống Pháp, phụ nữ Việt Nam đã tham gia đông đảo vào phong trào Cần Vương, Đông Kinh Nghĩa Thục, Đông Du, còn có nhiều phụ nữ nổi tiếng tham gia vào các tổ chức tiền thân của Đảng Cộng sản Việt Nam như: Hoàng Thị Ái, Thái Thị Bôi, Tôn Thị Quế ....Từ năm 1927 những tổ chức quần chúng bắt đầu hình thành và thu hút đông đảo tầng lớp phụ nữ như: Công Hội Đỏ, Nông Hội Đỏ, các nhóm tương tế, tổ học nghề và các tổ chức có tính chất riêng của giới nữ như: Năm 1927 nhóm các chị Nguyễn Thị Lưu, Nguyễn Thị Minh Lãng, Nguyễn Thị Thủy là ba chị em ở làng Phật Tích (Bắc Ninh) tham gia Thanh niên Cách mạng đồng chí Hội, các chị tuyên truyền, xây dựng tổ học nghề và học chữ. Nhóm chị Thái Thị Bôi có các chị Lê Trung Lương, Nguyễn Thị Hồng, Huỳnh Thuyên tham gia sinh hoạt ở trường nữ học Đồng Khánh. Năm 1928, nhóm chị Nguyễn Thị Minh Khai cùng Nguyễn Thị Phúc, Nguyễn Thị An tham gia sinh hoạt hội đỏ của Tân Việt. Nhóm này liên hệ với chị Xân, chị Nhuận, chị Liên thành lập tờ Phụ nữ Giải phóng ở Vinh. Ngày 3/2/1930, Đảng Cộng sản Đông Dương thành lập. Cương lĩnh đầu tiên của Đảng đã ghi:  “Nam nữ bình quyền”. Đảng sớm nhận rõ, phụ nữ là lực lượng quan trọng của cách mạng và đề ra nhiệm vụ: Đảng phải giải phóng phụ nữ, gắn liền giải phóng dân tộc, giải phóng giai cấp với giải phóng phụ nữ. Đảng đặt ra: Phụ nữ phải tham gia các đoàn thể cách mạng (công hội, nông hội) và thành lập tổ chức riêng cho phụ nữ để lôi cuốn các tầng lớp phụ nữ tham gia cách mạng.

Chính vì vậy, vào ngày 20 tháng 10 năm 1930, Hội Phụ nữ phản đế Việt Nam (nay đổi tên là Hội Phụ nữ Việt Nam) chính thức được thành lập, để đánh dấu sự kiện này, Đảng Cộng sản Việt Nam đã quyết định chọn ngày 20 tháng 10 hằng năm làm ngày truyền thống của tổ chức này, đồng thời cũng xem đây là ngày kỷ niệm và tôn vinh phụ nữ Việt Nam, lấy tên là "Ngày phụ nữ Việt Nam".

Trong đấu tranh cách mạng, phụ nữ Việt Nam không chỉ là hậu phương vững chắc cho tiền tuyến mà chính họ còn là những chiến sỹ cách mạng kiên cường bất khuất, những nữ dân quân du kích, nữ thanh niên xung phong mở đường, tải gạo, tải đạn với ý chí quật cường, chịu đựng gian khổ với tinh thần lạc quan cách mạng, họ chăm sóc thương binh, đồng đội bằng tất cả tấm lòng yêu thương. Đó chính là chị Nguyễn Thị Minh Khai, chị Võ Thị Sáu, chị Lê Thị Hồng Gấm, chị Nguyễn Thị Định, Anh hùng liệt sĩ - Bác sĩ Đặng Thùy Trâm.....Còn có biết bao người phụ nữ thầm lặng, dung dị, mộc mạc; họ cống hiến cho đất nước những người con, người chồng vô cùng yêu quý; họ đã từng mòn mỏi chờ đợi người thân trong chiến tranh, để rồi họ cũng không còn đủ nước mắt khi những người thương yêu của họ không bao giờ trở về; Họ chính là những người mẹ, người bà, người chị của chúng ta. Họ là những người mẹ Việt Nam anh hùng!

Trải qua các thời kỳ cách mạng, vị trí, vai trò của phụ nữ được Đảng và Chủ tịch Hồ Chí Minh đánh giá rất cao. Bác từng nói: “Giang sơn gấm vóc Việt Nam là do phụ nữ Việt Nam, trẻ cũng như già, ra sức dệt thêu mà thêm tốt đẹp, rực rỡ”.

Những truyền thống, bản sắc tốt đẹp đó đã được các thế hệ phụ nữ Việt Nam kế thừa và phát huy. Có thể nói, đây không chỉ là niềm tự hào của riêng phụ nữ Việt Nam mà còn là một thứ tài sản quý báu của cả dân tộc.

Các em học sinh thân mến! Nhân ngày có ý nghĩa lịch sử trọng đại này, chúng ta xin gửi đến các cô, các chị các mẹ và toàn thể các bạn nữ những lời chúc tốt đẹp nhất. Chúc các cô, các chị các mẹ luôn là chỗ dựa và niềm tin vững chắc cho chúng ta luôn vững bước trên cuộc đời. Chúc các bạn nữ luôn xứng đáng là con ngoan, trò giỏi, là những người phụ nữ thành đạt, giỏi giang trong tương lai.

Chương trình sinh hoạt đầu tuần hi vọng sẽ khắc sâu hơn trong tiềm thức của các bạn học sinh những hi sinh cao cả và những phẩm chất tốt đẹp của người phụ nữ dân tộc Việt Nam. Cảm ơn các thầy cô giáo cùng toàn thể các bạn đã chú ý lắng nghe.

Xin chào và hẹn gặp lại thầy cô và các bạn trong chương trình phát thanh măng non kỳ sau!

- Kính chúc các thầy cô giáo, các em học sinh 1 tuần làm việc và học tập thành công và nhiều niềm vui.

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 1 tháng 9** | **Ngày 8 tháng 9 năm 2022** |

**Người phát thanh:**

Xin chào các bạn! Mời các bạn đến với chương trình phát thanh măng non của liên đội trường Tiểu học Yên Đức!

Hôm nay Câu lạc bộ phát thanh măng non bắt đầu lên sóng, đồng hành cùng các bạn trong năm học mới 2022 - 2023. Thay mặt cho các bạn trong Câu lạc bộ phát thanh măng non, chúng em xin gửi tới các thầy cô giáo lời kính chúc sức khỏe, chúc các bạn luôn chăm ngoan, học giỏi.

**1.Chuyên mục bạn cần biết:**

Các bạn thân mến! Tháng 9 là tháng ATGT, các em nhớ đội khi ngồi sau xe máy đến trường nhé. Toàn trường chúng ta hãy thực hiện cho tốt, không bạn nào được vi phạm và các bạn luôn luôn nhớ rằng :

+ Khi đi xe đạp hay đi bộ phải đúng phần đường, làn đường quy định.

+ Đi bộ và sang đường đúng nơi quy định.

+ Phải đội mũ bảo hiểm khi đi xe ô tô, xe gắn máy. Nhắc nhở người thân đội mũ bảo hiểm khi ngồi trên xe máy.

Trong tuần này chúng ta sẽ được đón tết trung thu. Các bạn thân mến! Theo phong tục người Việt, Tết Trung Thu được tổ chức vào giữa mùa thu, tức là hôm rằm tháng tám âm lịch hằng năm. Tháng tám âm lịch theo truyền thuyết là đêm thu đẹp nhất trong năm vì trăng thật to tròn, sáng và đẹp. Trong dịp này người ta làm cỗ cúng gia tiên và bày bánh trái ra sân cúng mặt trăng. Nhân dịp tết này, mọi người cùng thưởng trăng và hát trống quân; trẻ em thì rước đèn, đi xem múa lân, ca hát các bài hát Trung Thu, và vui hưởng bánh kẹo cùng các thứ trái cây do cha mẹ bày ở ngoài sân trong đêm Trung Thu dưới hình thức một mâm cỗ. ở một số nơi tổ chức múa lân, múa sư tử để các em vui chơi thoả thích.

Phá cỗ trung thu còn được coi là ngày tết của trẻ em, gọi là "Tết trông Trăng". Trẻ em rất mong đợi được đón tết này vì thường được người lớn tặng đồ chơi, thường là đèn ông sao, mặt nạ, đèn kéo quân, súng phun nước... rồi bánh nướng, bánh dẻo. Tết Trung Thu cũng là ngày tết truyền thống của một số quốc gia ở Châu á như Trung Hoa, Việt Nam, Đại Hàn và Nhật Bản.

Phong tục tín ngưỡng trong Tết Trung Thu Việt Nam: Là một nước nông nghiệp nên Tết Trung Thu ở Việt Nam chứa đựng nét tín ngưỡng riêng, đó chính là tín ngưỡng trong lễ thức nông nghiệp, bao gồm cả phần lễ và phần hội. Tinh thần của Lễ thức đó, trước hết thể hiện ở ý thức của người nông dân đối với mùa vụ. Tháng Tám gieo trồng đã xong, thời tiết dịu đi, là lúc “muôn vật thảnh thơi”, người ta mở hội cầu mùa, ca hát vui chơi. Dưới ánh trăng thu, các lão nông uống trà, nhắm rượu, ngắm trăng, thưởng nguyệt, chiêm nghiệm dự đoán tiên tri. Bởi vậy mà thành ngữ dân gian ta vẫn có câu “Muốn ăn lúa tháng Năm, trông trăng rằm tháng Tám”.

Các bạn thân mến!

Tết Trung thu năm 2022 sắp đến rồi. Chúng mình sẽ cùng nhau thi đua học thật tốt, rèn thật chăm và tham gia tích cực hoạt động do nhà trường tổ chức trong tết trung thu nhé.

**2.Chuyên mục "Nhắc nhở bạn mình"**

**Thực hiện các biện pháp phòng chống covid-19**

- Rửa tay thường xuyên bằng dung dịch rửa tay có cồn hoặc với xà phòng và nước.

- Nếu bạn bị sốt, ho và khó thở, hãy đi khám

- Bảo đảm chế độ ăn uống cân bằng, ngủ đủ giấc và thực hiện các biện pháp phòng ngừa bệnh cúm thông thường

- Tránh sờ vào mắt, mũi và miệng

-Các bạn thân mến tết trung thu đang đến gần, các bạn hãy chú ý thực hiện tốt luật giao thông và đảm bảo an toàn thực phẩm để đảm bảo sức khoẻ.

Các bạn thân mến! Chương trình phát thanh măng non của Liên Đội ta đến đây là hết rồi. Xin hẹn gặp lại các bạn trong chương trình phát thanh lần sau nhé. Thân ái chào các bạn !

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 2 tháng 9** | **Ngày 15 tháng 9 năm 2022** |

**Người phát thanh:**

Xin chào các bạn! Mời các bạn đến với chương trình phát thanh măng non của liên đội trường Tiểu học Yên Đức!

Hôm nay Câu lạc bộ phát thanh măng non bắt đầu lên sóng, đồng hành cùng các bạn trong năm học mới 2022 - 2023. Thay mặt cho các bạn trong Câu lạc bộ phát thanh măng non, chúng em xin gửi tới các thầy cô giáo lời kính chúc sức khỏe, chúc các bạn luôn chăm ngoan, học giỏi.

**1-Chuyên mục:"Bạn cần biết"**

Các bạn ơi! Các bạn có biết tháng 9 là tháng chủ đề gì không? Đó là tháng với chủ đề "An toàn giao thông".

**1-Chuyên mục:"Bạn cần biết"**

**Tiếp tục thực hiện các biện pháp phòng chống covid-19**

- Rửa tay thường xuyên bằng dung dịch rửa tay có cồn hoặc với xà phòng và nước.

- Nếu bạn bị sốt, ho và khó thở, hãy đi khám sớm và kể cho nhân viên y tế biết chi tiết trước đó bạn đã đi những đâu.

- Bảo đảm chế độ ăn uống cân bằng, ngủ đủ giấc và thực hiện các biện pháp phòng ngừa bệnh cúm thông thường

- Tránh sờ vào mắt, mũi và miệng

Các bạn thân mến tết trung thu đang đến gần, các bạn hãy cùng nghe để có kiến thức về an toàn vệ sinh thực phẩm.

2**.Chuyên mục"Từ nhà đến trường**"

Các bạn ơi! Các bạn có biết tháng 9 là tháng chủ đề gì không? Đó là tháng với chủ đề "An toàn giao thông".

Các bạn thân mến! Tháng 9 là tháng ATGT vừa rồi các em học sinh lớp 1 đã được tặng mũ bảo hiểm, các em nhớ đội khi ngồi sau xe máy đến trường nhé. Toàn trường chúng ta hãy thực hiện cho tốt, không bạn nào được vi phạm và các bạn luôn luôn nhớ rằng :

+ Khi đi xe đạp hay đi bộ phải đúng phần đường, làn đường quy định.

+ Đi bộ và sang đường đúng nơi quy định.

+ Phải đội mũ bảo hiểm khi đi xe ô tô , xe gắn máy. Nhắc nhở người thân đội mũ bảo hiểm khi ngồi trên xe máy.

**3-Chuyên mục "Nhắc nhở bạn mình"**

Các bạn thân mến! Trong thời gian vừa qua chung ta đã được nghe nhiều nhưng thông tin tuyên truyền về “Chống rác thải nhựa” trên các phương tiện thông tin.. và các bạn cũng thấy sự nghiêm trọng của việc ô nhiễm môi trường. Theo thông kê Việt Nam xếp thứ 17 trong 109 quốc gia có độ ô nhiễm rác thải nhựa lớn nhất thế giới, ngoài ra Việt Nam còn là 1 trong 5 quốc gia có lượng chất thải nhựa đẩy ra đại dương nhiều nhất.

Từ thực trạng trên tôi kêu gọi tất cả các bạn hãy hình thành thói quen mang bình nước cá nhân ( bằng thủy tinh hay giữ nhiệt) thay cho việc sử dung chai nước nhựa, hộp nhựa 1 lần... Các bạn hãy bọc sách vở bằng giấy báo, giấy gói quà. Có thể thay hộp but nhựa bằng túi vải. Dậy sớm ăn sáng tại nhà, nếu mua đồ ăn ngoài hàng thì tránh dùng hộp xốp, túi bóng, mà mang hộp của mình đi đựng đồ ăn. Phân loại rác thải tái chế, tránh thải ra môi trường. Tích cực sử dụng các vật dụng thân thiện vơi môi trường.

Mỗi chúng ta chỉ cần thay đổi những hành vi nhỏ, thói quen thông thường liên quan đến đồ nhựa 1 lần là đã góp phần thay đổi cuộc sống, bảo vệ hành tinh xanh của chúng ta rối đấy.

Các bạn thân mến! Chương trình phát thanh măng non của Liên Đội ta đến đây là hết rồi. Xin hẹn gặp lại các bạn trong chương trình phát thanh lần sau nhé. Thân ái chào các bạn !

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 3 tháng 9** | **Ngày 22 tháng 9 năm 2022**  **Người phát thanh:Nguyễn Hoàng Bích Ngọc** |

Xin chào các bạn! Mời các bạn đến với chương trình phát thanh măng non của Liên đội trường Tiểu học Yên Đức!

Các bạn thân mến! Chương trình phát thanh măng non của Liên Đội chúng mình có những tin bài sau:

1-**Chuyên mục "Bạn cần biết"**

- Các bạn ạ! Năm học 2022-2023 đã bước sang tuần thứ 3 rồi. Các lớp đã đi vào nề nếp tự quản tốt giờ ôn bài, giờ TD-MHTT. Các lớp đã triển khai đội hình nhanh và tập tương đối đều. Bên cạnh đó còn 1 số lớp chưa tốt, các bạn hãy cố gắng lên nhé .

- Các bạn ạ! Để có sức khỏe tốt chúng ta phải chú ý giữ vệ sinh cá nhân, vệ sinh trường lớp.

- Các bạn a! Sang tháng 10 Liên đội sẽ tổ chức Đại hội liên đội các lớp sẽ cử đại biểu tham dự và chuẩn bị tốt các nội dung được phân công.

2**-Chuyên mục"Từ nhà đến trường"**

Các bạn ơi! Tháng 9 này là tháng ATGT.

**AN TOÀN GIAO THÔNG**

**VẤN ĐỀ KHÔNG CỦA RIÊNG AI**

**Tai nạn giao thông là vấn đề nhức nhối của toàn xã hội, an toàn giao thông là mục tiêu chung của mọi người. Đặc biệt với những em học sinh, tương lai của đất nước, điều đó càng quan trọng hơn bao giờ hết.** Trong kế hoạch từng tháng, nhà trường sẽ thực hiện tuyên truyền đến chungs ta những vấn đề khác nhau. Với bài viết này, tôi mời các bạn nghe bài tuyên truyền An toàn giao thông.

Đã từ lâu, an toàn giao thông luôn là vấn đề nhức nhối của toàn xã hội. Những năm gần đây, số tai nạn giao thông xảy ra ở nước ta ngày càng nhiều. Số người chết vì tai nạn giao thông theo từng giờ, từng ngày đã lên đến mức báo động.

Vậy chúng ta, nhất là những người trẻ, có suy nghĩ và hành động như thế nào để góp phần làm giảm thiểu tai nạn giao thông?

Trước hết, ta cần hiểu tai nạn giao thông là như thế nào? Khi tham gia giao thông trên đường, bất ngờ ta bị tai nạn do nguyên nhân chủ quan hoặc khách quan. Nhẹ thì chỉ thiệt hại về tài sản, nặng thì để lại thương tật suốt đời hoặc thậm chí là mất cả tính mạng, để lại biết bao đau thương, tiếc nuối cho những người thân. Từ khi con người sáng chế ra những phuơng tiện để di chuyển thì cũng đồng nghĩa với việc xuất hiện tai nạn giao thông, dù là ở nhiều hình thức khác nhau. Vì đâu mà tai nạn giao thông lại xảy ra một cách quá phổ biến? Có nhiều lý do để giải thích, như đã nói ở trên là do khách quan và chủ quan mà nguyên nhân chủ quan lại chiếm đa số.

