**TUẦN 23**

**TỰ NHIÊN VÀ XÃ HỘI**

**CHỦ ĐỀ 5: CON NGƯỜI VÀ SỨC KHỎE**

**Bài 19: CHĂM SÓC VÀ BẢO VỆ CƠ QUAN TIÊU HÓA (T1)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1. Năng lực đặc thù: Sau khi học, học sinh sẽ:**

- Trình bày được một số việc cần làm hoặc cần tránh để giữ gìn bảo vệ các cơ quan tiêu hóa.

- Kể được tên một số thức ăn, đồ uống và hoạt động có hại đối với các cơ quan tiêu hóa và cách phòng tránh,

- Xây dựng và thực hiện được thời gian biểu phù hợp để có được thói quen học tập, vui chơi, ăn uống, nghỉ ngơi điều độ và ngủ đủ giấc

**2. Năng lực chung.**

- Năng lực tự chủ, tự học: Biết quan sát,Có biểu hiện chú ý học tập, phân tích , tự giác tìm hiểu bài để hoàn thành tốt nội dung tiết học.

- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Có biểu hiện tích cực, sáng tạo trong các hoạt động học tập, trò chơi, vận dụng.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Có biểu hiện tích cực, sôi nổi và nhiệt tình trong hoạt động nhóm. Có khả năng trình bày, thuyết trình, đóng vai, xử lý tình huống… trong các hoạt động học tập.

**3. Phẩm chất.**

- Phẩm chất nhân ái: Biết chăm sóc sức khỏe của bản thân và những người trong gia đình.

- Phẩm chất chăm chỉ: Có tinh thần chăm chỉ học tập, luôn tự giác tìm hiểu bài.

- Phẩm chất trách nhiệm: Giữ trật tự, biết lắng nghe, học tập nghiêm túc. Có trách nhiệm với tập thể khi tham gia hoạt động nhóm.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

- Tranh: ảnh về bảo vệ, chăm sóc cơ quan tiêu hóa .

- Giấy A4, B2 hoặc B3

- SGK và các thiết bị, học liệu phục vụ cho tiết dạy.

-Giấy màu, bút vẽ hay băng dính 2 mặt.

**III. HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của giáo viên** | **Hoạt động của học sinh** |
| **1. Khởi động:**- Mục tiêu: + Tạo không khí vui vẻ, phấn khởi trước giờ học.+ Kiểm tra kiến thức đã học của học sinh ở bài trước.- Cách tiến hành: |
| + GV nêu câu hỏi: Đã bao giờ bạn bị đau bụng chưa? Tại sao lại bị đau bụng?- GV Nhận xét, tuyên dương.- GV dẫn dắt vào bài mới:” Chăm sóc và bảo vệ cơ quan tiêu hóa” | HS quan sát hình 1 trang 78 và đọc đoạn hội thoại+ Trả lời: Mình từng bị đau bụng. Do ăn thức ăn chưa chín hay ôi thiu…- HS lắng nghe.Ghi bài |
| **2. Khám phá***:***-** Mục tiêu: - Điều gì sẽ xảy ra với thức ăn khi chúng ta ăn vào cơ thể?+ Chỉ và nói được các bộ phận của cơ quan tiêu hóa?+ Cơ quan tiêu hóa gồm những bộ phận nào?**-** Cách tiến hành: |
| **Hoạt động 1. Chỉ và nói được các bộ phận của cơ quan tiêu hóa (Làm việc theo cặp)****-** GV yêu cầu HS quan sát hình 2 trang 78 trong SGK chỉ và trả lời câu hỏi:+ Những thức ăn đồ uống nào có lợi cho cơ quan tiêu hóa? Tại sao?+ Em hãy kể thêm những thức ăn có lợi, không có lợi cho cơ quan tiêu hóa- Đại diện từng cặp lên chỉ và nói tên thức ăn có lợi và không có lợi cho cơ quan tiêu hóa.- Đại diện một sô em kể thâm những thức ăn mình biết có lợi và không có lợi cho cơ quan tiêu hóa- GV mời các HS khác nhận xét.- GV nhận xét chung, tuyên dương. | - Học sinh đọc yêu cầu bài và tiến trình bày:1 HS chỉ 1 HS nêu:+Thức ăn đồ uống có lợi:nước, lọc , nước đã đun sôi , sữa, ngũ cốc, cá thịt, hoa quả tươi+Thức ăn không có lợi: đồ uống có ga có cồn,đồ chiên dán, đồ ăn nhanh, chế biến sắn để đông lanh để lâu…* HS nối tiếp nêu thêm:

