**TUẦN 28: CHỦ ĐỀ 5: CONG NGƯỜI VÀ SỨC KHỎE**

**Bài 20: MỘT SỐ BỆNH LIÊN QUAN ĐẾN DINH DƯỠNG**

**VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH (T1)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1. Năng lực đặc thù:**

- Nêu được tên, dấu hiệu chính của một số bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dưỡng.

- Vận động mọi người trong gia đình cùng thực hiện đo chiều cao, cân nặng.

**2. Năng lực chung.**

- Năng lực tự chủ, tự học: Tích cực trong việc tìm hiểu kiến thức, .

- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Nâng cao kiến thức về một số bệnh liên quan đến dinh dưỡng.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Phát triển năng lực giao tiếp khi tham gia thảo luận nhóm, biết trình bày, báo cáo kết quả công việc trước người khác.

**3. Phẩm chất.**

- Phẩm chất nhân ái: Xây dựng tốt mối quan hệ thân thiện với bạn trong học tập và trải nghiệm.

- Phẩm chất chăm chỉ: Có tinh thần chăm chỉ rèn luyện để nắm vững nội dung yêu cầu cần đạt của bài học.

- Phẩm chất trách nhiệm: Có ý thức trách nhiệm với lớp, tôn trọng tập thể.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

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

**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, khấn khởi trước giờ học.  + Thông qua khởi động, giáo viên dẫn dắt bài mới hấp dẫn để thu hút HS tập trung.  - Cách tiến hành: | |
| - GV y/c HS đọc câu hỏi trong phần mở đầu trang 83 SGK.  - GV y/c HS nối tiếp trả lời  - GV nhận xét, tuyên dương và dẫn dắt vào bài mới: bài học ngày hôm nay phải chúng ta sẽ cùng tìm hiểu về một số bệnh phổ biến liên quan đến dinh dữơng và một số dấu hiệu chính của một số bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dữơng. | - theo bạn, điều gì sẽ xảy ra với cơ thể của một người khi người đó thường xuyên ăn thừa hoặc thiếu chất dinh dữơng?  - HS nối tiếp trả lời.  - HS lắng nghe. |
| **2. Khám phá***:*  **-** Mục tiêu:  + Nêu được tên, dấu hiệu chính của một số bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dữơng.  + Nêu được nguyên nhân của một số bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dữơng.  **-** Cách tiến hành: | |
| - GV mời 2 HS lần lượt hỏi - đáp về tên và dấu hiệu của các bệnh liên quan đến dinh dữơng ở các H1,2,3 trang 83 sách giáo khoa    - GV mời 1 số nhóm báo cáo kết quả.  - GV nhận xét, bổ sung:  Bệnh còi xương: xương giòn, mềm, yếu, dị tật xương do thiếu canxi, vitamin D và kẽm.  Bệnh scorbut: chảy máu chân răng, viêm lợi do thiếu vitamin C.  Bệnh beriberi (bệnh tê phù): thiếu vitamin B1.  Bệnh khô mắt hoặc quáng gà thường có biểu hiện mắt nhìn kém, mắt khô dẫn đến nhiễm trùng mạn tính do thiếu vitamin A.  Bệnh bướu cổ có thể làm trẻ em bị còi cọc, suy tuyến giáp dẫn đến đần độn, tâm lý phát triển chậm do thiếu i ốt. | - Các nhóm thực hiện.  - Các nhóm báo cáo kết quả.  ***H1: bệnh suy dinh dữơng thấp còi***  ***H2: bệnh thiếu máu sắt***  ***H3: bệnh thừa cân béo phì***  - Các nhóm khác nghe và nhận xét |