Nguyên nhân đầu tiên là do sự thiếu hiểu biết. Số đông dân chúng còn có quan niệm rằng tai nạn nói chung và tai nạn giao thông nói riêng là do số mệnh con người quyết định. Họ không thấy rằng phần lớn tai nạn giao thông là có thể phòng tránh được. Thứ hai là có hiểu biết về luật giao thông nhưng do ý thức kém nên đã không chấp hành: uống rượu bia vượt quá nồng độ cho phép khi lái xe, không đội mũ bảo hiểm ở phần đường bắt buộc phải đội mũ bảo hiểm, chở trên ba người phóng nhanh vượt ẩu… Đây cũng là nguyên nhân phổ biến nhất, làm đau đầu các nhà quản lí. Một phần nữa vì không có biện pháp kiểm soát, bắt nóng ngay khi phạm luật nên mọi người cứ vô tư phạm luật khi không thấy có cảnh sát giao thông. Xét về nguyên nhân khách quan, cơ sở hạ tầng của rất nhiều tuyến đường kém chất lượng đã gây ra nhiều hậu quả nghiêm trọng cho người tham gia giao thông.

Tất cả những nguyên nhân gây ra tai nạn đều bắt nguồn từ ý thức của người dân. Nếu như họ biết quý bản thân mình, biết tuân thủ luật lệ giao thông, biết nghĩ đến sự an toàn cho người lưu thông thì sẽ chẳng có những điều thương tâm và đáng tiếc. Hồi chuông cảnh báo luôn rung lên, nhắc nhở mọi người hãy biết chấp hành giao thông, vì sự an toàn của bản thân và xã hội. Để góp phần giảm thiểu tai nạn giao thông thì mọi người đều phải chấp hành nghiêm luật giao thông, đi đúng tốc độ, đúng phần đường, không điều khiển xe khi đã uống rượu bia, đi trên đường không nên ganh đua với người khác…

Riêng về phần học sinh chúng ta, ngay bây giờ, khi còn ngồi trên ghế nhà trường, hãy tích cực tham gia các hoạt động thiết thực do Liên đội và nhà trường tổ chức để tuyên truyền luật giao thông cho mọi người và gia đình, chấp hành nghiêm luật giao thông, đội mũ bảo hiểm khi đi trên xe gắn máy, xe đạp điện, đặc biệt là sau khi các em đã kí cam kết thực hiện an toàn giao thông. Không phải thực hiện theo cách đối phó mà hãy thực hiện vì chính sự an toàn của bản thân mình. Ở trường ta, đa số các bạn học sinh thực hiện tốt luật an toàn giao thông đường bộ, tuy nhiên còn một số bộ phận không nhỏ các bạn học còn chưa thực hiện tốt, thiếu ý thức, thiếu văn hóa giao thông như khi tan học còn tụ tập trước khu vực cổng trường gây ùn tắc giao thông, không đội mũ bảo hiểm khi ngồi trên xe máy, đội mũ không cài quai, đi dàn hàng ngang trên đường.

Chúng ta hãy cùng nhau chấp hành luật giao thông thật tốt, góp một phần nhỏ nào đó làm giảm thiểu tai nạn giao thông, đem lại an toàn cho chính bản thân và những người xung quanh.

Tóm lại, tai nạn giao thông là một vấn đề bức bách cần giải quyết. Vấn đề này cần sự ý thức trách nhiệm và hành động cụ thể của từng cá nhân trong xã hội này. Hy vọng là một ngày gần đây, tình trạng tai nạn giao thông sẽ giảm thiểu tối đa, đem lại nhiều niềm vui cho những ai tham gia giao thông.

Và thông điệp tôi muốn gửi tới các bạn sau bài viết này là “Bạn và tôi hãy cùng nhau thực hiện tốt luật an toàn giao thông như chúng ta đã cam kết”

3**-Chuyên mục "Nhắc nhở bạn mình** "

Các bạn thân mến ! Chúng ta là những đội viên, những nhi đồng của Đội TNTP Hồ Chí Minh thì phải luôn luôn chấp hành mọi nội quy của lớp cũng như của Đội ,trường.

Các bạn ạ! Chúng ta phải giúp đỡ các bạn học yếu, trung bình yếu để bạn đó dần dần có kiến thức cơ bản các bạn có nhất trí không?

Các bạn thân mến! Chương trình phát thanh măng non của Liên Đội trường Tiểu học Yên Đức đến đây là hết rồi. Xin hẹn lại các bạn trong chương trình lần sau nhé. Thân ái chào các bạn !

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 4 tháng 9** | **Ngày 29 tháng 9 năm 2022** |

**Người phát thanh:** Phạm Ngọc Hân

1. Chuyên mục bạn cần biết

**\*Chuyện những tấm biển biết nói :**

Những chiếc ôtô đang lao nhanh vun vút trên đưởng , nhưng kìa chúng bỗng phanh gấp lại hoặc đi chậm chậm một cách “ hiền từ ” , Vì sao vậy ? “ phép màu ” , nào đã khiến những chiiếc xe đang chạy “ hung hăng ” kia thay đổi tốc độ bất ngờ như thế : Xin mách cùng các bạn “ phép màu ” chính là các cột đèn hiệu và bảng báo hiệu giao thông trên đường phố .

Mặc dù chúng chẳng biết nói nhưng cứ nhìn thấy chúng là các chú lái xe phải “ Răm rắp nghe lời ” . Người lớn gọi đó là “ Luật giao thông ” đấy các bạn ạ ! Mỗi lần đi ngang ngã tư đường phố , nhìn thấy đèn giao thông “ Xanh – Vàng – Đỏ ” , các bạn nhớ thực hiện “ Luật giao thông ” cho đúng nhé !

\* Đèn xanh : cho phép bạn và mọi phương tiện giao thông đi qua đường .

\* Đèn vàng : Báo hiệu mọi người sự thay đổi của đèn để chuẩn bị .

\* Đèn đỏ : Cấm mọi người và phương tiện giao thông không được vượt qua .

* **Ngày quốc tế người cao tuổi 1/10/1991**

Ý thức được tầm quan trọng của người cao tuổi, năm 1982 lần đầu tiên Liên Hiệp Quốc đã tiến hành Đại hội thế giới về tuổi già tại Áo, hơn 3.000 đại biểu của hầu hết các nước trên thế giới tham dự. Đại biểu của Việt Nam là giáo sư Phạm Khuê, viện trưởng viện lão khoa Việt Nam. Hội nghị đã thông qua chương trình hoạt động quốc tế về tuổi già và khuyến nghị chính phủ và nhân dân các nước quan tâm giải quyết từng bước những vấn đề về người cao tuổi căn cứ vào hoàn cảnh cụ thể của nước mình, tập trung vào 6 lĩnh vực:

\* Sức khoẻ và ăn uống

\* Nhà ở và môi trường.

\* Gia đình.

\* Dịch vụ và bảo trợ xã hội.

\* Việc làm.

\* Nâng cao sự hiểu biết của người cao tuổi.

Đến năm 1990, tức 8 năm sau Đại hội thế giới ở Áo, để tập trung sự chú ý của thế giới về vấn đề người cao tuổi, đại hội đồng Liên Hiệp Quốc quyết định lấy ngày 1/10 hàng năm làm ngày quốc tế người cao tuổi, bắt đầu từ 1/10/1991.

**\*Các bạn thân mến! tháng này kỷ niệm Ngày toàn dân phòng cháy, chữa cháy (4/10/1961 - 4/10/2022).**

**Công tác phòng cháy chữa cháy (PCCC) đóng vai trò vô cùng quan trọng trong đời sống xã hội. Thực hiện tốt công tác PCCC là đã bảo vệ được tính mạng, tài sản, giữ được bình yên, hạnh phúc cho mọi gia đình và xã hội. Trong cuộc sống, nhiều lúc chỉ cần một phút lơ là, bất cẩn là có thể để xảy ra cháy.**

Vì vậy, để đảm bảo an toàn PCCC là việc phải được làm thường xuyên, liên tục, đồng đều, rộng khắp nơi. Để mọi người có những hành động thiết thực ngăn chặn tai nạn cháy, nổ có thể xảy ra, giảm thiểu đến mức thấp nhất số vụ cháy và thiệt hại về tính mạng và tài sản cho mọi người, mọi gia đình và các cơ sở. Chúng ta cần thực hiện các biện pháp để đảm bảo an toàn phòng cháy chữa cháy như sau:

1. Kiểm tra nơi để đồ dùng, hàng hóa và các vật liệu khác có khả năng cháy được, nơi để các loại hàng hóa và đồ dùng dễ cháy phải cách xa nơi đun nấu và các nguồn nhiệt khác.

2. Kiểm tra hệ thống điện, khắc phục các hỏng hóc có nguy cơ dẫn đến chạm chập mạch điện. Các dây dẫn vỏ cách điện bị lão hóa, rạn nứt phải được thay thế; các thiết bị điện lắp đặt trong nhà phải đảm bảo an toàn.

3. Thường xuyên kiểm tra hệ thống bếp gas, thay mới các ống dẫn gas đã bị rạn nứt, hư hỏng.

4. Kiểm tra an toàn phòng cháy chữa cháy tại nơi thờ cúng, khoảng cách từ ngọn hương đèn phải cách trần tối thiểu là 0,5m; khi thắp hương, đèn phải có người trông coi.

5. Thực hiện việc bảo quản, sắp xếp đồ dùng trong gia đình ngăn nắp, đúng quy định, không lấn chiếm lối thoát nạn. Không dự trữ xăng, dầu, cồn trong nhà khi không cần thiết.

6. Có thể tự trang bị bình chữa cháy gia đình và biết cách sử dụng, đảm bảo chữa cháy tốt, hiệu quả khi xảy ra sự cố.

**7.** Khi nghỉ làm việc phải tắt các nguồn điện, nguồn nhiệt đồng thời kiểm tra các yếu tố khác có thể phát sinh nguồn nhiệt tại khu vực do mình đảm nhiệm.

**8.** Tắt tất cả các thiết bị tiêu thụ điện khi không sử dụng. Thường xuyên kiểm tra, thay thế đường dây dẫn điện đã cũ, hỏng; lắp đặt các thiết bị bảo vệ như cầu chì, dơ le, attomat … cho từng khu vực.

9. Khi có sự cố cháy, nổ xảy ra phải bình tĩnh xử lý, tìm lối thoát nạn an toàn, đồng thời báo cho mọi người xung quanh để kịp thời ra khỏi khu vực nguy hiểm. Trong khi di chuyển cần cúi thấp người (có thể bò khom), đặc biệt chú ý khi có trẻ em thoát nạn, cần sử dụng khăn, vải nhúng ướt bịt mũi hoặc trùm chăn ướt lên người trẻ nhỏ trong quá trình di chuyển thoát nạn để hạn chế khói khí độc xâm nhập vào đường hô hấp và bị bỏng do lửa gây ra;

10. Báo cháy cho lực lượng Cảnh sát PC&CC theo số điện thoại 114, đồng thời  sử dụng trang thiết bị, phương tiện chữa cháy tại chỗ để chữa cháy ngay tại thời điểm ban đầu.

Thường xuyên tự kiểm tra công tác phòng cháy chữa cháy, phát hiện và khắc phục ngay những sơ hở, thiếu sót về phòng cháy và chữa cháy tại cơ sở để hạn chế thấp nhất số vụ cháy và thiệt hại do cháy gây ra, góp phần đảm bảo an ninh trật tự, bảo vệ cuộc sống bình yên và hạnh phúc cho mọi người.

2**-Chuyên mục "Nhắc nhở bạn mình** "

Các bạn thân mến ! Chúng ta là những đội viên, những nhi đồng của Đội TNTP Hồ Chí Minh thì phải luôn luôn chấp hành mọi nội quy của lớp cũng như của Đội ,trường.

Tích cực phòng chống dịch covid, các bệnh cúm mùa, đảm bảo vệ sinh cá nhân vệ sinh trường lớp, để có sức khoẻ học tập tốt.

Các bạn thân mến! Chương trình phát thanh măng non của Liên Đội trường Tiểu học Yên Đức đến đây là hết rồi. Xin hẹn lại các bạn trong chương trình lần sau nhé. Thân ái chào các bạn !

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 4 tháng 10** | **Ngày 28 tháng 10 năm 2022** |

**Người phát thanh:** **Nguyễn Bích Ngọc**

**Nguyễn Thu Hương**

Xin chào các bạn! Mời các bạn đến với chương trình phát thanh măng non của liên đội trường Tiểu Học Yên Đức!

Các bạn thân mến! Chương trình phát thanh măng non của Liên Đội chúng mình có những tin bài sau:

**1-Chuyên mục "Bạn cần biết"**

Các bạn thân mến! Tệ nạn ma tuý đã gây ra rất nhiều vấn đề nhức nhối đối với xã hội, chúng mình đã có những hiểu biết gì về vấn nạn này? Hôm nay măng non và các bạn cùng tìm hiểu nhé.

Ma tuý là từ chỉ các chất gây nghiện, có nguồn gốc tự nhiên hay tổng hợp, khi đưa vào cơ thể dưới bất kỳ hình thức nào (uống, hút, hít, tiêm chích …) sẽ gây ức chế hoặc kích thích mạnh hệ thần kinh, làm giảm đau, gây ảo giác dẫn tới thay đổi một hoặc nhiều chức năng cơ thể ( về sinh lý và tâm lý) , làm cho người sử dụng nó có ham muốn không kiềm chế được, phải gia tăng liều luợng để thoả mãn các cơn thèm khát ngày càng tăng, từ đó sức khỏe ngày càng suy kiệt, nhân cách suy thoái, tiền bạc khánh kiệt …

**Các loại ma tuý :** Ma túy có hai loại chính là ma túy có nguồn gốc từ thực vật và ma túy được tổng hợp từ các loại hoá chất.

- Ma túy thực vật được chế biến ra từ các cây tự nhiên như :

+ Từ nhựa cây thuốc phiện.

+ Từ lá, hoa, quả  cây cần sa (còn gọi là bồ đà, cây gai dầu).

+ Từ lá cây coca, chế ra chất Cathinon, có nhiều ở Châu Phi

-         Các loại ma tuý tổng hợp từ hóa chất độc hại thuốc nhóm Amphetamin, Methamphetamin, các chất ma tuý hướng thần độc hai hơn thuốc phiện 500 lần.

-         Các chất ma tuý thường là thuốc phiện, cần sa, heroin, cocain, moocphin, seduxen ….

**Sử dụng ma túy có thể dẫn ngay đến nghiện ma túy**

Có một số loại ma tuý nếu dùng đúng liều lượng, đúng lúc, đúng bệnh chúng sẽ có chức năng chữa bệnh chẳng hạn seduxen gây ngủ, dolargan có tác dụng giảm đau …Tuy nhiên, nếu dùng với mục đích tiêu khiển, tự ý tăng liều lượng, tăng thời gian sử dụng, không theo chỉ dẫn của bác sĩ sẽ dẫn đến nghiện. Vì trong cơ thể con người, bình thường tuyến yên vẫn tiết ra một lượng endoorphin có tác dụng giảm đau khi cơ thể đau đớn. khi đưa ma tuý vào cơ thể, ma túy sẽ thay thế dần endoorphin. Tuyến yên ngày càng tiết ít endoorphin, do vậy người nghiện phải tăng liều sử dụng ma tuý để bù lượng endoorphin bị giảm, nếu không cơ thể sẽ bị đau đớn khi vận động hoặc va chạm … tình trạng này kéo dài sẽ dẫn đến nghiện ma túy. Khi đã nghiện ma túy thì tuyến yên không tiết chất endoorphin nữa nên cơ thể cứ phải lệ thuộc vào  ma tuý với liều dùng ngày càng cao hơn.

**Khi ma tuý tác động vào sự sống của con người thì cực kỳ nguy hiểm, các chất ma tuý tác dụng trực tiếp đến tế bào thần kinh trung ương. Đầu tiên là ức chế vỏ não, sau đến hành tuỷ cuối cùng là tuỷ sống.** Các chất ma tuý làm đảo lộn sự hưng phấn của trung tâm hô hấp, giảm tiết dịch tiêu hoá. Nghiện nặng có thể dẫn đến lao phổi, suy tim, suy thận, rối loạn tâm thần và hàng loạt các loại bệnh tật khác .

Tệ nạn nghiện ma túy làm gia tăng số người bị nhiễm HIV/AIDS. Theo thống kê trong số những người bị nghiện HIV thì có gần 70% là do nghiện hút ma tuý. Vì vậy, ma tuý là cầu nối làm gia tăng căn bệnh thế kỷ HIV/AIDS.

    Tệ nạn nghiện ma túy ảnh hưởng đến an ninh quốc gia, trật tự an toàn xã hội. Để có tiền sử dụng ma túy hàng vạn người nghiện đã phạm tội trộm cắp, cướp của, giết người, buôn bán ma túy... Qua thống kê được biết 70% số vụ phạm tội hàng năm là do người nghiện ma tuý gây ra hoặc có liên quan đến ma túy. Trong số những người bị bắt hàng năm vì phạm tội, có từ 30 đến 50% số người phạm tội về ma tuý, năm 2001, số người phạm tội về ma túy chiếm trên 70% số người phạm tội. Tội phạm và ma tuý gắn bó chặt chẽ và là mảnh đất tốt để tham nhũng, cờ bạc, nghiện rượu, mại dâm... phát triển.

           Khi cơn nghiện đã đến người nghiện không còn là người nữa, họ sẵn sàng làm tất cả mọi thứ để thoả mãn cơn nghiện. Ma túy làm cho con người ta không còn điểm dừng trong hành động, tội trộm cắp cướp giật và nhiều tội ác man rợ khác đã xảy ra.

Tệ nạn nghiện ma túy còn làm gia tăng tai nạn giao thông, trong đó có nhiều vụ do người nghiện ma túy không làm chủ được tốc độ gây ra.

Tệ nạn nghiện ma túy lan rộng trong thế hệ trẻ, tác động xấu về đạo đức, lối sống, sức khoẻ, tri thức của hàng vạn thanh thiếu niên, ảnh hưởng trực tiếp đến lực lượng lao động của xã hội, đến tương lai tiền đồ của dân tộc.