+ Tôm, cua, khoa , đậu các loại, bí đỏ , bí xanh, nước ép hoa quả, rau….- HS nhận xét ý kiến của bạn.- Lắng nghe rút kinh nghiệm.- 1 HS nêu lại nội dung HĐ1 |
| **Hoạt động 2. Cơ quan tiêu hóa gồm những bộ phận nào?**-**-** GV yêu cầu HS quan sát hình 3đếm 8 trang 79 trong SGK chỉ và trả lời câu hỏi:+ Các bạn trong hình đang làm gì? Nó có lợi hay có hại gì cho cơ thể?Tại sao?+ Em hãy nêu những việc nào nên là, việc nào cần tránh để bảo vệ cho cơ quan tiêu hóa- Đại diện từng cặp lên chỉ và nói việc các bạn đang làn và việc đó có lợi hay có hại cho cơ quan tiêu hóa vì sai- Đại diện một số em kể thêm những việc làm mình biết có lợi và không có lợi cho cơ quan tiêu hóa- GV chốt HĐ2 và mời HS đọc lại.*Nhắc nhở học sinh không nên ăn hoa quả thức ăn chưa rửa sạch hay không uống nước chưa đun sôi* | - Học sinh chia nhóm bàn, đọc yêu cầu bài và tiến hành thảo luận.- Đại diện các nhóm trình bày:- Đại diện các nhóm nhận xét.- Lắng nghe rút kinh nghiệm.Tranh 3: Úp lồng bàn vào thức ăn sau khi nấu xong mà chưa ăn ngay: Nên làm để tránh ruồi bọ đậu gây nhiễm vi khuẩn..-Tranh 4 10 giờ tối còn ăn gà rán rồi mới đi ngủ: Không nên, vì thức ăn đó chứa nhiều dầu mỡ lâu tiêu, khiến da dày- cơ quan tiêu hóa phải hoạt động nhiều không được nghỉ ngơi, mình sẽ khó ngủ và có hại cho sức khỏeTranh 5 Không nên hứa với bạn đợi ăn xong mới đi đá bóng vì ăn no chạy sẽ ảnh hưởng đến sức khỏeTranh 6 : Không nên ăn nhanh để đi xem ti vi , vì không nhai kỹ sẽ có hại cho tiêu hóa không tiết được nhiều nươc bọt, dịch vị không tốt cho việc tiêu hóa thức ănTranh 7 Nên làm, rủa tay ngay sau khi đi vệ sinh sẽ tránh được nhiễm vi khuẩncó hại cho sức khỏeTranh 8: Không nên uống nước mía ở vệ sđường khi có ruồi bay đến đậu mà không có biện pháp loại bỏ hay ngăn chặn ruồi như vậy sẽ dễ bị nhiễm khuẩn từ ruồi bọ vào đồ uống ânh hưởng đến sức khỏe.- 1 HS nêu lại nội dung HĐ2 |
| **3. Vận dụng.**- Mục tiêu:+ Củng cố những kiến thức đã học trong tiết học để học sinh khắc sâu nội dung.+ Vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn.+ Tạo không khí vui vẻ, hào hứng, lưu luyến sau khi học sinh bài học.- Cách tiến hành: |
| - GV yêu cầu từng cặp HS liên hệ thực tế bằng cách kể thêm những loại thức ăn và việc làm có lợi và không có lợi cho cơ quan tiêu hóa - GV – lớp nhận xét tuyên dương - GV yêu cầu HS ôn kĩ và viết các bộ phận của cơ quan tiêu hóa vào vở. | - HS thực hành theo cặp đôi.-Đại diện một số cặp trình bày. |
| **IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY:**..................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................... |

.............................................................................

**TỰ NHIÊN VÀ XÃ HỘI**

**CHỦ ĐỀ 5: CON NGƯỜI VÀ SỨC KHỎE**

**Bài 19: CHĂM SÓC VÀ BẢO VỆ CƠ QUAN TIÊU HÓA (T2)**

**I. YÊU CẦU** CẦN ĐẠT:

**1. Năng lực đặc thù: Sau khi học, học sinh sẽ:**

- Trình bày được một số việc cần làm hoặc cần tránh để giữ gìn bảo vệ các cơ quan tiêu hóa.