| **3. Thực hành***:*  **-** Mục tiêu:  + HS thực hành đo chiều cao, cân nặng và ghi lại**.**  **-** Cách tiến hành: | |
| **(Làm việc nhóm 4)**  **-** GV y/c các nhóm lần lượt đo chiều cao và cân nặng của từng thành viên và ghi lại.  - GV y/c từng HS đọc bảng cân nặng - chiều cao chuẩn của trẻ 10 tuổi ở mục “Em có biết” trang 84 SGK  - GV y/c từng HS đọc thầm lại bảng cân nặng - chiều cao chuẩn của trẻ 10 tuổi trang 84 SGK và đối chiếu với số đo chiều cao, cân nặng của bản thân để tự xếp loại.    - GV y/c nhóm trưởng tổ chức cho các bạn chia sẻ xếp loại về cân nặng và chiều cao trong nhóm. Thư ký ghi lại thống kê theo gợi ý   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | |  | cân nặng (kg) | | | chiều cao (cm) | | | |  | số bạn nhẹ cân | số bạn có cân nặng trung bình | số bạn béo phì | số bạn bị thấp còi | số bạn có chiều cao trung bình | số bạn bị quá cao | | Nữ |  |  |  |  |  |  | | Nam |  |  |  |  |  |  |     - GV y/c một tổ nhóm báo cáo kết quả thống kê của nhóm mình  ***Lưu ý:*** không nêu tên bạn nhẹ cân phải béo phì hoặc thấp còi hay quá cao chiếc lớp.  - GV nhận xét và KL: | - HS tiến hành đo  - 1 HS đọc to, cả lớp đọc thầm  - HS thực hiện  - Các nhóm thực hiện.  - Đại diện một số nhóm báo cáo kết quả thống kê của nhóm mình  - HS lắng nghe. |
| **4. Vận dụng trải nghiệm.**  - Mục tiêu:  + Củng cố những kiến thức đã học trong tiết học để HS khắc sâu nội dung.  + Vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn: Đo chiề cao, cân nặng của các thành viên trong gia đình.  + Tạo không khí vui vẻ, hào hứng, lưu luyến sau khi học sinh bài học.  - Cách tiến hành: | |
| - GV về nhà vận động mọi người trong gia đình thực hành đo chiều cao, cân nặng và đối chiếu với tiêu chuẩn về chiều cao, cân nặng theo lứa tuổi.  - Nhận xét sau tiết dạy, dặn dò về nhà. | - HS lắng nghe và cam kết thực hiện.  - HS tham gia trò chơi |
| **IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY:**  ..............................................................................................................................  ..............................................................................................................................  .............................................................................................................................. | |