Theo kết quả điều tra xã hội học cho thấy 80% số người nghiện ma tuý trả lời: sẵn sàng làm tất cả mọi việc kể cả phạm tội để có tiền thoả mãn nhu cầu ma tuý. Do đó, ma tuý là tác nhân gây mất trật tự an toàn xã hội, phá hoại hạnh phúc gia đình và làm xuống cấp thuần phong mỹ tục. Tóm lại, tệ nạn nghiện ma túy ảnh hưởng xấu đến nhiều mặt của đời sống xã hội, đến hạnh phúc của mỗi gia đình, sức khoẻ và tính mạng của con người. Ma tuý còn làm biến chất một số cán bộ cơ quan nhà nước vì vậy cuộc chiến chống ma tuý còn diễn ra hết sức quyết liệt .

H·y tuyªn truyÒn cho mäi ngư­êi xung quanh vÒ t¸c h¹i cña ma tuý, tè gi¸c kÞp thêi c¸c lo¹i téi ph¹m ma tuý vµ nhí “Kh«ng thö dï chØ mét lÇn”,c¸c b¹n nhÐ!

2**-Chuyên mục"Từ nhà đến trường"**

Các bạn ơi! Khi chúng ta tham gia giao thông nhớ đừng đi sai phần đường của mình. Khi rẽ phải, rẽ trái phải nhìn trước nhìn sau rồi vẫy tay xin đường nhé. Không được đi hàng 2, hàng 3, nô đùa trên đường.Các bạn có biết trên cả nước có bao nhiêu vụ tai nạn giao thông không? Cũng chỉ vì mọi người tham gia giao thông không tuân theo luật ATGT đấy các bạn ạ. Chính vì thế mà mỗi người chúng ta phải có ý thức tuân theo luật ATGT các bạn nhé.

3**-Chuyên mục "Nhắc nhở bạn mình** "

Các bạn ạ ! Các bạn hãy chú ý thực hiện tốt công tác vệ sinh, vệ sinh chung không vứt rác ra sân trường, lớp học. Đặc biệt là vệ sinh cá nhân, tắm rửa thường xuyên, giữ quần áo sạch sẽ, rửa tay trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh. Bây giờ thời tiết đang chuyển mùa, các bạn hãy chú ý mặc quần áo phù hợp, đảm bảo sức khỏe để học tập. Tiếp tục thực hiện tốt việc phòng chống dịch covid-19. Các bệnh cúm.

Các bạn thân mến ! Chương trình phát thanh măng non của Liên Đội trường Tiểu học Yên Đức đến đây là hết rồi. Xin hẹn lại các bạn trong chương trình lần sau nhé. Thân ái chào các bạn !

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 1 tháng 11** | **Ngày 4 tháng 11 năm 2022** |

**Người phát thanh:** **Phạm Ngọc Hân**

**Nguyễn Thu Hương**

Xin chào các bạn!

Đây là buổi phát thanh tuyên truyền măng non của Liên đội Trường Tiểu học Yên Đức.

Xin Kính mời các thầy cô cùng toàn thể các bạn học sinh đón nghe bản tin hôm nay.

1. **Chuyên mục bạn cần biết**

Trong tháng 11 này, chúng ta kỉ niệm ngày lễ lớn Ngày Nhà giáo Việt Nam 20/ 11. Vậy các bạn có biết lịch sử của ngày này không? Chắc hẳn chúng ta ai cũng muốn biết, phải vậy không bạn nhỉ? Trong buổi phát thanh hôm nay chúng ta cùng nghe đôi nét về ngày nhà giáo ở Việt Nam và một số nước tiêu biểu trên thế giới nhé?

Năm 1957, Hội nghị Liên hợp Quốc tế các Công đoàn Giáo dục họp tại Vác - xa - va ( thủ đô Ba Lan) từ ngày 26 tháng 08 với 57 nước tham gia trong đó có Việt Nam. Hội nghị quyết định lấy ngày 20 tháng 11 hàng năm là ngày quốc tế hiến chương các nhà giáo. Thực hiện quyết định đó, ngày 20 tháng 11 năm 1958 Quốc tế Hiến chương các nhà giáo được tổ chức tại miền Bắc nước ta và tiếp tục được tổ chức tại miền Nam, các vùng gải phóng và vùng tạm chiếm. Theo nguyện vọng của giáo giới Việt Nam, Bộ giáo dục và Công đoàn ngành giáo dục đề nghị chính phủ ban hành quyết định số 106/HĐ – BT lấy ngày 20 tháng 11 hàng năm là ngày nhà giáo Việt Nam.

Cũng như những người dân Việt Nam, nhiều dân tộc trên thế giới rất coi trọng việc học hành và kính trọng những người làm nghề dạy học. Họ cũng có những ngày kỉ niệm riêng dành cho thầy cô.

Tại Mĩ, Ngày Nhà giáo quốc gia là một ngày lễ không chính thức được tổ chức vào thứ Ba tuần đủ bảy ngày đầu tiên của tháng 5 hàng năm. Chủ đề của ngày kỉ niệm do Hiệp hội Phụ huynh và Giáo viên quốc gia của nước này đưa ra. Chủ đề của năm nay là: “ Cám ơn thầy cô đã khiến các trường Công lập trở nên tuyệt vời”.

Ở Cộng hoà Séc, Ngày Giáo viên cũng là một ngày lễ không chính thức, được tổ chức vào ngày 28 – 03 hàng năm. Đó cũng là ngày sinh của Đan - cô - men - xơ - ki, một nhà giáo và cũng là nhà lãnh đạo tôn giáo nổi tiếng của Cộng hoà Séc. Vào ngày này các bạn nhỏ thường mang hoa đến tặng các thầy cô giáo của mình và những thầy cô có thành tích được tặng thưởng nhân dịp này.

Tai Ấn Độ, Tiến sĩ Sa - ve - pa - li Rát - ha - rit - sơ - nan là một học giả, một nhà ngoại giao nổi tiếng, là một vị tổng thống thứ hai của Ấn Độ và ông cũng là một nhà giáo đáng kính trọng. Để tỏ lòng tôn kính người thầy vĩ đại ấy, ngày 05 tháng 09 được lấy là ngày Nhà giáo của Ấn Độ. Theo truyền thống, vào ngày này các sinh viên hoặc học sinh lớp lớn sẽ nhận nhiệm vụ giảng dạy để các thầy cô được nghỉ ngơi và cũng là để cho mọi người hiểu rõ công việc của thầy cô hơn.

Ở Hàn Quốc, ngày 15 tháng 05 dược coi là ngày Nhà giáo. Vào ngày này, các bạn học sinh thường mang tặng thầy cô giáo mình những món quà kèm theo một bông hoa cẩm chướng. Và ngày đó thầy cô sẽ có một ngày học ngắn hơn bình thường.

Các bạn ạ!

Tri thức - tri thức, tâm hồn - tâm hồn, thế hệ - thế hệ. Thầy cô là cái gạch nối ấy. Thầy cô đã giúp cho chúng ta biết yêu Tổ quốc, yêu dân tộc, yêu con người, yêu nghề, yêu quý hành tinh, vũ trụ này. Thầy cô là những viên ngọc quí giữa đời, dạy cho ta biết sống tốt lành. Thầy cô là những chuyến đò, những "con tằm nhả chữ"! Những chuyến đò, những "con tằm nhả chữ" ấy cần mẫn gieo chữ cho đời, vun đắp cho sự nghiệp trồng người.

Dù làm gì, dù ở đâu trên hành tinh xanh này, ở mỗi người Việt chúng ta, dù trẻ hay già hãy thể hiện tình yêu nhớ về thầy cô, những người đã vượt qua biết bao khốn khó để giúp ta vươn lên trong cuộc sống. Ta hãy gửi một bông hồng và những lời chúc, lời thăm hỏi chân thành dâng lên thầy cô. Ta hãy ùa chạy về, như ngày xưa, mỗi dịp 20/ 11, để được thầy cô ôm trong vòng tay ấm áp, vòng tay ấy giờ chắc đã run nhiều.

Chúng ta phải biết kính trọng, lễ phép với thầy cô, phải học tập tốt, để xứng đáng với công lao dìu dắt và dạy bảo của các thầy các cô các bạn nhé!

1. **Chuyên mục nhắc ngở bạn mình**

Các bạn ạ! Hiện nay dịch bệnh covid 19 ở nước ta đã được khống chế, nhưng chúng ta không được phép chủ quan, mà phải luôn nâng cao tinh thần phòng chống dịch, thực hiện nghiêm túc vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường.

Bên cạnh đó dịch bệnh: chân –tay – miệng cũng đang bùng phát ở một số địa phương. Chúng ta cần có kiến thức để phòng tránh, sau đây mời các bạn lắng nghe cách phòng bệnh:

**Bệnh tay- chân- miệng ở trẻ em, cách phòng và điều trị**

Bệnh tay, chân và miệng là một hội chứng bệnh ở người do virus đường ruột gây ra. Bệnh thường được đặc trưng bởi sốt, đau họng và nổi ban có bọng nước. Đây là bệnh thường gặp ở trẻ em dưới 3 tuổi, hiếm gặp hơn ở nhóm trẻ dưới 6 tháng và trên 5 tuổi. Bệnh xảy ra quanh năm nhưng tập trung nhiều vào tháng 2 - 4 và tháng 9 - 12.   
 Đây là một bệnh dễ lây lan từ người sang người do tiếp xúc với các dịch tiết mũi họng, nước bọt, chất dịch từ các bọng nước hoặc phân của người bệnh. Giai đoạn lây lan mạnh nhất là tuần đầu tiên bị bệnh. Thời kỳ ủ bệnh thường từ 3 đến 7 ngày. Sốt thường là triệu chứng đầu tiên của bệnh. Đầu tiên virus thường cư trú ở niêm mạc má hay niêm mạc hồi tràng và sau 24 giờ, virus lan đến các hạch bạch huyết vùng. Vào ngày thứ 7 sau khi nhiễm bệnh, kháng thể trung hòa tăng cao và virus bị thải loại. Mọi người đều có thể nhiễm virus nhưng không phải tất cả những người nhiễm virus đều biểu hiện bệnh. Nhiễm bệnh có thể tạo nên kháng thể đặc hiệu chống virus gây bệnh tuy nhiên bệnh vẫn có thể tái diễn do một chủng virus khác gây nên.  
  
• **Biểu hiện lâm sàng và biến chứng.**  
  
Biểu hiện lâm sàng chủ yếu của bệnh tay - chân - miệng là tổn thương da, niêm mạc dưới dạng nốt phỏng nước trên da và loét niêm mạc miệng.  
Bệnh có thể gây nhiều biến chứng nguy hiểm như viêm não, viêm màng não, viêm cơ tim, viêm phổi… Để đề phòng các biến chứng nguy hiểm này, cha mẹ và gia đình cần theo dõi sát trẻ, phát hiện sớm các biểu hiện diễn biến xấu như: sốt cao, thở bất thường, kích thích hoặc li bì, bỏ bú, nôn trớ, co giật…  
Nếu không được phát hiện và xử trí kịp thời thì nguy cơ tử vong sẽ rất cao và nhanh chóng xảy ra, nhất là trong bệnh cảnh trụy mạch và phù phổi cấp.  
  
• **Điều trị**  
  
Đây là bệnh do virut gây ra nên không có thuốc điều trị đặc hiệu.   
Các biện pháp điều trị nhằm giải quyết các triệu chứng và biến chứng của bệnh.  
- Hạ nhiệt: Khi trẻ sốt cao từ 38,50C trở lên cần cho trẻ dùng ngay thuốc hạ nhiệt acetaminophen (paracetamol).  
- Bổ sung đủ nước: Cho trẻ uống dung dịch điện giải (oresol; hydrit).  
- Khi trẻ có sốt và loét miệng cần bổ sung vitamin C, kẽm…  
- Điều trị loét miệng họng: Dùng dung dịch glycerin borat lau sạch miệng trước và sau ăn. Gel rơ miệng (kamistad; zyttee…) có tác dụng sát khuẩn và giảm đau giúp trẻ ăn uống dễ dàng hơn.  
- Khi có triệu chứng não – màng não: cần dùng thuốc chống co giật: phenobarbital. Chuyển lên tuyến trên điều trị chuyên sâu.  
 **• Phòng ngừa**  
  
Hiện tại vẫn chưa có vaccine phòng bệnh chân tay miệng. Trong vùng dịch, biện pháp hữu hiệu nhất để khống chế dịch là phòng lây lan bệnh sang người lành. Các biện pháp phòng ngừa là:  
- Hạn chế tiếp xúc với bệnh nhân nếu không thực sự cần thiết.  
-Sau khi chăm sóc bệnh nhân, cần rửa tay kỹ với xà phòng.  
- Không được chọc vỡ các mụn nước bọng nước trên da bệnh nhân.  
- Giặt các đồ dùng của bệnh nhân và lau phòng ở của bệnh nhân bằng các dung dịch sát khuẩn.  
- Cần theo dõi chặt chẽ những trẻ có biểu hiện sốt trong vùng dịch.  
- Cho trẻ nghỉ học cho đến khi khỏi bệnh.

Các bạn hãy chú ý phòng bệnh để đảm bảo sức khỏe học tập.

Buổi phát thanh măng non hôm nay đến đây là hết.

Xin kính chào tạm biệt và hẹn gặp lại.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | **Bài Phát thanh tuần 2 tháng 11** | **Ngày 11 tháng 11 năm 2022** |   **Người phát thanh:** **Phạm Ngọc Hân**  **Nguyễn Thu Hương** |  |

Xin chào các bạn!

Đây là buổi phát thanh tuyên truyền măng non của Liên đội Trường Tiểu học Yên Đức.

Xin Kính mời các thầy cô cùng toàn thể các bạn học sinh đón nghe bản tin hôm nay.

**1.Chuyên mục bạn cần biết**

Trong tháng 11 này, chúng ta kỉ niệm ngày lễ lớn Ngày Nhà giáo Việt Nam 20/ 11. Buổi phát thanh tuần trước các bạn đã được tìm hiểu ý nghĩa và lịch sử ra đời ngày nhà giáo Việt Nam 20/11. Chúng ta cùng tích cực thi đua đạt nhiều thành tích chào mừng ngày lễ của các thầy cô nhé. Các lớp đang hăng say tập luyện các tiết mục văn nghệ tham gia dự thi, chúc các bạn đạt giải cao trong hội thi.

Trong tháng này có ngày **9/11 là ngày pháp luật nước CHXHCN** Việt Nam, chúng ta đã tổ chức ngoại khoá tuyên truyền trong tháng 10. Việc thực hiện theo pháp luật phải thường xuyên và tuyệt đối tuân thủ theo hiến pháp và pháp luật.

Trong tháng này có Ngày truyền thống công nhân vùng mỏ - Truyền thống ngành than 12/11, mời các bạn cùng tìm hiểu:

Cuộc Tổng bãi công của hơn 3 vạn Thợ Mỏ Tháng 11/1936 giành thắng lợi vẻ vang đã trở thành một trong những Sự kiện lịch sử tiêu biểu nhất của phong trào cách mạng Việt Nam nói chung, của giai cấp công nhân Việt Nam nói riêng trong thời kỳ đấu tranh đòi quyền dân sinh dân chủ do Đảng ta lãnh đạo (1936 - 1939). Tầm vóc, ý nghĩa và ảnh hưởng của thắng lợi từ Cuộc Tổng bãi công này là rất to lớn và sâu sắc, đặc biệt là trong công tác giáo dục truyền thống, nhất là với thế hệ trẻ Vùng Mỏ. Tuy nhiên để Ngày 12/11/1936 trở thành “Ngày Miền Mỏ bất khuất” suốt nhiều chục năm, xin giới thiệu đến các đ/c và các bạn một “Sự kiện” đã diễn ra cách đây đúng 50 năm nói về Ngày 12/11. Đó là, Ngày 06/11/1961 Ban Thường vụ Khu ủy Hồng Quảng đã ra Nghị quyết số 31 về việc “Tổ chức kỷ niệm Ngày 12/11, ngày đấu tranh của giai cấp công nhân Vùng mỏ”. Nghị quyết ghi rõ “Cách đây 25 năm, ngày 12/11/1936, giai cấp công nhân Khu Mỏ đã nhất tề quật khởi, anh dũng đấu tranh chống chế độ bóc lột hà khắc của bọn chủ mỏ. Cuộc đấu tranh này đã nổ ra từ Cẩm Phả, Hồng Gai đến Mông Dương, Uông Bí, Mạo Khê v.v... đã gây ảnh hưởng rộng lớn đối với trong và ngoài nước và giành được thắng lợi to lớn. Bọn chủ mỏ đã phải nhượng bộ. Đây là một trong những cuộc đấu tranh vĩ đại nhất của giai cấp công nhân Khu Mỏ dưới sự lãnh đạo của Đảng, nó đã ghi thêm một trang sử oanh liệt trong lịch sử đấu tranh của GCCN Việt Nam. Vì vậy Ban Thường vụ Khu ủy đã quyết định: Từ năm 1961 trở đi, toàn Khu Mỏ sẽ lấy ngày 12/11 hàng năm để tổ chức kỷ niệm cuộc đấu tranh anh dũng năm 1936, coi ngày đó là Ngày Hội lớn của giai cấp công nhân và nhân dân Khu Mỏ.

Từ năm 1994, khi Tổng Công ty Than VN (TVN) ra đời, tiếp đến là Tập đoàn Công nghiệp Than - KS Việt Nam (TKV) rồi Than khoáng sản VN (Vinacomin) như hiện nay, để phù hợp với giai đoạn CM mới, Tỉnh ủy QN, Bộ Công nghiệp rồi Bộ Công thương và Tập đoàn TKV đã thống nhất lấy Ngày 12/11 hàng năm là Ngày truyền thống Công nhân Vùng Mỏ - Truyền thống Ngành Than. Hơn 10 năm qua, Ngày Truyền thống CN Vùng Mỏ - Truyền thống Ngành Than không còn bó hẹp ở không gian của tỉnh Quảng Ninh nữa mà đã lan tỏa và in đậm dấu ấn với nhân dân, đội ngũ công nhân viên chức lao động, tổ chức Công đoàn hàng chục tỉnh, TP trong cả nước, nhất là tại các địa phương có cơ sở của Tập đoàn Than – khoáng sản và đông đảo con em đang làm ăn sinh sống tại QN. Ca khúc “Tình ca Người Thợ Mỏ” của Nhạc sỹ Hoàng Vân đã trở thành “Tỉnh ca -  Thương hiệu” của Quảng Ninh được hàng triệu người dân cả nước biết đến và yêu mến.