- Kể được tên một số thức ăn, đồ uống và hoạt động có hại đối với các cơ quan tiêu hóa và cách phòng tránh,

- Xây dựng và thực hiện được thời gian biểu phù hợp để có được thói quen học tập, vui chơi, ăn uống, nghỉ ngơi điều độ và ngủ đủ giấc

**2. Năng lực chung.**

- Năng lực tự chủ, tự học: Biết quan sát,Có biểu hiện chú ý học tập, phân tích , tự giác tìm hiểu bài để hoàn thành tốt nội dung tiết học.

- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Có biểu hiện tích cực, sáng tạo trong các hoạt động học tập, trò chơi, vận dụng.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Có biểu hiện tích cực, sôi nổi và nhiệt tình trong hoạt động nhóm. Có khả năng trình bày, thuyết trình, đóng vai, xử lý tình huống… trong các hoạt động học tập.

**3. Phẩm chất.**

- Phẩm chất nhân ái: Biết chăm sóc sức khỏe của bản thân và những người trong gia đình.

- Phẩm chất chăm chỉ: Có tinh thần chăm chỉ học tập, luôn tự giác tìm hiểu bài.

- Phẩm chất trách nhiệm: Giữ trật tự, biết lắng nghe, học tập nghiêm túc. Có trách nhiệm với tập thể khi tham gia hoạt động nhóm.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

- Tranh: ảnh về bảo vệ, chăm sóc cơ quan tiêu hóa .

- Giấy A4, B2 hoặc B3

- SGK và các thiết bị, học liệu phục vụ cho tiết dạy.

-Giấy màu, bút vẽ hay băng dính 2 mặt.

**III. HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của giáo viên** | **Hoạt động của học sinh** |
| **1. Khởi động:**- Mục tiêu: + Tạo không khí vui vẻ, phấn khởi trước giờ học.+ Kiểm tra kiến thức đã học của học sinh ở bài trước.- Cách tiến hành: |
| + GV yêu cầu một số HS thi kể những việc làm có lợi và cách bảo vệ cơ quan tiêu hóa.- GV Nhận xét, tuyên dương.- GV giới thiệu bài: Chúng ta đã biết các bộ phận của cơ quan tiêu hóa, vậy chức năng của từng bộ phận đó như thế nào? Để đảm bảo cơ thể, cơ quan tiêu hóa luôn khỏe mạnh chúng ta cần biết việc nên làm hay không nên làm để bảo vệ cơ quan tiêu hóaLiên hệ bvào bài học | + HS nêu: ăn chín uống sôi, tránh ăn thức ăn oi thiu hay hoa quả, thức ăn chưa rủa sạch, không ăn thức ăn nhanh hay đồ uống có cồn và ga, quá nhiều đường…- HS lắng nghe. |
| **2. Khám phá***:***-** Mục tiêu: +Tìm hiểu bữa ăn hàng ngày của các em, và biết việc mình nên làm , nên tránh để bảo vệ cơ quan tiêu hóa+Biết trao đổi, chia sẻ kiến thức với các bạn.-Cách tiến hành: |
| **Hoạt động 1. Quan sát tranh và trả lời câu hỏi(làm việc theo cặp)****-** GV hướng dẫn HS Chia sẻ về bữa ăn hàng ngày của em theo gợi ý sau. - GV yêu cầu một HS đặt câu hỏi, một HS trả lời câu hỏi.-Thời gian ăn mỗi bữa ăn là vào lúc nào, bo nhiêu lâu thì phù hợp?+ Tên thức ăn nên ăn trong mỗi bữa ăn đó?+ Để chăm sóc và bảo vệ cơ quan tiêu hóa em cần thay đổi những thói quan ăn uống nào?- GV mời một số HS lên trình bày.- GV mời các HS khác nhận xét.- GV nhận xét chung, tuyên dương. | - Một HS đặt câu hỏi, một HS trả lời câu hỏi.- HS lần lượt nói và ghi vào phiếu giấy khổ to để dán bảng, rồi ghi vở theo bảng mẫu khuyến khích trang trí cho bảng thật đẹp