---------------------------------------------------

**TUẦN 29: CHỦ ĐỀ 5: CONG NGƯỜI VÀ SỨC KHỎE**

**Bài 20: MỘT SỐ BỆNH LIÊN QUAN ĐẾN DINH DƯỠNG**

**VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH (T2)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1. Năng lực đặc thù:**

- Nêu được nguyên nhân và cách phòng tránh của một số bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dữơng.

- Thực hiện được một số việc làm để phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng.

**2. Năng lực chung.**

- Năng lực tự chủ, tự học: Tích cực trong việc tìm hiểu kiến thức.

- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Nâng cao kiến thức về một số bệnh liên quan đến dinh dưỡng.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Phát triển năng lực giao tiếp khi tham gia thảo luận nhóm vậy biết trình bày, báo cáo kết quả công việc trước người khác.

**3. Phẩm chất.**

- Phẩm chất nhân ái: Xây dựng tốt mối quan hệ thân thiện với bạn trong học tập và trải nghiệm.

- Phẩm chất chăm chỉ: Có tinh thần chăm chỉ rèn luyện để nắm vững nội dung yêu cầu cần đạt của bài học.

- Phẩm chất trách nhiệm: Có ý thức trách nhiệm với lớp, tôn trọng tập thể.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

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

**III. HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

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

**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, khấn khởi trước giờ học.  + Thông qua khởi động, GV dẫn dắt bài mới hấp dẫn để thu hút HS tập trung.  - Cách tiến hành: | |
| - GV tổ chức trò chơi “Nhìn hình đoán bệnh”  - GV chiếu tranh một số bệnh (mỗi tranh là 1 bệnh).  + Bệnh còi xương  + bệnh biếu cổ.  + bệnh thiếu máu thiếu sắt  + bệnh thừa cân béo phì  - GV nhận xét, tuyên dương  - GTB: Tiết học trước các em đã tìm hiểu về một số bệnh phổ biến liên quan đến dinh dưỡng. Hôm nay, chúng ta cùng tìm hiểu nguyên nhân và cách phòng tránh hiệu quả để phòng tránh chúng để duy trì một lối sống lành mạnh và cân bằng về dinh dưỡng." | - HS quan sát và lắng nghe cách chơi.  - HS tham gia chơi: nêu tên bệnh các biểu hiện  - HS lắng nghe. |
| **2. Hoạt động khám phá***:*  **-** Mục tiêu:  + Nêu được nguyên nhân và cách phòng tránh của một số bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dữơng.  + Thực hiện được một số việc làm để phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng.  **-** Cách tiến hành: | |
| - GV mời cả lớp sinh hoạt nhóm 2, cùng nhau đọc thông tin SGK trang 84-85 lần lượt hỏi - đáp:  Nêu nguyên nhân và cách phòng tránh các bệnh: suy dinh dữơng thấp còi, thiếu máu thiếu sắt và thừa cân béo phì.      - GV yêu cầu một số cặp trình bày trước lớp.  - GV y/c một số HS trả lời câu hỏi:  + Trong số những bệnh suy dinh dữơng thấp còi, thiếu máu thiếu sắt, thừa cân béo phì, bệnh nào có nguyên nhân do thiếu máu hoặc thừa chất dinh dữơng?  + Em cần làm gì để phòng tránh các bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dữơng?  - GV nhận xét tuyên dương và kết luận: Để phòng tránh các bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dữơng, em cần thực hiện chế độ ăn uống cân bằng và lành mạnh; ăn phối hợp nhiều loại thức ăn, ăn đủ rau, hoa quả, uống đủ nước để cơ thể được cung cấp đầy đủ chất dinh dữơng và năng lượng, đồng thời giúp ăn ngon miệng và tiêu hóa tốt; ăn thực phẩm an toàn để phòng tránh bị ngộ độc thức ăn gây nôn ngủ vậy tiêu. | - HS thực hiện.  - các nhóm lên trình bày. Các nhóm khác nghe, nhận xét, góp ý.  - Bệnh do thiếu chất dinh dữơng: bệnh suy dinh dữơng thấp còi,, bẩy thiếu máu thiếu sắt.  Bệnh thừa chất dinh dữơng: bệnh thừa cân béo phì  - HS trả lời theo ý hiểu  - HS lắng nghe, ghi nhớ. |
| **3. Luyện tập.**  - Mục tiêu:  + Củng cố kiến thức về cách phòng tránh một số bệnh do thiếu chất dinh dữơng.  - Cách tiến hành: | |
| - GV cho HS chơi trò chơi: “Chọn thức ăn”  - GV chia lớp thành 2 đội để chơi  - GV nêu cách chơi: 1 đội nêu tên một bệnh do thiếu dinh dữơng, các bạn đội khác sẽ kể tên những loại thức ăn có chứa chất dinh dữơng giúp phòng tránh bệnh đó (nếu không nêu được thức ăn giúp phòng tránh bệnh đó là bị thua)  VD: Đội 1: bệnh thiếu máu thiếu sắt  Đội 2: ăn thức ăn có chứa sắt như thịt bò, hải sản, …  - GV tổ chức cho HS chơi  - GV nhận xét tuyên dương. | - HS lắng nghe  - HS chơi  - HS lắng nghe, rút kinh nghiệm. |
| **4. Vận dụng trải nghiệm.**  - 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: thực hiện được một số việc làm để phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng.  + Tạo không khí vui vẻ, hào hứng, lưu luyến sau khi học sinh bài học.  - Cách tiến hành: | |
| - GV nhắc HS cam kết về nhà thực hiện ăn uống đầy đủ chất dinh dưỡng để phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng.  - Nhận xét sau tiết dạy  - Dặn dò về nhà. | - HS lắng nghe và cam kết thực hiện.  - HS lắng nghe |
| **IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY:**  ..............................................................................................................................  ..............................................................................................................................  .............................................................................................................................. | |