**2.Chuyên mục nhắc nhở bạn mình.**

**Kỹ năng phòng, chống tai nạn thương tích:**

**Tai nạn thương tích (TNTT) rất dễ xảy ra ở lứa tuổi thanh thiếu niên, vì các bạn thường hiếu động, thích tò mò, nghịch ngợm và chưa có kiến thức, kỹ năng phòng, tránh. Theo thống kê, những năm qua một số nguy cơ tai nạn thương tích như ngã, bỏng, tai nạn giao thông… có chiều hướng gia tăng trong những kỳ nghỉ hè. Tai nạn thương tích là nguyên nhân hàng đầu dẫn đến tử vong và gây ra những biến chứng trầm trọng ở trẻ cả về sức khỏe và về tình thần. Chính vì vậy, việc đảm bảo an toàn phòng chống tai nạn thương tích là nhiệm vụ vô cùng quan trọng trong việc chăm sóc giáo dục trẻ.**

Để phòng tránh **tai nạn thương tích**. Biết thận trọng khi chơi với những đồ vật có thể gây nguy hiểm như: cây, gậy, dao, kéo, súng đồ chơi…; biết cách phòng tránh và xử lý khi bị ngã, chảy máu: học cách xử lý khi bị thương nhẹ, cách sơ cứu khi bị chảy máu, biết cách tìm sự trợ giúp khi xảy ra các tình huống tai nạn; phòng tránh và xử lý khi bị gãy tay, chân, cách tìm kiếm sự giúp đỡ khi ở nhà một mình, khi đi chơi, khi ở trường học…; phòng tránh và xử lý khi bị bỏng…​

Để hạn chế nguy cơ bị tai nạn thương tích, sau đây là một số biện pháp phòng tránh:

*Phòng ngừa đánh nhau:* Các bạn không được xô đẩy, đánh nhau, phải đoàn kết; không mang đến trường các vật sắc nhọn nguy hiểm như dao, kiếm, súng cao su và các hung khí;

*Phòng ngừa tai nạn giao thông:* Các bạn không chạy ra ngoài cổng chơi; thực hiện tốt luật an toàn giao thông; tuyên truyền phụ huynh không đi xe máy trong sân trường.

*Phòng ngừa bỏng, nhiễm độc:* Tránh xa bảng điện, bàn là, đồ đun nấu; không chơi một mình ở các nơi có thể xảy ra tai nạn; tránh xa thuốc và hóa chất, không tự uống thuốc.

*Phòng ngã:* không chơi gần những nơi không an toàn; không leo trèo, không xô đẩy nhau.

*Phòng ngừa đuối nước:* Chúng ta cần rèn luyện thể lực và biết bơi theo quy định; khi đi bơi phải tuân thủ quy tắc an toàn; không ra gần ao hồ, sông suối một mình… Phải mặc áo phao bảo hộ; giếng, bể nước phải có nắp đậy an toàn.

*Phòng ngừa điện giật:* Không chơi đùa gần nguồn điện, ổ điện. Không tự ý sử dụng các thiết bị điện khi không có người lớn giám sát.

Các bạn chú ý thực hiện tốt những biện pháp phòng chống để phòng tránh tai nạn thương tích nhé!

Buổi phát thanh măng non hôm nay đến đây là hết.

Xin kính chào tạm biệt và hẹn gặp lại.

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 3 tháng 11** | **Ngày 18 tháng 11 năm 2022**  **Người phát thanh:** **Phạm Ngọc Hân**  **Nguyễn Thị Hương** |

Xin chào các bạn!

Đây là buổi phát thanh tuyên truyền măng non của Liên đội Trường Tiểu học Yên Đức.

Xin Kính mời các thầy cô cùng toàn thể các bạn học sinh đón nghe bản tin hôm nay.

Các bạn thân mến! chúng ta đã được tìm hiểu về ngày 20/11, ngày lễ của các thầy cô, trong đợt thi đua cao điểm này chúng ta hãy dâng lên thầy cô những bông hoa điểm tốt để thể hiện lòng biết ơn và thể hiện truyền thống “Tôn sư trọng đạo”.

**Các bạn ạ!**

**“Tôn sư trọng đạo” là truyền thống đạo lý mang đậm giá trị nhân văn của dân tộc Việt Nam. Truyền thống này đã được ông cha ta tạo dựng, bồi đắp từ ngàn xưa cho đến nay. Trải qua thời gian, dù xã hội có phát triển và đổi thay thì truyền thống ấy vẫn là một nét đẹp trong văn hóa Việt Nam.**

**Trọng người thầy đi liền với coi trọng sự học**

Trong xã hội xưa, thầy giáo được coi là biểu tượng thiêng liêng cho sự học, là “khuôn vàng thước ngọc” của đạo đức, nhân cách để học trò học, noi theo thầy mà trở thành người có đức, có nhân, có tài để đứng ra giúp nước. Trong ba vị trí đặc biệt quan trọng của xã hội xưa “Quân - Sư - Phụ” thì người thầy chỉ đứng sau vua, người được xã hội, nhân dân đặc biệt coi trọng và tôn vinh, là người mà nhân dân gửi gắm niềm tin để giúp con em họ học hành mà thành tài. Có nhiều câu tục ngữ, ca dao xưa mang ý nghĩa răn dạy con người về vai trò của người thầy: *“Không thầy đố mày làm nên”, “Cơm cha, áo mẹ, chữ thầy”, “Trọng thầy mới được làm thầy”...*

Ngày xưa, không phải gia đình nào cũng có điều kiện để cho con em đi học và cũng không có sẵn trường lớp như bây giờ. Vì thế, gia đình nào có điều kiện thường mời thầy đến nhà để dạy cho hai, ba đứa con mình, giúp con em đọc được chữ, học vỡ nghĩa sách thánh hiền để làm cơ sở học cao hơn rồi thi thố, đỗ đạt mong được ra làm quan giúp dân, giúp nước. Cũng có người thầy từ bỏ chốn quan trường để về quê mở lớp dạy học cho con nhà nghèo và không ít học trò nghèo đã nghe lời thầy, hiếu học mà đỗ đạt thành danh. Vì thế, ngày xưa, chỉ có thầy mới thực sự là người có thể dạy chữ cho con em nhân dân, giúp cho con em họ thành người có ích cho xã hội. Từ bao đời nay, nhân dân ta vẫn truyền nhau câu ca: *“Muốn sang thì bắc cầu Kiều/Muốn con hay chữ thì yêu lấy thầy*”. Cái nghĩa “Yêu thầy” ở đây cần hiểu đó là trọng thầy, trọng sự học chứ không phải mang cho thầy vàng bạc hay những giá trị vật chất gì.

Trong xã hội xưa, cái nghĩa “Tôn sư trọng đạo” được gắn với khuôn phép, nhân cách, đạo đức. Vì thế, thầy phải ra thầy, trò phải ra trò chứ không thể có bất cứ một yếu tố nào chi phối giá trị này. Muốn được học trò tôn kính, thầy phải giữ đúng chữ “đạo thầy”, thầy phải là biểu tượng của nhân cách cao đẹp, đạo đức chuẩn mực và tài trí hơn người. Có nghĩa là, thầy phải xứng là “*khuôn vàng thước ngọc”.* Còn nếu không có được những điều trên, thầy sẽ bị xã hội khinh rẻ, bị học trò coi thường. Về phía học trò, cũng phải giữ đúng “đạo học trò”, biết nghe lời thầy, biết chăm chỉ học tập và biết ứng xử cho phải đạo. Nếu phạm lỗi phải biết kính cẩn xin lỗi và sửa chữa lỗi lầm.

Chính vì vậy, trò vi phạm, nhất là phạm lỗi đạo đức, thầy trách phạt, thậm chí dùng roi đánh vào tay, vào lưng, thậm chí từ chối sự giáo dục để học trò nhận ra lỗi lầm của mình nhưng trò và gia đình không hề kêu ca, không hề trách mắng thầy vì họ đều nhận thức được rằng, có như vậy, bản thân mới nên người, mới cố gắng học hành để thành đạt. Khi gặp thầy, trò phải thực hiện những nghi lễ chào hỏi một cách cung kính. Nếu không làm hoặc làm sai có nghĩa là không giữ đúng đạo làm trò.

**Không gì thay được nhân cách người thầy**

Trong xã hội ngày nay, người thầy vẫn có một vị trí đặc biệt quan trọng trong xã hội. Mặc dù khoa học kỹ thuật phát triển, nhiều yếu tố hiện đại, tiện ích có thể tham gia vào quá trình giáo dục con người nhưng có lẽ không gì có thể thay thế được vị trí của người thầy. Bởi lẽ, dù là xã hội có phát triển như thế nào đi nữa, người thầy vẫn luôn là biểu tượng cho nhân cách, chuẩn mực đạo đức và là người truyền vào tâm hồn học trò những điều tốt đẹp, gieo mầm thiện để nhân lên những điều thiện trong tâm căn mỗi học trò. Dù các phương tiện trong quá trình giáo dục có hiện đại, tối tân đến đâu cũng chỉ là phương tiện mang tính hỗ trợ cho bài giảng của thầy còn vai trò quan trọng vẫn là người thầy trên bục giảng, là phấn trắng, bảng đen. Thầy là người truyền lửa ham học cho học trò, khơi lên trong các em những ước mơ, hoài bão để thổi bùng lên những khát vọng cao đẹp trong tương lai. Thầy là người định hướng tri thức để học trò khám phá, tìm tòi tri thức.

Vì thế, truyền thống “Tôn sư trọng đạo” trong xã hội ngày nay không khác xưa là mấy, vẫn còn nguyên giá trị về sự kính trọng người thầy, coi trọng sự học và những lời dạy của cha ông xưa vẫn không hề cũ đối với các thế hệ học trò. Tuy nhiên, cái nghĩa “Tôn sư trọng đạo” ngày nay có phần thay đổi so với xưa kia. Ở xã hội ngày nay, khoảng cách giữa thầy và trò không cách xa như trước. Thầy và trò gần gũi, thân thiện hơn. Mối quan hệ giữa thầy và trò không còn bị chi phối bởi những giáo lý nghiêm ngặt như trong xã hội xưa mà có phần được giảm nhẹ, giản hóa những quy định về lễ nghĩa. Vì thế, học trò ngày nay thể hiện sự kính trọng thầy bằng nhiều cách khác nhau chứ không bó hẹp như xưa.

Có thể nói, “Tôn sư trọng đạo” dù ở ngày xưa hay hôm nay và mãi mãi mai sau vẫn luôn là một nét đẹp không gì có thể thay thế được của dân tộc Việt Nam. Dù ở đâu, thời nào, người thầy vẫn giữ vai trò quan trọng trong sự phát triển của xã hội. Nói như Nhà giáo Chu Văn An, người thầy đạo cao đức trọng, là biểu tượng thiêng liêng về đạo học và hình ảnh người thầy của dân tộc Việt Nam: “*Ta chưa từng thấy nước nào coi nhẹ sự học mà khá lên được*”./

Điều này cho thấy, nghề giáo là nghề rất cao quý và luôn được xã hội kính trọng.  Xã hội dù có phát triển đến đâu thì vị trí, vai trò của người thầy giáo, cô giáo trong lòng mỗi con người vẫn được khẳng định với sự kính yêu và tôn trọng. Thầy, cô giáo là những người đã truyền đạt các kiến thức, những kinh nghiệm sống cho con người từ khi chập chững bước vào đời cho đến khi họ trưởng thành...

Với mỗi chúng ta, thời gian đi học là khoảng thời gian đẹp nhất, với nhiều kỷ niệm đáng nhớ, đáng trân trọng. Trong ký ức đó, bạn bè, trường lớp và thầy cô là hình ảnh không bao giờ phai, và khi nhắc lại hẳn ai cũng bồi hồi. Không phải ngẫu nhiên mà giáo dục đào tạo là quốc sách hàng đầu và ngày 20/11 hàng năm đã trở thành ngày hội lớn của toàn dân để tôn vinh người thầy và nghề dạy học cao quý. Dù xã hội có nhiều biến đổi, phát triển hơn thì truyền thống tôn sự trọng, nhớ ơn thầy cô luôn có trong mỗi con người.

Trong những ngày này, mỗi học sinh chúng ta hãy trân trọng kính dâng lên các thầy cô những đóa hoa thành tích tươi thắm cùng lời chúc sức khỏe, hạnh phúc, chúc các thầy cô luôn hoàn thành tốt công tác, mãi mãi thương yêu và dìu dắt học sinh trên bước đường trưởng thành.

Mở bài hát “ Những bông hoa, những bài ca”

**2.Bạn cần biết**

Các bạn thân mến! Hiện nay dịch sốt xuất huyết vẫn đang diễn ra ở nhiều địa phương, chúng ta cùng tìm hiểu để biết cách phòng tránh nhé.

## Định nghĩa sốt xuất huyết

Vật chủ trung gian lây truyền virus - nguyên nhân gây bệnh [sốt xuất huyết](https://medlatec.vn/tin-tuc/dau-hieu-sot-xuat-huyet-nguyen-nhan-va-cach-dieu-tri-s195-n18731) - là loài muỗi vằn. Chúng sinh sôi phát triển nhiều ở những nơi ẩm thấp, tù đọng và cây cối um tùm. Bệnh này có khả năng lây truyền từ người bệnh sang người lành do bị muỗi đốt nên Tổ chức Y tế thế giới WHO đã luôn đề cao cảnh báo cần phải [phòng chống sốt xuất huyết](https://medlatec.vn/tin-tuc/nguyen-nhan-va-cach-phong-chong-sot-xuat-huyet-s195-n18691) thường xuyên.

## Tại sao phải phòng chống sốt xuất huyết?

## - Ai cũng có thể bị mắc và tử vong vì sốt xuất huyết.

## -Trẻ em từ 4 - 7 tuổi là đối tượng dễ mắc bệnh này nhiều nhất.

## -Vì là bệnh mang tính truyền nhiễm nên sốt xuất huyết có khả năng bùng phát thành đại dịch.

## Các con đường lây nhiễm:

### - Do muỗi đốt

Virus được muỗi vằn cưu mang sau khi đốt người bệnh mang virus và sau đó đốt người khoẻ mạnh không mang bệnh. Lúc này virus sẽ thông qua vòi muỗi đi vào cơ thể người.

### -Sốt xuất huyết có thể bị lây qua đường máu, dùng chung bơm kim tiêm không được khử trùng sạch sẽ

## Các cách phòng chống sốt xuất huyết:

## -Thường xuyên dọn dẹp, cọ rửa và đậy kín những dụng cụ là nơi ở ưa thích của loài muỗi như: chum, vại, bể nước, xô, chậu, đồ vật có thể đọng nước khi để ngoài trời như lốp xe, dụng cụ nông nghiệp,...

## -Nuôi cá trong các bể chứa nước để diệt loăng quăng, bọ gậy. Phát quang bụi cây rậm rạp, dọn sạch những vũng nước, ao hồ tù đọng, những nơi chứa rác để hạn chế tối đa khu vực sinh sống của muỗi.

## -Ngoài ra phải tự bảo vệ bản thân trước sự tấn công của muỗi vằn bằng cách mắc màn khi đi ngủ, sử dụng kem chống muỗi dạng xịt/bôi lên da để đuổi muỗi,...

## -Khi có biểu hiện sốt cần đến ngay các cơ sở y tế để được xét nghiệm và chẩn đoán bệnh. Tuyệt đối không được tự ý điều trị tại nhà khi không có chỉ dẫn của bác sĩ chuyên khoa.

Buổi phát thanh măng non hôm nay đến đây là hết.

Xin kính chào tạm biệt và hẹn gặp lại.

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 4 tháng 11** | **Ngày 25 tháng 11 năm 2022**  **Người phát thanh:** **Phạm Ngọc Hân**  **Nguyễn Thu Hương** |

Xin chào các bạn!

Đây là buổi phát thanh tuyên truyền măng non của Liên đội Trường Tiểu học Yên Đức.

Xin Kính mời các thầy cô cùng toàn thể các bạn học sinh đón nghe bản tin hôm nay.

**1.Bạn cần biết**

Các bạn thân mến! Hiện nay thời tiết đang giao mùa, các bạn chú ý trang phục phù hợp, và giữ vệ sinh để có sức khoẻ tốt. Sau đây mời các bạn lắng nghe bài tuyên truyền để xem mình đã vệ sinh đúng cách chưa và đã sử dụng thực phẩm an toàn chưa nhé.

**BÀI TUYÊN TRUYỀN**

**VỆ SINH CÁ NHÂN VÀ VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM**

**I/Vệ sinh cá nhân:**

**1/Vệ sinh thân thể**

Bên ngoài cơ thể bao gồm các bộ phận như: da, lông, tóc, móng và các giác quan. Việc giữ vệ sinh thân thể và các giác quan không chỉ giúp về mặt thẩm mỹ, mà còn nhằm bảo vệ và nâng cao sức khỏe, phòng ngừa được các bệnh tật.

**Đối với việc vệ sinh da:**  Cần thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước sạch hàng ngày, nhất là trước khi rửa mặt, chế biến thức ăn, cầm đồ ăn; sau khi đi đại tiểu tiện, làm vệ sinh cho em bé, sau khi đi học, đi chơi về, chơi với con vật hoặc đồ chơi trong nhà…

Phải rửa mặt để giữ cho mặt lúc nào cũng được sạch sẽ. Rửa khi mặt bị bẩn, mới ngủ dậy, sau bữa ăn, lúc đi học, đi chơi về.

Hằng ngày, nhất là về mùa hè phải tắm gội thường xuyên bằng nước sạch để cho da, tóc luôn sạch sẽ, không bị các bệnh ngoài da như: ghẻ, lở, hắc lào, nấm, chấy rận… Khi tắm không nên dùng đá nhám kỳ cọ da vì có thể sẽ gây xây xát da. Không tắm ở ao hồ hoặc bể bơi không bảo đảm tiêu chuẩn vệ sinh. Mùa đông nên tắm gội bằng nước nóng ấm. Mùa hè không nên tắm lâu vào các buổi trưa, không nên tắm ngay khi cơ thể đang ra nhiều mồ hôi do lao động, tập thể dục… Cần phải tắm nơi kín gió, tốt nhất nên tắm trong nhà tắm hợp vệ sinh.