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Bữa ăn | Thời gian | Tên thức ăn đồ uống |
| Sáng | 6-7 giờ | Cháo, hay: mì, bún, phở |
| Trưa | 11-12 giờ | Cơm,thịt luộc, hay kho , xào…canh hay phở bún….hoa quả tráng miệng |
| Tối | 18-19 giờ | Cơm canh các loại rau củ, thịt hay cá …hoa quả tráng miệng  |
| … | … | … |

Giải thích thời gian, thức ăn, đồ uống đó có lợi hay hại cho cơ quan tiêu hóa vì sao- HS khác nhận xét. |
| **3.Thực hành:** **-** Mục tiêu: +Đóng vai xử lý tình huống+ Biết được cần rửa hoa quả trước khi ăn, uống nước đã đun sôi, không ăn thức ăn để quá lâu đã ôi, thiu, mốc…dễ bị tiêu chảy, ngộ độc thức ăn…+ HS vui vẻ, hỗ trợ và hợp tác cùng nhau để hoàn thành trò chơi. Có khả năng đóng vai và xử lý tình huống tốt. **-** Cách tiến hành: |
| + GV chia nhóm và tổ chức trò chơi đóng vai xử lý tình huống “quả vừa hái xong chưa rửa ăn ngay?, Uống nước chưa đun sôi múc lên từ chum vại? ăn bánh mì đẫ bị mốc có màu và mụi lạ” Để tìm ra cách ăn uống vfa việc nên hay không nên làm để bảo vệ cơ quan tiêu hoa theo gợi ý như hình.+ GV gọi HS lên thể hiện trước lớp.+ GV nhận xét, tuyên dương các HS thực hiện tốt sáng tạo. | -HS chơi theo nhóm + Lần lượt vài nhóm HS lên đóng vai xử lý tình huống+ Hình 9 : khuyên bạn không nên ăn hoa quả khi chưa rửa sạch, dễ nhiễm khuẩn hay dính thuốc bảo vệ thực vật làm đau bụng ,ngộ độc thức ănHình 10 : Khuyên bạn không nên uống nước ở chum vại chưa đun sôi, dễ đau bụng, tiêu chảy…mắc bệnh về đường tiêu hóaHình 11: Khuyên bạn k ăn thức ăn để lâu có màu mùi lạ bị ôi thiêu dễ mắc bệnh đường tiêu hóa…- Các HS khác nhận xét. |
| **4. Vận dụng.**- Mục tiêu:+ Củng cố những kiến thức đã học trong tiết học để học sinh khắc sâu nội dung.+ Vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn.+ Tạo không khí vui vẻ, hào hứng, lưu luyến sau khi học sinh bài học.- Cách tiến hành: |
| - GV chia nhóm và yêu cầu HS nhớ lại việc ăn , uống của mình hàng ngày và nêu điều gì xảy ra nếu chúng ta thường xuyên không ăn sáng, ăn quá nhanh , ăn nhiều thức ăn cay nóng, chưa nấu kỹ hay khi ăn nhai không kỹ hay vừa ăn no lại chạy nhảy và hoạt động mạnh ngay- GV mời một số HS lên nêu , nhận xét bạn và bổ sung.- GV khen gợi HS tích cực và hoàn thành tốt, sáng tạo. | - gợi ý Ảnh hưởng đến sức khỏe và năng xuất công việc, có thể dễ bị dạ dạy- cơ quan tiêu hóa, dễ đau dạ dàyhay nhiễm bệnh về đường tiêu hóa |
| \* Tổng kết:- GV cho HS đọc thầm lời chốt của ông Mặt Trời và mời một số bạn lên nói lại chốt kiến thức.- GV yêu cầu HS quan sát tranh và miêu tả hình ảnh bức tranh và lời thoại nhắc nhở em điều gì?( Không nên chạy nhảy ngay sau khi ăn no) |
| \*Đánh Giá:1. Câu hỏi: Viết 5 loại thức ăn đồ uống, 5 việc làm có lợi cho cơ quan tiêu hóa2.Gợi ý đánh giá:Hoàn thành tốt :nếu viết đủ 5 đánh giáHT nếu viết được 3 hay 4 đánh giáChưa hoàn hành nếu viết được 1 hay 2 đánh giá- Hướng dẫn về nhà;+ GV yêu cầu HS suy nghĩ, tìm hiểu về việc: Tìm hiểu về cơ quan tuần hoàn để chuẩn bị cho bài học sau. |
| **IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY:**............................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................... |