---------------------------------------------------

**TUẦN 29: CHỦ ĐỀ 5: CONG NGƯỜI VÀ SỨC KHỎE**

**Bài 20: MỘT SỐ BỆNH LIÊN QUAN ĐẾN DINH DƯỠNG**

**VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH (T3)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1. Năng lực đặc thù:**

- Vận động mọi người trong gia đình cùng thực hiện phòng tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng.

**2. Năng lực chung.**

- Năng lực tự chủ, tự học: Tích cực trong việc tìm hiểu kiến thức, .

- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Nâng cao kiến thức về một số bệnh liên quan đến dinh dưỡng.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Phát triển năng lực giao tiếp khi tham gia thảo luận nhóm vậy biết trình bày, báo cáo kết quả công việc trước người khác.

**3. Phẩm chất.**

- Phẩm chất nhân ái: Xây dựng tốt mối quan hệ thân thiện với bạn trong học tập và trải nghiệm.

- Phẩm chất chăm chỉ: Có tinh thần chăm chỉ rèn luyện để nắm vững nội dung yêu cầu cần đạt của bài học.

- Phẩm chất trách nhiệm: Có ý thức trách nhiệm với lớp, tôn trọng tập thể.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

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

**III. HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

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

**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, khấn khởi trước giờ học.  + Thông qua khởi động, GV kiểm tra kiến thức cũ, dẫn dắt bài mới hấp dẫn để thu hút HS tập trung.  - Cách tiến hành: | |
| - GV tổ chức trò chơi “Chiếc hộp bí mật”, trong hộp là các CH:  + Kể tên các bệnh do thiếu chất dinh dữơng.  + Kể tên các bệnh do thừa chất dinh dữơng.  + Em cần làm gì để phòng tránh các bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dữơng?  - GV tổ chức cho HS chơi  - GV nhận xét, tuyên dương HS chơi  - GTB: Tiết học trước các em đã tìm hiểu về nguyên nhân và cách phòng tránh của một số bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dưỡng. Để vận động mọi người trong gia đình cùng thực hiện phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng như thế nào. Chúng ta cùng vào bài học ngày hôm nay. | - HS  - HS tham gia chơi: bốc CH và trả lời.  - HS lắng nghe. |
| **2. Luyện tập.**  - Mục tiêu:  + Vận động mọi người trong gia đình cùng thực hiện phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng.  - Cách tiến hành: | |
| ***\* Làm việc cá nhân***  GV yêu cầu từng HS thực hiện theo các bước sau và viết vào câu 6 bài 20 VBT:  - Chọn một bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dữơng  - Chuẩn bị các thông tin về bệnh đó theo gợi ý:  + Tên bệnh  + Dấu hiệu chính chính.  + Nguyên nhân gây bệnh.  + Cách phòng tránh.  + Thói quen ăn uống, làm việc, nghỉ ngơi cần thay đổi của các thành viên trong gia đình.  ***\* Làm việc nhóm 4***  - Gv y/c lần lượt từng HS tập tuyên truyền các thông tin đã chuẩn bị đến người thân trong gia đình. Các bạn khác trong nhóm lắng nghe và nhận xét và góp ý.  ***\* Làm việc cả lớp***  - GV yêu cầu đại diện một số nhóm trình bày trước lớp.  - GV nhận xét tuyên dương bạn tuyên truyền giỏi. | - HS lắng nghe, thực hiện cá nhân  - HS thực hiện tuyên truyền trong nhóm.  - HS nhóm khác lắng nghe, nhận xét góp ý |
| **4. Vận dụng trải nghiệm.**  - Mục tiêu:  + Củng cố những kiến thức đã học trong tiết học để HS khắc sâu nội dung.  + Vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn: thực hiện ăn uống, làm việc, nghỉ ngơi hợp lí, luyện tập thể dục thể thao để phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng.  + Tạo không khí vui vẻ, hào hứng, lưu luyến sau khi học sinh bài học.  - Cách tiến hành: | |
| Em hãy kể tên các bệnh do thiếu hoặc từa chất dinh dưỡng.  - GV nhắc HS cam kết về nhà thực hiện và vận động các thành viên trong gia đình ăn uống, làm việc, nghỉ ngơi hợp lí, luyện tập thể dục thể thao để phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng.  - Nhận xét sau tiết dạy  - Dặn dò về nhà. | - HS kể nối tiếp theo hình thức truyền điện.  - HS lắng nghe và cam kết thực hiện.  - HS lắng nghe |
| **IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY:**  ..............................................................................................................................  ..............................................................................................................................  .............................................................................................................................. | |