Tạo thói quen thường xuyên mang giày, dép khi đi học, đi chơi, kể cả khi ở nhà để bảo vệ da bàn chân và tránh được các bệnh giun chỉ.

**Vệ sinh mắt**: Cần rửa mắt, rửa mặt bằng nước sạch. Mỗi người nên có khăn mặt riêng và nên giặt sạch bằng xà phòng, phơi khô nơi có ánh nắng hoặc có gió.  Chơi những trò chơi có ích, không gây tai nạn cho mắt, không nghịch bẩn, không để bụi, khói bay vào mắt. Lớp học, góc học tập ở nhà phải đủ ánh sáng, bàn ghế ngồi học phải phù hợp với tầm vóc học sinh. Ngồi học đúng tư thế, không xem ti vi, chơi điện tử quá nhiều để tránh hại mắt. Kịp thời chữa trị khi bị mắc các bệnh về mắt.

**Đối với tai:** Nên rửa sạch vành tai, mặt sau tai, ống tai bằng khăn mềm mỗi ngày. Không chơi các trò chơi nguy hiểm như đấm vào tai, quát to vào lỗ tai hoặc cho những hạt ngô, hạt đậu… vào tai. Tránh tiếng ồn, tiếng động mạnh, âm thanh có cường độ lớn vì có thể gây rách màng nhĩ dẫn đến điếc. Không dùng vật cứng, sắc nhọn để chọc vào tai vì có thể gây ra xây xát, chảy máu, nhiễm khuẩn. Khi tắm gội, bơi lội, nước vào tai thì dùng bông sạch để lau hoặc kéo vành tai lên trên, nghiêng đầu, day nhẹ nắp tai cho nước chảy ra. Khi có vật lạ như kiến, đỉa chui vào tai hoặc có hiện tượng bất thường như ù tai, chóng mặt, nghe kém, đau nhức trong tai hãy đến bác sĩ chuyên khoa tai mũi họng để lấy vật lạ ra và tìm ra bệnh để chữa sớm.

**Vệ sinh mũi họng:** Luôn lau rửa sạch sẽ hai lỗ mũi bằng khăn sạch, ướt, không dùng các vật cứng nhọn nhét vào lỗ mũi. Tập thói quen thở bằng mũi, không thở bằng miệng, giữ ấm niêm mạc họng, nhất là về mùa đông. Đeo khẩu trang để tránh bụi khi quét dọn. Không hút thuốc hoặc uống rượu vì sẽ gây hỏng niêm mạc họng. Khi bị viêm mũi họng phải đi khám và điều trị.

**Vệ sinh răng miệng:** Tạo thói quen đánh răng vào buổi sáng khi ngủ dậy và buổi tối trước khi đi ngủ. Nếu có điều kiện nên đánh răng sau mỗi bữa ăn. Không ăn thức ăn nóng cùng với đồ uống lạnh. Không nhai những vật cứng. Không ăn ngọt vào buổi tối. Để phát hiện và điều trị các bệnh về răng cần  đi khám định kỳ 2 lần trong năm.

**2/Về giấc ngủ**

Giấc ngủ là một dạng nghỉ ngơi cơ bản không gì có thể thay thế được, thiếu ngủ có hại cho cơ thể hơn cả thiếu ăn. Vì vậy, cần ngủ đủ giờ, đối với thanh thiếu niên thời gian ngủ khoảng 9-10 giờ/ngày. Không nên đi ngủ ngay sau khi thực hiện công việc trí óc hoặc tay chân căng thẳng. Cần tạo thói quen đi ngủ đúng giờ để ngủ đủ giấc. Không nên ăn tối quá gần thời gian ngủ, nên ăn những thức ăn dễ tiêu. Tắm rửa bằng nước ấm rất có lợi cho giấc ngủ.

**3/Vệ sinh trang phục**

Trang phục không chỉ để làm đẹp cho con người mà chủ yếu là để bảo vệ cơ thể khỏi bị các tác động xấu của môi trường và các tổn thương cơ học, giữ cho cơ thể sạch sẽ. Vì vậy, phải biết giữ trang phục sạch sẽ. Mặc trang phục phải phù hợp với thời tiết, lứa tuổi, giới tính. Thay quần áo lót sạch sẽ hằng ngày, không mặc quần áo lót chật, cứng vì vừa mất vệ sinh vừa gây cảm giác khó chịu; Lựa chọn mũ nón phù hợp với thời tiết để tránh nắng và tránh gió; giày dép nên lựa chọn vừa chân, nhẹ phù hợp với hoạt động thể dục thể thao và lao động, vui chơi.

**II/Vệ sinh an toàn thực phẩm:**

Bảo đảm chất lượng vệ sinh an toàn thực phẩm giữ vị trí quan trọng trong sự nghiệp bảo vệ sức khỏe nhân dân, góp phần giảm tỷ lệ mắc bệnh, duy trì và phát triển nòi giống, tăng cường sức lao động, học tập, thúc đẩy sự tăng trưởng kinh tế, văn hóa xã hội và thể hiện nếp sống văn minh. Mặc dù cho đến nay đã có khá nhiều tiến bộ về khoa học kỹ thuật trong công tác bảo vệ và an toàn vệ sinh thực phẩm, cũng như biện pháp về quản lý giáo dục như ban hành luật, điều lệ và thanh tra giám sát vệ sinh an toàn thực phẩm, nhưng các bệnh do kém chất lượng về vệ sinh thực phẩm và thức ăn vẫn chiếm tỷ lệ khá cao.

2**-Chuyên mục"Từ nhà đến trường"**

Các bạn ơi! Khi chúng ta tham gia giao thông nhớ đừng đi sai phần đường của mình. Khi rẽ phải, rẽ trái phải nhìn trước nhìn sau rồi vẫy tay xin đường nhé. Không được đi hàng 2, hàng 3, nô đùa trên đường.Các bạn có biết trên cả nước có bao nhiêu vụ tai nạn giao thông không? Cũng chỉ vì mọi người tham gia giao thông không tuân theo luật ATGT đấy các bạn ạ. Chính vì thế mà mỗi người chúng ta phải có ý thức tuân theo luật ATGT các bạn nhé.

3**-Chuyên mục "Nhắc nhở bạn mình** "

Các bạn ạ ! Các bạn hãy chú ý thực hiện tốt công tác vệ sinh, vệ sinh chung không vứt rác ra sân trường, lớp học. Đặc biệt là vệ sinh cá nhân, tắm rửa thường xuyên, giữ quần áo sạch sẽ, rửa tay trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh. Tiếp tục thực hiện tốt việc phòng chống dịch covid-19 trong tình hình mới và các bệnh dịch khác.

Các bạn thân mến ! Chương trình phát thanh măng non của Liên Đội trường Tiểu học Yên Đức đến đây là hết rồi. Xin hẹn lại các bạn trong chương trình lần sau nhé. Thân ái chào các bạn !

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 1 tháng 12** | **Ngày 2 tháng 12 năm 2022** |

**Người phát thanh:** **Nguyễn Hoàng Bích Ngọc**

**Nguyễn Thu Hương**

Đội tuyên truyền măng non Trường Tiểu học Yên Đức xin kính chào các thầy cô và các bạn đội viên nhi đồng thân mến!

Xin kính mời các thầy cô và các bạn cùng nghe buổi phát thanh măng non hôm nay với nội dung: Tháng 12 sôi nổi, học tập và rèn luyện theo tấm gương anh bộ đội Cụ Hồ.

**Tháng 12 là tháng hành động quốc gia phòng chống HIV/AIDS. Sau đây mời các bạn nghe tuyên truyền về nguyên nhân, triệu chứng và cách phòng chống HIV**

**Bài tuyên truyền về công tác phòng, chống HIV/AIDS**

Hiện nay, HIV/AIDS là một đại dịch nguy hiểm, là mối hiểm họa đối với tính mạng, sức khỏe con người và tương lai nòi giống con người Việt Nam. Đại dịch HIV/AIDS còn tác động trực tiếp đến sự phát triển kinh tế, văn hóa, trật tự, an toàn xã hội và đe dọa sự phát triển bền vững của đất nước.

     Hiện nay, vẫn chưa có một loại thuốc nào có thể chữa khỏi bệnh HIV/AIDS, vì vậy, biết cách tự phòng cho mình và cho cộng động cũng như tuyên truyền cho mọi người cùng hiểu biết được coi như là một vắc xin để phòng ngừa HIV/AIDS một cách hiệu quả.

**I. HIV/AIDS là gì?**

HIV là một chữ viết tắt của “loại vi rút gây suy giảm miễn dịch ở người”.

AIDS là chữ viết tắt của “hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải” ở người AIDS là giai đoạn cuối của quá trình nhiễm HIV. Trong giai đoạn này hệ thống miễn dịch của cơ thể bị suy yếu nên người bệnh dễ mắc các bệnh như: nhiễm khuẩn, ung thư...

**II. Triệu chứng**

Có 04 giai đoạn nhiễm HIV:

**1. Giai đoạn sơ nhiễm (còn gọi là thời kỳ cửa sổ)**

 Thời gian kéo dài từ 2 đến 6 tháng, cơ thể hoàn toàn bình thường. Xét nghiệm HIV cho kết quả âm tính (vì thế trong giai đoạn này dễ lây bệnh cho người khác nếu quan hệ tình dục không an toàn).

**2. Giai đoạn nhiễm HIV không triệu chứng**

Thời gian từ 5 đến 7 năm cơ thể vẫn khỏe mạnh bình thường. Xét nghiệm (+) dương tính.

3. Giai đoạn cận AIDS

Vẫn không có biểu hiện đặc trưng, xét nghiệm (+) dương tính.

**4. Giai đoạn AIDS**

Biểu hiện các triệu chứng sau:

- Gầy sút (giảm trên 10% trọng lượng cơ thể).

- Sốt, tiêu chảy, ho kéo dài trên 1 tháng.

- Xuất hiện nhiều bệnh như: ưng thư, viêm phổi, lao, viêm da, lở loét toàn thân.

- Người bệnh nhanh chống tử vong tùy theo điều kiện chăm sóc và điều trị. HIV/AIDS không phải là bệnh xã hội, mà là một căn bệnh thật sự không phải chỉ những người “xấu”, người dính vào tệ nạn XH mới nhiễm HIV, mà tất cả mọi người đều có thể nhiễm HIV, nếu không thực hiện các hành vi an toàn.

**III. Các con đường lây truyền HIV/AIDS**

**1. Tình dục**: Virus HIV có rất nhiều trong chất dịch sinh dục của người bị nhiễm. Do vậy, virus HIV có thể xâm nhập vào máu bạn tình qua cơ quan sinh dục. Việc sinh hoạt tình dục dù có giao hợp hay chỉ tiếp xúc cơ quan sinh dục đều có khả năng lây nhiễm.

**2. Đường máu**

HIV có rất nhiều trong máu người nhiễm. Do vậy việc dùng chung bơm kim tiêm, dụng cụ y tế không qua tiệt trùng với người nhiễm HIV, truyền máu của người nhiễm HIV đều làm cho bạn bị lây nhiễm HIV.

Riêng về ma túy, bản thân nó không sinh ra HIV nhưng người nghiện ma túy dễ dàng bị lây nhiễm HIV khi dùng chung bơm kim tiêm với bạn nghiện hoặc bơm kim tiêm tại tụ điểm bán thuốc.

**3. Từ mẹ sang con**

Tỷ lệ trẻ em sinh ra bị nhiễm HIV từ những người mẹ bị nhiễm HIV là 25-30%. HIV có thể lây từ mẹ sang bé qua nhau thai khi bé trong bụng mẹ, qua máu và chất dịch của mẹ khi sinh hoặc qua sữa mẹ khi  mẹ cho con bú. Trẻ sơ sinh nhiễm HIV thường không sống được quá 3 năm.

**IV. Cách phòng tránh**

Dựa vào đường lây nhiễm HIV, có các biện pháp phòng sau:

**1. Phòng nhiễm HIV/AIDS lây qua đường tình dục**

- Sống lành mạnh, chung thuỷ một vợ một chồng, không quan hệ tình dục bừa bãi.

- Trong trường hợp quan hệ tình dục với một đối tượng chưa rõ có bị nhiễm HIV không, cần phải thực hiện tình dục an toàn để bảo vệ cho bản thân bằng cách sử dụng bao cao su đúng cách.

- Phát hiện sớm và chữa trị kịp thời các bệnh lây truyền qua đường tình dục cũng giúp giảm thiểu nguy cơ lây nhiễm HIV/AIDS vì những tổn thương do nhiễm trùng lây truyền qua đường tình dục sẽ là cửa vào lý tưởng cho HIV.

**2. Phòng nhiễm HIV/AIDS lây qua đường máu**

- Không tiêm chích ma túy.

- Chỉ truyền máu và các chế phẩm máu khi thật cần thiết, và chỉ nhận máu và các chế phẩm máu đã xét nghiệm HIV.

- Chỉ sử dụng bơm kim tiêm vô trùng. Không dùng chung bơm kim tiêm. Sử dụng dụng cụ đã tiệt trùng khi phẫu thuật, xăm, xỏ lỗ, châm cứu,...

- Tránh tiếp xúc trực tiếp với các dịch cơ thể của người nhiễm HIV.

- Dùng riêng đồ dùng cá nhân: dao cạo, bàn chải răng, bấm móng tay,...

**3. Phòng nhiễm HIV/AIDS lây truyền từ mẹ sang con**

- Người phụ nữ bị nhiễm HIV thì không nên có thai vì tỷ lệ lây truyền HIV sang con là 30%, nếu đã có thai thì không nên sinh con.

- Trường hợp muốn sinh con, cần đến cơ sở y tế để được tư vấn về cách phòng lây nhiễm HIV cho con.

- Sau khi đẻ nếu có điều kiện thì nên cho trẻ dùng sữa bò thay thế sữa mẹ.

Có thể khẳng định, việc phòng chống HIV/AIDS là trách nhiệm và nghĩa vụ của toàn xã hội, của từng gia đình và mỗi cá nhân. Đối với sinh viên nói chung và sinh viên Trường Đại học Tây Bắc cần phải trang bị cho mình đầy đủ những kiến thức về phòng, chống HIV/AIDS; thường xuyên tham gia các buổi tuyên truyền về các tệ nạn xã hội; có lối sống lành mạnh, tự chủ trong các mối quan hệ với bạn bè; không sa vào những tệ nạn xã hội như ma túy, mại dâm nhằm góp phần đẩy lùi đại dịch HIV/AIDS

**Bớt đi một ánh mắt kỳ thị là tăng thêm một tia hy vọng cho người nhiễm HIV/AIDS.**

**Các bạn thân mến! Hiện nay thời tiết đang vào mùa lạnh có nhiều dịch bệnh mùa đông.**

Nhằm chủ động ngăn chặn dịch bệnh cúm A (H5N1) bùng phát trên gia cầm và nguy cơ lây sang người, không để xảy ra hiện tượng dịch chồng dịch trong bối cảnh bệnh viêm đường hô hấp cấp do vi rút Corona (Covid-19) trên người đang xảy ra phòng, chống dịch cúm trên gia cầm và nguy cơ lây sang người; khuyến cáo, hướng dẫn người dân về nguy cơ và cách thức phòng ngừa dịch bệnh.

**1. Đường lây cúm A/H5N1 sang người**

Vi rút cúm A/H5N1 có thể lây nhiễm từ gia cầm sang người do tiếp xúc với gia cầm bị bệnh hoặc bất kỳ bộ phận nào của gia cầm bị bệnh (bao gồm cả phân và lông). Sự lây nhiễm có thể xảy ra qua các đường sau:

- Qua tiếp xúc trực tiếp như: giết mổ, vận chuyển, mua bán hoặc cầm, sờ vào gia cầm bị nhiễm bệnh.

- Qua ăn, uống:

+ Thịt và các sản phẩm gia cầm bị nhiễm bệnh.

+ Thịt và các sản phẩm của gia cầm không được nấu chín kỹ như trứng, tiết canh...  
**2. Các dấu hiệu của cúm A/H5N1 ở người:**

Người bị cúm A/H5N1 thường có những dấu hiệu sau:

- Sốt cao đột ngột ( trên 38OC).

- Đau đầu.

- Đau nhức cơ.

- Ho khan.

- Đau họng.

- Mệt mỏi rã rời.

- Tiêu chảy.

Bệnh thường diễn biến rất nhanh gây khó thở, suy hô hấp và dẫn đến tử vong nếu không được chữa trị kịp thời.

**3. Phòng ngừa bệnh cúm A/H5N1:**

Để chủ động phòng ngừa bệnh cúm A/H5N1 mọi người dân cần thực hiện các biện pháp sau:

- Tránh tiếp xúc với gia cầm gây bệnh:

+ Nguy cơ bị bệnh cao nhất là khi tiếp xúc với gia cầm nhiễm bệnh.

+ Rửa tay bằng xà phòng sau khi tiếp xúc với gia cầm. Nên đeo khẩu trang khi tiếp xúc.

- Tuân thủ quy tắc an toàn khi giết mổ gia cầm

- Giữ vệ sinh:

+ Giữ vệ sinh là khâu vô cùng quan trọng trong công tác phòng chống dịch bệnh cúm gia cầm, trong đó quan trọng nhất là rửa tay. Rửa tay bằng xà phòng và nước sạch là tốt nhất vì xà phòng có khả năng sát khuẩn, tiêu diệt các vi khuẩn gây bệnh.

+ Giữ vệ sinh khi chế biến thức ăn bằng cách dùng riêng dao, thớt cho thức ăn sống và thức ăn chín.

- Đi khám kịp thời: Khi có những dấu hiệu như sốt cao đột ngột (trên 38oC), đau đầu, đau nhức cơ, ho khan kéo dài, đau họng, tức ngực dữ dội, khó thở, nghe phổi có tiếng ran, tím tái nhanh, mệt mỏi rã rời, tiêu chảy, rối loạn ý thức thì cần đến cơ sở y tế để được khám, điều trị kịp thời.

**Các bạn thân mến** ! Chương trình phát thanh măng non của Liên Đội trường Tiểu học Yên Đức đến đây là hết rồi. Xin hẹn lại các bạn trong chương trình lần sau nhé. Thân ái chào các bạn !

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 2 tháng 12** | **Ngày 9 tháng 12 năm 2022** |

**Người phát thanh:** **Mạc Thanh Thu**

**Trịnh Cao Phương Huyền**

Mời các bạn lắng nghe chương trình phát thanh của Liên đội chào mừng ngày thành lập  quân đội nhân dân Việt Nam 22/12.  
      **1-Chuyên mục:"Bạn cần biết"**

**Các bạn thân mến!** Trong những ngày này, quân và dân cả nước đang náo nức lập nhiều thành tích cao nhất chào mừng ngày thành lập QĐND Việt Nam 22/12.  
     Nhìn lại chặng đường qua,chúng ta rất đỗi tự hào với truyền thống vẻ vang của QĐND Việt Nam do Đảng và Bác Hồ kính yêu sáng lập và rèn luyện.  
Trải qua 78 năm xây dựng, phát triển đã kế thừa và phát huy truyền thống kinh ngiệm đánh giặc của dân tộc, vừa chiến đấu vừa xây dựng, Quân đội nhân dân Việt Nam ngày càng phát triển và trưởng thành.

          Trong Luận cương Chính trị đầu tiên, Đảng ta đã khẳng định con đường giải phóng giai cấp, giải phóng dân tộc phải tổ chức ra Quân đội công nông để giành và giữ chính quyền. Vì vậy, ngay sau khi Đảng cộng sản Việt Nam ra đời, các tổ chức vũ trang lần lượt được hình thành, phát triển mạnh mẽ, rộng khắp đòi hỏi cách mạng Việt Nam lúc này phải có một đội quân chủ lực thống nhất đáp ứng nhiệm vụ giải phóng dân tộc.

        Tháng 12 năm 1944 Chủ tịch Hồ Chí Minh chỉ thị thành lập Đội Việt Nam tuyên truyền giải phóng quân. Trong chỉ thị ghi rõ: “Tên Đội Việt Nam tuyên truyền giải phóng quân nghĩa là chính trị trọng hơn quân sự, sẽ chọn lọc trong hàng ngũ các du kích Cao - Bắc - Lạng số cán bộ, đội viên kiên quyết, hăng hái nhất và sẽ tập trung một phần lớn vũ khí để lập ra đội quân chủ lực…Đội Việt Nam tuyên truyền giải phóng quân là đội quân đàn anh, mong cho chóng có những đội đàn em khác. Tuy lúc đầu quy mô của nó còn nhỏ, nhưng tiền đồ của nó rất vẻ vang… nó có thể đi suốt từ Nam chí Bắc, khắp đất nước chúng ta…”

          Chấp hành chỉ thị của Chủ tịch Hồ Chí Minh, ngày 22/12/1944, Đội Việt Nam tuyên truyền giải phóng quân được thành lập tại châu Nguyên Bình, Cao Bằng, trong một khu rừng nằm giữa 2 tổng Hoàng Hoa Thám và Trần Hưng Đạo. Trung ương Đảng và Chủ tịch Hồ Chí Minh đã giao cho đồng chí Võ Nguyên giáp tổ chức lãnh đạo và tuyên bố thành lập Đội. Đội gồm 34 người (có 3 nữ) chia làm 3 tiểu đội, có chi bộ Đảng lãnh đạo. Vũ khí của đội gồm có 34 khẩu súng các loại. Sau lễ thành lập, toàn đội đã ăn một bữa cơm nhạt, không rau, không muối để tượng trưng cho tinh thần chịu đựng gian khổ của người chiến sĩ cách mạng.

         Ngày 17 tháng 10 năm 1989, Ban Bí thư Trung ương Đảng (khóa VI) đã ra Chỉ thị số 381 quyết định lấy ngày 22/12 hàng năm là Ngày thành lập Quân đội nhân dân Việt Nam, đồng thời là Ngày hội Quốc phòng toàn dân - Ngày hội của truyền thống bảo vệ Tổ quốc, Ngày hội tôn vinh và nhân lên hình ảnh cao đẹp “Bộ đội Cụ Hồ”.

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 3 tháng 12** | **Ngày 16 tháng 12 năm 2022** |

**Người phát thanh:** **Nguyễn Hoàng Bích Ngọc**

**Mạc Thanh Thu**

Đội tuyên truyền măng non Trường Tiểu học Yên Đức xin kính chào các thầy cô và các bạn đội viên nhi đồng thân mến!

**1-Chuyên mục:"Bạn cần biết"**

Xin kính mời các thầy cô và các bạn cùng nghe buổi phát thanh măng non hôm nay với nội dung: Tháng 12 sôi nổi, học tập và rèn luyện theo tấm gương anh bộ đội Cụ Hồ.

Tháng 12 này, chúng ta sẽ kỉ niệm Ngày Thành lập Quân đội Nhân dân Việt Nam 22 tháng 12. Các bạn có biết lịch sử của ngày này không? Chắc hẳn bạn nào cũng hiểu chút ít nhưng chưa thật chính xác và đầy đủ. Vậy hôm nay chúng ta hãy cùng theo dõi bản tin Phát thanh măng non này nhé?

Ngày 22 tháng 12 năm 1944, tại khu rừng ở Nguyên Bình (Cao Bằng) Đội Việt Nam Tuyên truyền giải phóng quân được thành lập. Lúc đầu chỉ có 34 người với 34 khẩu súng dưới sự chỉ huy của đồng chí Võ Nguyên Giáp. Thành lập được 2 ngày Đội đã có chiến công vẻ vang dội: Diệt 2 đồn ở Phay Khắt và Nà Ngần ( Cao Bằng) mở cho truyền thống đánh trận mưu trí, dũng cảm của quân đội ta.



Ngày 15 tháng 05 năm 1945. Đội Việt Nam Tuyên truyền Giải phóng quân và các trung đội Cứu quốc quân ở Bắc Sơn đã hợp nhất thành Đội Việt nam Giải phóng quân. Ngày 16 tháng 08 năm 1945 từ cây đa Tân Trào đơn vị chủ lực của Việt Nam giải phóng quân do đồng chí Võ Nguyên Giáp chỉ huy tiến về thị xã Thái Nguyên mở đầu cho Tổng Khởi nghĩa toàn quốc.

Cuộc Tổng khởi nghĩa thắng lợi, nước Việt Nam Dân chủ Cộng hoà ra đời, Quân đội ta mang tên: “Vệ quốc đoàn”.

Trong kháng chiến chống Thực dân Pháp, quân đội ta mang tên: Quân đội Nhân dân Việt Nam với chiến thắng Điện Biên Phủ vĩ đại, đánh dấu một mốc son chói lọi khắp toàn cầu. Quân đội ta đã trưởng thành.

Từ đó đến nay, trên chặng đường giải phóng, xây dựng và bảo vệ tổ quốc, quân đội ta đã lập được nhiều chiến công hiển hách, xứng danh với danh hiệu Bộ đội Cụ Hồ; trung với Đảng, hiếu với dân, việc làm nào cũng hoàn thành, khó khăn nào cũng vượt qua, kẻ thù nào cũng đánh thắng.

Trong tháng 12 này, chúng ta kỉ niệm Ngày thành lập Quân đội Nhân dân Việt Nam 22 tháng 12. Vậy chúng ta cần làm những công việc gì?

Trước hết chúng ta khắc phục những khuyết điểm và phát huy những ưu điểm của tháng trước mà trong buổi lễ chào cờ, cô Tổng phụ trách đã nêu. Cụ thể như sau:

- Duy trì nề nếp thể dục vệ sinh, đi học đúng giờ, làm bài đầy đủ trước khi đến lớp. Hạn chế và chấm dứt ăn quà vặt, vứt rác bừa bãi không đúng nơi quy định.

Thứ hai là: Chúng ta tăng cường học tập và rèn luyện theo gương anh bộ đội Cụ Hồ: khẩn trương, nhanh nhẹn, dứt khoát, hoàn thành mọi công việc thầy được giao.

Chúng ta tiếp tục tập luyện Nghi thức và trò chơi dân gian để tham gia thi dịp 22/12.

Tiếp bước các thế hệ cha anh, lớp lớp thanh thiếu nhi Việt Nam đã và đang ra sức, rèn luyện , xây dựng và bảo vệ đất nước. Học sinh Trường Tiểu học Yên Đức cũng vậy các bạn đang nỗ lực học tập và tu dưỡng xứng đáng là con ngoan trò giỏi Cháu ngoan Bac Hồ. Không những vậy các bạn còn tích cực tham gia vào các hoạt động vui, khoẻ nữa.

**2. Chuyên mục nhắc nhở bạn mình.**

Các bạn ạ!

Bây giờ thời tiết đang mùa đông, các bạn chú ý mặc trang phục ấm để đảm bảo sức khỏe. Đặc biệt là chú ý giữ vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường và vệ sinh an toàn thực phẩm, không ăn quà vặt không có nguồn gốc gây nguy hại cho sức khỏe.

Khi đến trường các bạn chú ý chấp hành tốt luật giao thông, đi bên phải đường, không nô đùa, dàn hàng ngang trên đường. Đội mũ bảo hiểm khi ngồi trên xe gắn máy.

Chương trình phát thanh măng non đến dây kết thúc hẹn gặp lại các bạn trong chương trình sau.

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 4 tháng 12** | **Ngày 23 tháng 12 năm 2022** |

**Người phát thanh:** **Nguyễn Hoàng Bích Ngọc**

**Mạc Thanh Thu**

Đội tuyên truyền măng non Trường Tiểu học Yên Đức xin kính chào các thầy cô và các bạn đội viên nhi đồng thân mến!

( Mở nhạc)

## 1. Tuyên truyền phòng chống bạo lực học đường

Kính thưa các thầy cô giáo cùng toàn thể các bạn học sinh thân mến!

Ở Việt Nam, bạo lực học đường đang trở thành mối lo của phụ huynh, ngành giáo dục và toàn xã hội. Nó không chỉ diễn ra ở thành thị mà còn ở nông thôn, không chỉ có học sinh nam, mà cả học sinh nữ. Nó không những gây ra những tác động xấu đến mối quan hệ giữa trò với trò, thầy với trò mà còn gây hại trực tiếp đến tính mạng, sức khỏe, tinh thần, thái độ học tập của học sinh, sự giảng dạy của thầy cô giáo và các hoạt động giáo dục của nhà trường.

Hiện nay, các phương tiện thông tin đại chúng đã và đang đưa tin rất nhiều về tình trạng bạo lực học đường. Trước đây, chúng ta thường nghĩ rằng bạo lực học đường là một vấn đề hết sức xa xôi và không xảy ra phổ biến. Vì vậy mà đã không thể lường trước được hậu quả của nó đối với giới trẻ và sự phát triển của xã hội. Hiện tượng học sinh (HS) đánh nhau là một thực tế không mới nhưng những hiện tượng đánh nhau của HS ở một số nơi trong thời gian gần đây đã bộc bộ những tính chất nguy hiểm và nghiêm trọng. Rõ ràng bạo lực học đường đang là một vấn đề nóng bỏng, gây nhức nhối lòng người. Nó không chỉ ảnh hưởng đến những người trong cuộc mà còn ảnh hưởng tới cả một thế hệ trẻ, ảnh hưởng trưc tiếp tới tương lai của dân tộc. Chính vì vậy, việc tuyên truyền về bạo lực học đường, là hết sức cần thiết và thiết thực.

### 1. Bạo lực học đường là gì?

Bạo lực học đường: Khái niệm bạo lực học đường: là một dạng thức của bạo lực trong xã hội. Nó là những hành vi thô bạo, ngang ngược, bất chấp công lý, đạo lý, xúc phạm, trấn áp người khác (có thể dùng lời nói, hành động có hoặc không có vũ khí…) gây nên những tổn thương tinh thần và thể xác ở phạm vi các mối quan hệ trong trường học ( giữa giáo viên-học sinh, học sinh-học sinh).

### 2. Bạo lực học đường hiện nay diễn ra như thế nào

Tình trạng bạo lực trong trường học đã và đang diễn ra nóng bỏng trên khắp thế giới ở tất cả những cấp học, lớp học khác nhau. Bạo lực học đường không chỉ xảy ra ở các trường học khác mà ngay trong trường chúng ta đã sảy ra rồi, không chỉ sảy ra ở học sinh nam mà còn cả ở học sinh nữ; không chỉ giữa học sinh với học sinh mà còn có bạo lực giữa học sinh với giáo viên và giáo viên với học sinh.

### 3. Hậu quả

\* Ảnh hưởng đến bản thân học sinh

Gây ra những hậu quả nghiêm trọng về mặt thể xác.

Tồi tệ hơn khi không ít vụ bạo lực đã cướp đi sinh mạng của những học sinh vô tội để lại sự thiệt thòi, đau đớn không chỉ về mặt thể xác mà cả tinh thần cho học sinh và gia đình.

Những HS bị bạo lực, nhất là bạo lực về tinh thần, bạo lực ngôn ngữ thường cảm thấy bị tổn thương, chán nản, lo âu, cô đơn, suy sụp… Sự sợ hãi hoặc nỗi ám ảnh. Thậm chí, tình trạng này có thể kéo dài suốt cuộc đời. Các em không dám ra ngoài chơi hoặc đến trường, không thể tập trung vào học hành.

Kể cả những em chỉ chứng kiến chứ không tham gia hành vi bạo lực cũng bị ảnh hưởng. Chứng kiến những hành vi bạo lực khiến các em cảm thấy sợ hãi, và nếu thấy những kẻ gây ra bạo lực không bị trừng trị thì những em chứng kiến cũng có thể hùa theo số đông, ủng hộ hành vi này, và có nhiều khả năng trở thành kẻ có hành vi bạo lực trong tương lai.

Những hậu quả mà bạo lực học đường gây ra kể cả thể xác hay tinh thần cũng đều trực tiếp ảnh hưởng đến công việc học tập cũng như tương lai của học sinh nếu không được can thiệp kịp thời.

Với những ảnh hưởng về mặt sức khỏe cùng với tâm lý lo lắng, căng thẳng, sợ hãi, học sinh không thể học tập với kết quả tốt nhất có thể. Thậm chí, sự căng thẳng quá mức về mặt tâm lý có thể buộc học sinh kết thúc việc học của mình, hoặc cũng có thể vì gây ra hành vi bạo lực mà học sinh phải nhận kỷ luật đuổi học. Từ đó, tương lai của các em rẽ sang một bước ngoặt khác không mấy khả quan.

Đặc biệt, những đứa trẻ có hành vi bạo lực, lạm dụng quyền hành từ khi còn nhỏ, khi lớn lên có thể mắc phải những hành vi tội ác nhiều hơn những đứa trẻ khác. Trẻ em liên lụy vào hành vi bạo lực dù ở vai trò này hay vai trò kia cũng đều có nguy cơ lạm dụng rượu, thuốc lá, và các loại ma túy.

\* Ảnh hưởng đến gia đình

Không khí và cuộc sống gia đình bị xáo trộn, căng thẳng, lo lắng.

\* Ảnh hưởng đến nhà trường

Hành vi bạo lực không chỉ tác động xấu đến nạn nhân mà còn khiến không khí trường học trở nên nặng nề, căng thẳng với nỗi sợ hãi, bất an luôn bao trùm.

Ngoài ra, những hành vi bạo lực học đường của học sinh sẽ làm ảnh hưởng đến thành tích thi đua của lớp, của trường và ảnh hưởng đến danh tiếng của nhà trường cũng như các thầy cô.

\* Ảnh hưởng đến xã hội

Ảnh hưởng đến những nét văn hóa truyền thống, những chuẩn mực đạo đức quý giá: Giờ đây có những học trò ngang nhiên cãi lại thầy, cô giáo. Con cái cãi lại bố mẹ.

Bạn bè đánh đấm, xảy ra khá thường xuyên. Chính những hành động ấy đã càng làm lu mờ những nét văn hóa truyền thống của xã hội, thể hiện một sự suy đồi về mặt đạo đức và sự sai lệch về mặt hành vi một cách đáng báo động.

làm mất trật tự xã hội.

### 4. Cách phòng tránh bạo lực học đường

- Tích cực rèn luyện kĩ năng sống, ngoan ngoãn lễ phép với ông bà, bố mẹ, với thày cô giáo.

- Chấp hành tốt nội quy trường lớp.

- Tránh xa bạo lực. nói không với bạo lực.

- Nếu thấy hiện tượng bạo lực phải kịp thời báo ngay cho nhà trường, thầy cô giáo hoặc cơ quan có thẩm quyền để kịp thời can thiệp và xử lí.

Chương trình phát thanh măng non đến đây kết thúc hẹn gặp lại các bạn trong chương trình sau.

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 1 tháng 1** | **Ngày 6 tháng 1 năm 2023** |

**Người phát thanh:** **Nguyễn Hoàng Bích Ngọc**

**Nguyễn Thu Hương**

Đội tuyên truyền măng non Trường Tiểu học Yên Đức xin kính chào các thầy cô và các bạn đội viên nhi đồng thân mến!

( Mở nhạc)

Các bạn đội viên, nhi đồng thân mến! Thế là học kỳ I năm học 2022- 2023 chuẩn bị kết thúc. Bắt đầu học kỳ II mới hứa hẹn nhiều thách thức và cố gắng của đội viên và nhi đồng của Liên đội chúng ta. Kết thúc học kỳ I cũng là lúc chúng ta chuẩn bị đón chào một năm mới với bao ước mơ và hi vọng. Năm mới ai cũng mong muốn có nhiều điều mới cho bản thân và gia đình. **N**hững năm qua, các hành vi trái phép về sản xuất, buôn bán, vận chuyển và đốt các loại pháo nổ trong nhân dân vào các dịp trước tết trong và sau tết đã gây nhiều ảnh hưởng xấu đến đời sống và trật tự an toàn xã hội, ảnh hưởng lớn đến sự phát triển kinh tế - văn hoá - xã hội của đất nước. Vậy làm thế nào để chúng ta có một năm mới thật vui vẻ và bình yên, điều đó tùy thuộc vào hành động của các bạn. Trong chương trình hôm nay, măng non sẽ giúp chúng ta hiểu rõ về các hành vi sai phạm về pháo nổ nhé!

          Pháo và thuốc pháo là một trong những nguyên nhân gây ra nhiều vụ cháy nổ làm thiệt hại lớn đến tính mạng và tài sản của nhân dân, gây thiệt hại về vật chất hàng nghìn tỷ đồng; chưa kể đến các chi phí cho những người tàn tật và mất khả năng lao động do các hoạt động trái phép về pháo để lại.

         Trước những tác hại của việc sản xuất, đốt pháo nổ và thả đèn trời, ngày 15/04/2009 Thủ tướng Chính phủ đã ban Nghị định 36/2009/NĐ-CP về quản lý, sử dụng pháo và Quyết định số 95/2009/QĐ-TTg ngày 17/07/2009 về việc cấm sản xuất, nhập khẩu, tàng trữ, vận chuyển, buôn bán, đốt và thả đèn trời.

**1 - Xử phạt hành chính các hành vi sai phạm về pháo:**

          - Phạt tiền từ 1.000.000 đồng đến 2.000.000 đồng đối với hành vi sử dụng các loại pháo mà không được phép.

          - Phạt tiền từ 5.000.000 đồng đến 40.000.000 đồng đối với hành vi sản xuất, tàng trữ, mua, bán, vận chuyển trái phép pháo, thuốc pháo, đồ chơi nguy hiểm; mang vào lãnh thổ Việt Nam trái phép các loại pháo và đồ chơi nguy hiểm nhưng chưa đến mức truy cứu trách nhiệm hình sự.

**2 - Truy cứu trách nhiệm hình sự đối với hành vi đốt pháo nổ như sau:**

          - Đốt pháo nơi công cộng, nơi đang diễn ra cuộc họp, nơi tập trung đông người; đốt pháo ném ra đường, ném vào người khác, ném vào các phương tiện khác đang lưu thông, ném từ trên cao xuống, đốt pháo nổ mang theo xe đang chạy.

          - Đốt pháo nổ với số lượng tương đương từ 01 kg trở lên đối với pháo thành phẩm hoặc tương đương từ 0,1 kg trở lên đối với thuốc pháo

          - Đốt pháo nổ với số lượng dưới 01 kg pháo thành phẩm hoặc dưới 0,1 kg đối với thuốc pháo và đã bị xử lý hành chính về hành vi đốt pháo nổ hoặc bị kết án về tội này;

          - Lôi kéo, kích động trẻ em hoặc lôi kéo, kích động nhiều người cùng đốt pháo;

          - Cản trở, hành hung người can ngăn *(Gồm người thi hành công vụ, người bảo vệ trật tự công cộng hoặc người khác ngăn chặn không cho đốt pháo nổ);*

**3 - Truy cứu trách nhiệm hình sự đối với hành vi sản xuất mua, bán, vận chuyển, tàng trữ pháo nổ, thuốc pháo như sau:**

          - Sản xuất hoặc chiếm đoạt pháo nổ có số lượng từ 02kg trở lên; chế tạo, tàng trữ, vận chuyển, sử dụng, mua bán trái phép hoặc chiếm đoạt thuốc pháo có số lượng từ 01kg trở lên hoặc dưới số lượng đó, nhưng đã bị xử lý hành chính hoặc gây hậu quả nghiêm trọng.

          - Mua bán, vận chuyển, tàng trữ trái phép pháo nổ có số lượng từ 10kg trở lên hoặc dưới số lượng đó nhưng đã bị xử phạt hành chính, hoặc gây hậu quả nghiêm trọng.

Để chủ trương cấm đốt pháo, thả đèn trời được thực hiện nghiêm túc, triệt để, Liên đội kính đề nghị các bạn đội viên, nhi đồng trong liên đội nêu cao nhận thức về tác hại do đốt pháo gây ra. Các bạn hãy thực hiện ký cam kết không đốt pháo, không thả đèn trời, nhắc nhở các anh chị em của mình đi làm ăn xa không mua pháo, đốt pháo. Liên đội sẽ thường xuyên tuần tra, kiểm soát nắm chắc tình hình ở liên đội, kịp thời phát hiện các đội viên cố ý sử dụng pháo nổ, ngăn chặn và xử lý nghiêm các trường hợp cố tình vi phạm. Mặt khác Liên đội cũng sẽ có hình thức phê bình, kỷ luật đối với các đội viên nếu xảy ra việc đốt pháo, thả đèn trời và khen thưởng, động viên đối với các chi đội, lớp nhi đồng thực hiện tốt quy định của Liên đội. Chúc các bạn năm mới an lành và hạnh phúc!

Các bạn thân mến ! Chương trình phát thanh măng non của Liên đội đến đây là hết rồi. Hẹn gặp lại các bạn trong chương trình lần sau nhé.

Phần cuối của chương trình hôm nay mời các bạn nghe bài hát “***Chúng em là thế giới ngày mai”.***

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 2 tháng 1** | **Ngày 12 tháng 1 năm 2023** |

**Người phát thanh:** **Nguyễn Hoàng Bích Ngọc**

**Nguyễn Thu Hương**

Đội tuyên truyền măng non Trường Tiểu học Yên Đức xin kính chào các thầy cô và các bạn đội viên nhi đồng thân mến!

( Mở nhạc)

Các bạn thân mến. Tuần này Liên đội tổ chức ngày hội “ Tết sum vầy”, các lớp tích cực tham gia sôi nổi các hoạt động. Các bạn được trải nghiệm gói bánh chưng, bày mâm ngũ quả. Sau hoạt động chúng ta sẽ được nghỉ Tết, trong kì nghỉ các bạn chú ý chấp hành đảm bảo ATGT, an toàn thực phẩm và không đốt các loại pháo, đèn trời.

**Các bạn thân mến! Các bạn nhớ chấp hành luật giao thông dịp Tết.** Toàn trường chúng ta hãy thực hiện cho tốt, không bạn nào được vi phạm và các bạn luôn luôn nhớ rằng :

+ Khi đi xe đạp hay đi bộ phải đúng phần đường, làn đường quy định.

+ Đi bộ và sang đường đúng nơi quy định.

+ Phải đội mũ bảo hiểm khi đi xe ô tô , xe gắn máy. Nhắc nhở người thân đội mũ bảo hiểm khi ngồi trên xe máy.

**Bên cạnh đó các bạn chú ý đảm bảo an toàn thực phẩm để bảo vệ sức khoẻ**

Các bệnh do thực phẩm gây nên không chỉ là các bệnh cấp tính do ngộ độc thức ăn mà còn là các bệnh mạn tính do nhiễm và tích lũy các chất độc hại từ môi trường bên ngoài vào thực phẩm, gây rối loạn chuyển hóa các chất trong cơ thể, trong đó có bệnh tim mạch và ung thư.

Theo báo cáo của Tổ chức Y tế Thế giới đánh giá các chương trình hành động đảm bảo chất lượng vệ sinh an toàn thực phẩm trên toàn cầu đã xác định được nguyên nhân chính gây tử vong ở trẻ em là các bệnh đường ruột, phổ biến là tiêu chảy. Đồng thời cũng nhận thấy nguyên nhân gây các bệnh trên là do thực phẩm bị nhiễm khuẩn. Ở Việt Nam, theo thống kê của Bộ Y tế, trong 10 nguyên nhân gây tử vong thì nguyên nhân do vi sinh vật gây bệnh đường ruột đứng thứ 2.

***Do đó để bảo đảm sức khỏe cho bản thân, gia đình quý phụ huynh và các em*** ***học sinh cần tuân thủ 10 nguyên tắc vàng về vệ sinh an toàn thực phẩm như sau:***

**1- Chọn thực phẩm tươi sạch**

- Với rau quả: chọn các loại rau, quả tươi, không bị dập nát, không có mùi lạ.

Với thịt phải qua kiểm dịch thú y và đạt tiêu chuẩn thịt tươi.

- Cá và thủy sản phải còn tươi, giữ nguyên màu sắc bình thường, không có dấu hiệu ươn, ôi.

- Các thực phẩm đã chế biến phải được đóng hộp hoặc đóng gói đảm bảo, phải có nhãn hàng hóa ghi đầy đủ nội dung như tên sản phẩm, trọng lượng, các thành phần chính, cách bảo quản, sử dụng, nơi sản xuất, chế biến; có số đăng ký sản xuất và còn thời hạn sử dụng. Với đồ hộp không chọn hộp bị méo, phồng hay gỉ.

- Không sử dụng thực phẩm khô đã bị mốc.

- Không sử dụng các loại thực phẩm lạ (cá lạ, rau, quả hoặc nấm lạ) chưa biết rõ nguồn gốc.

- Không sử dụng các phẩm màu, đường hóa học không nằm trong danh mục Bộ Y tế cho phép.

**2- Giữ vệ sinh nơi ăn uống và chế biến thực phẩm**

- Khu vực chế biến thực phẩm không có nước đọng, xa các khu khói, bụi bẩn, nhà vệ sinh hoặc khu chăn nuôi gia súc, rác thải gây ô nhiễm môi trường.

- Tất cả các bề mặt sử dụng để chuẩn bị thực phẩm phải dễ cọ rửa, luôn giữ gìn sạch sẽ, khô ráo.

- Bếp phải đủ ánh sáng và thông gió.

- Phải đủ nước sạch sử dụng để chế biến thực phẩm và vệ sinh khu vực chế biến thường xuyên.

- Ngăn ngừa sự đi lại của gián, chuột và các động vật khác trong khu vực chế biến thực phẩm.

**3- Sử dụng đồ dùng nấu nướng và ăn uống sạch sẽ**

- Không để dụng cụ bẩn qua đêm.

- Bát đĩa dùng xong phải rửa ngay. Không dùng khăn ẩm mốc, nhờn mỡ để lau khô bát đĩa. Nếu dụng cụ vừa rửa xong cần dùng ngay thì nên tráng lại bằng nước sôi.

- Dụng cụ tiếp xúc với thức ăn chín và sống phải để riêng biệt.

- Không sử dụng những dụng cụ bị sứt mẻ, hoen gỉ vì khó rửa.

- Thức ăn còn thừa, thực phẩm thải bỏ phải đựng vào thùng kín có nắp đậy và chuyển đi hằng ngày.

- Chỉ sử dụng xà phòng, các chất tẩy rửa dụng cụ ăn uống được ngành Y tế cho phép để không tồn dư gây độc sang thực phẩm.

- Không dùng dụng cụ bằng đồng, nhôm, thủy tinh gia công, nhựa tái sinh có màu để nấu nướng, chứa đựng thực phẩm lỏng có tính acid hoặc các loại cồn rượu vì chúng có thể làm tan các kim loại nặng như chì, đồng … hoặc phụ gia vào thực phẩm.

- Tuyệt đối không được dùng bao bì từng chứa đựng các hóa chất độc, thuốc bảo vệ thực vật, thuốc thú y, thuốc tẩy, chất sát trùng để đựng thực phẩm.

**4- Chuẩn bị thực phẩm sạch sẽ và nấu chín kỹ**

- Rau, quả phải ngâm ngập trong nước sạch rồi rửa kỹ dưới vòi nước chảy hoặc rửa trong chậu, thay nước 3-4 lần.

- Các loại thực phẩm đông lạnh phải làm tan đá hoàn toàn và rửa sạch trước khi nấu nướng.

- Nhiệt độ sôi có thể tiêu diệt hầu hết các loại vi khuẩn gây bệnh nhưng phải nấu kỹ để đạt nhiệt độ sôi đồng đều. Chú ý phần thịt gần xương nếu thấy còn có màu hồng hoặc màu đỏ thì bắt buộc phải đun lại cho chín hoàn toàn.

- Không nên ăn các thức ăn sống như gỏi cá, thịt bò tái, gỏi …

**5- Ăn ngay sau khi thức ăn vừa nấu xong hoặc vừa chuẩn bị xong**

- Thức ăn chín để nguội ở nhiệt độ bình thường dễ bị vi khuẩn xâm nhập và phát triển. Để đảm bảo an toàn nên ăn ngay khi thức ăn còn nóng vừa nấu chín xong.

Đối với các thực phẩm không cần nấu chín như chuối, cam, dưa và các loại quả khác thì cần ăn ngay sau khi vừa bóc hay vừa cắt ra.

**6- Bảo quản cẩn thận thức ăn đã nấu chín và đun kỹ lại trước khi ăn**

- Nếu thức ăn phải chuẩn bị trước hoặc phải đợi sau 3 giờ thì cần giữ nóng ở nhiệt độ 60 độ C hoặc duy trì ở điều kiện lạnh ≤ 10 độ C. Với trẻ nhỏ, phải cho ăn ngay sau khi thức ăn vừa nguội và không áp dụng cách bảo quản này.

- Không đưa quá nhiều thức ăn còn ấm hoặc thức ăn còn đang nóng vào tủ lạnh.

- Không để lẫn thực phẩm sống với thức ăn chín.

- Không dùng dao, thớt vừa cắt, thái thịt sống chưa được rửa sạch để thái thức ăn chín.

- Thức ăn phải đậy kỹ tránh ruồi, côn trùng xâm nhập.

- Không dùng tay để bốc thức ăn chín hay đá để pha nước uống.

- Không để các hóa chất, thuốc bảo vệ thực vật hoặc các chất gây độc khác ở trong khu chế biến thực phẩm.

- Bảo quản tốt các thực phẩm đóng gói theo đúng yêu cầu ghi của nhãn.

- Đun lại thức ăn ở nhiệt độ sôi đồng đều ngay trước khi ăn là biện pháp tốt nhất để phòng ngừa các vi khuẩn phát triển trong quá trình bảo quản.

**7- Giữ vệ sinh cá nhân tốt**

- Giáo viên chăm sóc trẻ cần rửa tay bằng xà phòng và nước sạch trước khi cho trẻ ăn hoặc tiếp xúc với thức ăn, sau khi đi vệ sinh, sau khi tiếp xúc với thực phẩm tươi sống.

- Mặc quần áo sạch sẽ, đầu tóc gọn gàng khi chuẩn bị thức ăn.

- Không hút thuốc, không ho, hắt hơi trong khi chuẩn bị thực phẩm.

- Giữ móng tay ngắn và sạch sẽ.

- Nếu có vết thương ở tay cần băng kín bằng vật liệu không ngấm nước.

- Không tiếp xúc với thực phẩm khi đang bị đau bụng, tiêu chảy, nôn, sốt hay có biểu hiện của bệnh truyền nhiễm.

**8- Sử dụng nước sạch trong ăn uống**

- Dùng các nguồn nước thông dụng như nước máy, nước giếng, nước mưa, sông suối đã qua xử lý để rửa thực phẩm, chế biến đồ ăn uống và rửa dụng cụ.

- Nước phải trong, không có mùi, không có vị lạ.

- Dụng cụ chứa nước phải sạch, không được để rêu, bụi bẩn bám xung quanh hoặc ở đáy, có nắp đậy.

- Dùng nước đã đun sôi để uống hoặc chế nước giải khát, làm kem, đá.

**9- Sử dụng vật liệu bao gói thực phẩm sạch sẽ, thích hợp và đạt tiêu chuẩn vệ sinh**

- Không sử dụng sách, báo cũ để gói thức ăn chín.

- Đồ bao gói phải đảm bảo sạch, giữ được tính hấp dẫn về mùi vị, màu sắc và không thấm chất độc vào thực phẩm.

- Nhãn thực phẩm phải trung thực, có đầy đủ thông tin cần thiết như tên sản phẩm, trọng lượng, các thành phần chính, cách bảo quản, sử dụng, nơi sản xuất, chế biến, có số đăng ký sản xuất, thời hạn sử dụng.

**10- Thực hiện các biện pháp vệ sinh phòng bệnh, giữ gìn môi trường sống sạch sẽ**

- Thực hiện các biện pháp diệt ruồi, gián, chuột … và hướng dẫn vệ sinh phòng chống các dịch bệnh theo chỉ đạo của ngành Y tế.

Rác thải phải đựng vào thùng kín có nắp đậy, đổ đúng giờ và đúng nơi quy định

**Thực hiện vệ sinh an toàn thực phẩm để giữ gìn sức khỏe gia đình**

Thực phẩm là nguồn cung cấp các chất dinh dưỡng cho cơ thể nhưng nếu thực phẩm không đảm bảo vệ sinh an toàn thì lại có thể là nguồn gây bệnh. Thực phẩm có thể gây bệnh ở nhiều khâu từ sản xuất đến vận chuyển, bảo quản, chế biến, nấu ăn và cách ăn.

Bữa ăn hợp lý, đảm bảo vệ sinh an toàn, mọi người trong gia đình chú ý thực hiện các điều đơn giản về vệ sinh an toàn thực phẩm nói trên để bữa ăn không là nguồn gây bệnh mà sẽ là nguồn sức khoẻ, nguồn vui và hạnh phúc hàng ngày ở các gia đình.

**Các bạn ạ**! Ngoài việc đảm bảo an toàn thực phẩm, các bạn cần chú ý tiếp tục phòng chống dịch bệnh covid, tuy chúng ta đã được tiêm phòng, chúng ta cũng không nên chủ quan và các bệnh dịch khác như thuỷ đậu, cúm mùa….

Các bạn thân mến ! Chương trình phát thanh măng non của Liên đội đến đây là hết rồi. Hẹn gặp lại các bạn trong chương trình lần sau nhé. Chúc các bạn sẽ có kì nghỉ tết vui vẻ, an toàn và hạnh phúc.

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 1 tháng 2** | **Ngày 3 tháng 2 năm 2023** |

**Người phát thanh:** **Nguyễn Hoàng Bích Ngọc**

**Nguyễn Thu Hương**

Đội tuyên truyền măng non Trường Tiểu học Yên Đức xin kính chào các thầy cô và các bạn đội viên nhi đồng thân mến!

( Mở nhạc)

Các bạn thân mến! Trong tháng này có ngày 03/2 là ngày đặc biệt các bạn có biết đó là ngày gì không? Vâng đó là ngày thành lập Đảng cộng sản Việt Nam, chúng ta cùng nghe để hiểu rõ hơn nhé:

**NGÀY THÀNH LẬP ĐẢNG CỘNG SẢN VIỆT NAM 03/02/1930**

Sau khi thực dân Pháp xâm lược nước ta, nhân dân trên mọi miền đất nước đã liên tiếp đứng lên chống giặc. Tuy nhiên, các phong trào đó đều lần lượt thất bại do chưa tìm ra một con đường cứu nước đúng đắn, chưa có một lực lượng xã hội, một giai cấp tiên tiến và một tổ chức cách mạng chặt chẽ đủ sức lãnh đạo phong trào. Cách mạng Việt Nam đứng trước sự bế tắc và khủng hoảng về đường lối cứu nước.  
Ngày 1/5/1929, Đại hội toàn quốc Việt Nam Thanh niên Cách mạng đồng chí Hội họp ở Hương Cảng, đoàn đại biểu Bắc Kỳ vơí đại biểu xuất sắc nhất là đồng chí Ngô Gia Tự ra đề nghị giải tán Việt Nam thanh niên cách mạng đồng chí hội, thành lập Đông Dương Cộng sản Đảng. Đề nghị đó không được Đại hội chấp nhận nên đoàn đại biểu Bắc Kỳ bỏ hội nghị ra về. Đến ngày 17/6/1929 Đông Dương Cộng sản Đảng được thành lập.

Tháng 10/1929, Kỳ bộ Việt Nam thanh niên cách mạng đồng chí hội taị Nam Kỳ họp Đại hội tuyên bố giải tán Việt Nam Thanh Niên Cách Mạng Đồng Chí Hội và thành lập An Nam Cộng Sản Đảng.

Tháng 1/1930, thành lập Đông Dương Cộng Sản Đảng Liên Đoàn.  
Trong vòng nửa năm 3 tổ chức cộng sản đảng đã liên tiếp ra đời. Nhận được tin có 3 tổ chức cộng sản ở Việt Nam, Quốc tế cộng sản đã gửi thư kêu gọi các nhóm cộng sản này thống nhất lại. Đồng chí Nguyễn Ái Quốc, ủy viên bộ phương Đông, phụ trách Cục phương Nam đã thay mặt quốc tế Cộng sản Đảng triệu tập cuộc họp để hợp nhất các tổ chức cộng sản Việt Nam.

Ngày 3/2/1930 hội nghị hợp nhất họp ở Cửu Long ( cạnh Hương Cảng ) do đồng chí Nguyễn Ái Quốc chủ trì, có 2 đại biểu Đông Dương Cộng sản Đảng, 2 đại biểu của An Nam Cộng sản Đảng tham dự. Đông Dương Cộng sản Đảng Liên Đoàn không kịp cử đại biểu đến dự. Tổng số các đảng viên lúc này có 211 ngươì .

Sau 5 ngày (từ mồng 3 đến mồng 7 tháng 2) hội nghị đã nhất trí thành lập một đảng thống nhất lấy tên là Đảng Cộng Sản Việt Nam, thông qua các văn kiện: chính cương vắn tắt, sách lược vắn tắt và điều lệ tóm tắt của các đoàn thể quần chúng. Hội nghị hợp nhất có giá trị lịch sử như Đại hội thành lập Đảng, chấm dứt tình trạng phân tán của phong trào cộng sản, làm cho sức mạnh của hạt nhân lãnh đạo phong trào cách mạng tăng lên gấp bội và từ ngày 3/2/1930 Đảng Cộng Sản Việt Nam đã thực sự là ngưởi lãnh đạo và tổ chức mọi thắng lợi của cách mạng Việt Nam.

Chúng ta vừa được tìm hiểu về ngày thành lập Đảng cộng sản Việt Nam. Các bạn hãy ghi nhớ mốc lịch sử đặc biệt này của nước ta.

Các bạn thân mến! Thời tiết hiện nay đang vào mùa xuân, chúng ta cần chú ý giữ sức khoẻ, phòng chống các dịch bệnh như: covid, cúm mùa, sốt xuất huyết, thuỷ đậu....

Hiện nay nhiều trẻ em đang mắc bệnh thuỷ đậu,và có nguy cơ lây lan, trường mình cũng đã có những bạn mắc thuỷ đậu, chúng ta cùng tìm hiểu để phòng bệnh nhé.

**Cách phòng ngừa bệnh thủy đậu khi đang mùa dịch**

Cách phòng ngừa tốt nhất là tiêm vắc - xin và tiêm một liều duy nhất 0,5ml cho trẻ từ 1 – 12 tuổi. Đối tượng từ 13 tuổi trở lên tiêm 2 liều, cách nhau từ 6 – 10 tuần. Khi tiêm chủng cần chú ý những điều sau:

Trong khi dịch bệnh có mặt ở khắp nơi thì cách ly với nguồn bệnh là một biện pháp an toàn giúp ngăn chặn lây lan. Không nên đưa trẻ đến những nơi có nguồn bệnh hoặc  nguy cơ lây nhiễm cao như bệnh viện. Không nên đến những chỗ đông người như bến xe, bến tàu. Trong trường hợp bắt buộc phải đến những nơi kể trên cần đeo khẩu trang y tế, vệ sinh sạch sẽ bằng xà phòng diệt khuẩn ngay sau đó.

Ngoài ra, cần đảm bảo ăn uống đầy đủ dưỡng chất, nâng cao sức đề kháng, vệ sinh cơ thể, giữ tay sạch sẽ, tránh nguồn lây bệnh.

Tăng cường hệ miễn dịch cho bé bằng cách cho bé sử dụng các loại thực phẩm chức năng giúp nâng cao sức đề kháng và hệ thống miễn dịch. Ưu điểm Nếu đã được chủng ngừa vaccine thủy đậu thì đại đa số từ 80-90% có khả năng phòng bệnh tuyệt đối. Tuy nhiên, cũng còn khoảng 10% còn lại là có thể bị thủy đậu sau khi tiêm chủng, nhưng các trường hợp này cũng chỉ bị nhẹ, với rất ít nốt đậu, khoảng dưới 50 nốt, và thường là không bị biến chứng.

Thời gian ủ bệnh của thuỷ đậu là từ 1-2 tuần sau khi tiếp xúc với bệnh nhân, do đó, nếu một người chưa được tiêm phòng vaccine thuỷ đậu mà có tiếp xúc với bệnh nhân thuỷ đậu, trong vòng 3 ngày ta có thể tiêm ngừa thì vaccine có thể phát huy tác dụng bảo vệ ngay sau đó giúp phòng ngừa thủy đậu

**Chữa bệnh thủy đậu cho trẻ nhanh khỏi**

Cách ly trẻ: Nếu trẻ mắc bệnh thủy đậu cần cách ly trẻ với những người khác. Tất cả đồ dùng cá nhân của trẻ như bát đũa, khăn mặt, bàn chải đánh răng,… phải dùng riêng.

Vệ sinh chăm sóc trẻ: Rửa tay và cắt ngắn móng tay, tránh cào gãi vào các nốt thủy đậu.

Cần giữ vệ sinh bằng cách: Dùng nước ấm và khăn mềm thấm nước lau người, lau rửa nhẹ nhàng, tránh làm trợt các nốt thủy đậu. Sau đó dùng khăn xô thấm khô người.

Đối với khẩu phần ăn hàng ngày cần cho trẻ ăn uống đầy đủ dinh dưỡng, ăn thức ăn mềm, dễ tiêu hóa như cháo, súp, uống nhiều nước như nước lọc, nước canh và ăn thêm hoa quả bổ sung vitamin như cam, chuối,…

Đi khám bác sĩ: Khi trẻ có các biểu hiện của thủy đậu, cha mẹ cần đưa trẻ đến cơ sở y tế để khám và có chỉ định điều trị phù hợp. Thông thường bác sĩ sẽ cho trẻ dùng thuốc hạ sốt (nếu trẻ sốt cao), kháng sinh ( để chống bội nhiễm) và thuốc bôi ngoài da. Việc dùng thuốc gì phụ thuộc vào cơ địa của từng trẻ và phải theo hướng dẫn của bác sĩ.

Trong quá trình điều trị và chăm trẻ vẫn cần chú ý theo dõi kỹ tình trạng của trẻ. Nếu thấy trẻ có dấu hiệu sốt cao không hạ nhiệt hoặc đã hạ sốt nhưng đột nhiên sốt cao trở lại; các mụn thủy đậu bị vỡ gây trầy xước da, cần đưa trẻ đến ngay cơ sở y tế để điều trị kịp thời.

**Các quan niệm sai lầm**

**Kiêng tắm, kiêng ăn:** Làm như vậy bé sẽ dễ bị nhiễm trùng do da ẩm ướt không sạch. Kiêng ăn sẽ làm trẻ suy dinh dưỡng thêm, giảm sức đề kháng khó lành bệnh.

**Kiêng gió, trùm kín** để xổ ra hết không lậm vào nội tạng. Điều này sai vì trẻ ra càng ít là sức đề kháng tốt và ít biến chứng hơn.

**Tắm hay uống nước gốc rạ:** Không có giá trị chữa bệnh, có thể gây nhiễm trùng thêm hay ngộ độc hóa chất nông nghiệp có trong gốc rạ.

**Các bạn thân mến ! Chương trình phát thanh măng non của Liên đội đến đây là hết rồi. Hẹn gặp lại các bạn trong chương trình lần sau nhé.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 2,3 tháng 2** | **Ngày 10 tháng 2 năm 2023** |

**Người phát thanh:** **Nguyễn Hoàng Bích Ngọc**

**Nguyễn Thu Hương**

Đội tuyên truyền măng non Trường Tiểu học Yên Đức xin kính chào các thầy cô và các bạn đội viên nhi đồng thân mến!

( Mở nhạc)

Các bạn thân mến! Thời tiết hiện nay đang vào mùa xuân, chúng ta cần chú ý giữ sức khoẻ, phòng chống các dịch bệnh như: covid, cúm mùa, sốt xuất huyết, thuỷ đậu....

**Chúng ta cùng tìm hiểu để phòng, chống sốt xuất huyết**

Để bảo vệ sức khỏe cho bản thân, gia đình và mọi người xung quanh, Bộ Y tế kêu gọi người dân mỗi tuần hãy dành 10 phút để diệt bọ gậy/lăng quăng và thực hiện các biện pháp phòng bệnh sau:

## 6 điều cần làm để phòng bệnh sốt xuất huyết

1. Kiểm tra, phát hiện và diệt lăng quăng trong các dụng cụ chứa nước sinh hoạt bằng cách thường xuyên thau rửa, đậy nắp kín bể và các vật dụng chứa nước, thả cá để tiêu diệt lăng quăng.

2. Thường xuyên thay nước ở các lọ hoa, thả muối hoặc hóa chất diệt bọ gậy vào bát nước kê chân chạn, bể cảnh, hòn non bộ, khay nước thải tủ lạnh...

3. Loại bỏ các vật liệu phế thải, hốc nước tự nhiên, lật úp các vật dụng có thể chứa nước không sử dụng, để không cho muỗi đẻ trứng.

4. Ngủ màn phòng muỗi đốt ngay cả ban ngày, mặc quần áo dài tay, dùng bình xịt muỗi, hương muỗi, kem xua muỗi, vợt điện muỗi... để diệt muỗi và phòng muỗi đốt.

5. Tích cực phối hợp với ngành y tế trong các chiến dịch diệt bọ gậy/lăng quăng và các đợt phun hóa chất phòng, chống dịch.

6. Khi bị sốt đến ngay cơ sở y tế để được khám và tư vấn điều trị. Không tự ý điều trị tại nhà.

Các bạn chú ý thực hiện tốt để tránh mắc bệnh. Bên cạnh việc phòng tránh bệnh sốt xuất huyết, và các bệnh dịch, chúng ta còn phải thực hiện vệ sih thật tốt để bảo vệ sức khoẻ. Đặc biệt là việc bảo vệ đôi mắt, nhiều bạn xem ti vi, điện thoại quá nhiều, ngồi học không đúng tư thế, không đủ ánh sáng cũng ảnh hưởng đến đôi mắt.

# Cách chăm sóc, bảo vệ mắt cho bé để tránh cận thị

Việc chăm sóc, bảo vệ mắt vô cùng cần thiết ở mọi lứa tuổi, nhất là ở độ tuổi nhỏ.

**1.Đọc/viết đúng khoảng cách**

- Khi đọc sách, viết chữ, các cần tập thói quen **tạo 1 khoảng cách giữa mặt với bàn học từ 30 – 40 cm**, **không đọc và viết với khoảng cách gần hơn**để tránh làm hệ thị giác phải “cố quá sức" điều tiết, dễ gây mỏi mắt, tăng khả năng bị cận thị.

- Nếu là**sử dụng máy vi tính** thì phải **giữ cho mắt cách khoảng 60 cm** để vừa bảo vệ mắt vừa tránh các tác hại xấu của màn hình vi tính tối đa.

**2.Cung cấp ánh sáng phù hợp**

- Bàn học hoặc nơi đọc sách, học tập phải là**nơi có ánh sáng đầy đủ**, **đèn chiếu sáng lắp đặt ở vị trí có thể chiếu sáng rõ cả khu vực bàn học**. Hạn chế tối đa việc học tập ở những vị trí khuất bóng, thiếu ánh sáng, rất có hại cho mắt.

**3. Cho mắt nghỉ đúng lúc**

- Khi mắt mỏi, có cảm giác tầm nhìn bị nhòe đi hoặc **sau mỗi 20 phút**  học, các bạn cần **nhắm mắt nghỉ ngơi tầm 30 – 60 giây** hoặc n**hìn ở vị trí xa tầm 2 phút**sẽ giúp thư giãn đôi mắt cực hiệu quả.

- Tập **chớp mắt** để nước mắt phủ đều trên bề mặt mắt cho mắt thoải mái, giảm mệt hơn.

- K**hông học tập, chơi game liên tục quá 45 phút**, cần ra ngoài chơi, thư giãn đôi mắt thường xuyên để mắt sáng đẹp, không bị cận.

- **Xem tivi không quá 60 phút/ngày**, khoảng cách tivi với người xem cần đảm bảo khoảng cách xa gấp 4 lần chiều dài đường chéo của tivi, nếu mắt trẻ có tật khúc xạ nên đeo kính khi xem.

**4. Đọc sách/viết chữ ở tư thế đúng**

- Khi ngồi đọc sách/viết chữ cần **giữ lưng thẳng, ngay ngắn, cổ thẳng** để tránh bị vẹo cột sống, gù lưng, mỏi cổ. **Không nằm đọc sách** vì mắt khó điều tiết, dễ bị mỏi mắt, cũng không đọc sách khi di chuyển trên tàu, xe vì chữ rung lắc, khó đọc, nhức mắt.

**5. Bổ sung dưỡng chất tốt cho mắt**

- Sử dụng nhiều **rau củ quả tươi, thịt, trứng, cá ngừ, cá hồi** để bổ sung vitamin A, C, E, khoáng chất, axit béo Omega-3 giúp cho mắt tăng điều tiết, chống thoái hóa võng mạc, hạn chế bị cận thị hiệu quả.

- Trường hợp nếu bị tăng nguy cơ bị cận cao, có thể bổ sung thực phẩm chức năng, thuốc bổ mắt để giữ cho đôi mắt sáng đẹp, khỏe mạnh.

**6. Khám mắt thường xuyên**

-**Định kỳ nên đi khám mắt**để chỉnh tật khúc xạ hoặc nhận tư vấn cách chăm sóc mắt trực tiếp từ bác sĩ để bảo vệ đôi mắt tốt hơn.

Các bạn chú ý tạo thói quen chăm sóc mắt từ sớm để giữ cho đôi mắt khỏe ngay từ bây giờ, để không còn nỗi lo cận thị học đường nữa nhé.

**Các bạn thân mến ! Chương trình phát thanh măng non của Liên đội đến đây là hết rồi. Hẹn gặp lại các bạn trong chương trình lần sau nhé.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Bài Phát thanh tuần 4 tháng 2** | **Ngày tháng 2 năm 2023** |

**Người phát thanh:** **Nguyễn Hoàng Bích Ngọc**

**Nguyễn Thu Hương**

Đội tuyên truyền măng non Trường Tiểu học Yên Đức xin kính chào các thầy cô và các bạn đội viên nhi đồng thân mến!

( Mở nhạc)

Các bạn thân mến! Năm nay hội đồng đội các cấp tổ chức các hoạt động kỉ niệm 80 năm ngày mất của anh Kim Đồng, chúng ta cùng tìm hiểu nhé

# Tiểu sử Kim Đồng

[[](http://thhoaphu-hoavang.edu.vn/uploads/dieu-em-can-biet/2013_08/screenhunter_007.jpg)](http://thhoaphu-hoavang.edu.vn/uploads/dieu-em-can-biet/2013_08/screenhunter_007.jpg)

**Kim Đồng (1929 - 1943) là bí danh của Nông Văn Dền, sinh ngày 15 tháng 2 năm 1928 trong gia đình người dân tộc Tày ở bản Nà Mạ, xã Trường Hà, huyện Hà Quảng, tỉnh Cao Bằng. Anh là một trong năm đội viên đầu tiên của tổ chức Đội Thiếu niên Tiền phong Hồ Chí Minh và là một thiếu niên có công bảo vệ cán bộ cách mạng trong thời kỳ chống Pháp, được phong tặng danh hiệu Anh hùng lực lượng vũ trang.**

Tháng 8 năm 1942, Kim Đồng vinh dự được gặp Bác Hồ tại hang Nộc Én ở trên núi sau làng Nà Mạ. Bác khen ngợi đội trưởng Kim Đồng mưu trí, nhanh nhẹn, dũng cảm. Bác khuyên Kim Đồng cùng đội viên hãy giúp đỡ, tích cực bảo vệ cách mạng, vừa hoạt động vừa học văn hoá, chính trị để sau này nước nhà giành được độc lập, góp phần xây dựng đất nước.  
5 giờ sáng ngày 15 tháng 2 năm 1943, trong lúc đang làm nhiệm vụ canh gác cuộc họp của ban Việt Minh, khi phát hiện giặc lùng sục đến gần, Kim Đồng đã nhanh trí đánh lạc hướng để bảo vệ cán bộ cách mạng, địch nổ súng, Kim Đồng bị trúng đạn và đã hy sinh, khi đó vừa tròn 14 tuổi.  
Đến năm 1997, Kim Đồng được phong tặng danh hiệu Anh hùng lực lượng vũ trang.

Các bạn thân mến! Chương trình phát thanh măng non của Liên Đội trường Tiểu học Yên Đức của chúng mình đến đây là hết rồi .Xin hẹn gặp lại các bạn trong chương trình lần sau nhé.Thân ái chào các bạn.