---------------------------------------------------

**TUẦN 30: CHỦ ĐỀ 5: CONG NGƯỜI VÀ SỨC KHỎE**

**Bài 20: MỘT SỐ BỆNH LIÊN QUAN ĐẾN DINH DƯỠNG**

**VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH (T4)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1. Năng lực đặc thù:**

- Vận động phòng, tránh bệnh suy dinh dữơng thấp còi và bệnh thừa cân béo phì.

**2. Năng lực chung.**

- Năng lực tự chủ, tự học: Tích cực trong việc tìm hiểu kiến thức, .

- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Nâng cao kiến thức về một số bệnh liên quan đến dinh dưỡng.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Phát triển năng lực giao tiếp khi tham gia thảo luận nhóm vậy biết trình bày, báo cáo kết quả công việc trước người khác.

**3. Phẩm chất.**

- Phẩm chất nhân ái: Xây dựng tốt mối quan hệ thân thiện với bạn trong học tập và trải nghiệm.

- Phẩm chất chăm chỉ: Có tinh thần chăm chỉ rèn luyện để nắm vững nội dung yêu cầu cần đạt của bài học.

- Phẩm chất trách nhiệm: Có ý thức trách nhiệm với lớp, tôn trọng tập thể.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

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

**III. HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

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

**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, khấn khởi trước giờ học.  + Thông qua khởi động, GV kiểm tra kiến thức cũ, dẫn dắt bài mới hấp dẫn để thu hút HS tập trung.  - Cách tiến hành: | |
| - GV tổ chức trò chơi “Ai nhanh ai đúng”  - GV chia lớp thành 2 đội chơi  - GV đưa tranh bệnh suy dinh dưỡng thấp còi , HS tìm nhanh các thẻ từ ghi những loại thức ăn có chứa chất dinh dữơng giúp phòng tránh bệnh đó.  - GV tổ chức cho HS chơi  - GV nhận xét, tuyên dương đội chơi nhanh và đúng  - GTB: Tiết học trước các em đã tìm hiểu về nguyên nhân và cách phòng tránh của một số bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dưỡng. Để vận động mọi người trong gia đình cùng thực hiện phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng như thế nào. Chúng ta cùng vào bài học ngày hôm nay. | - HS quan sát và lắng nghe cách chơi.  - HS tham gia chơi  - HS lắng nghe. |
| **2. Luyện tập.**  - Mục tiêu:  + Vận động phòng, tránh bệnh suy dinh dữơng thấp còi và bệnh thừa cân béo phì.  - Cách tiến hành: | |
| ***\* Làm việc nhóm***  - GV chia lớp thành các nhóm 6 HS  - GV yêu cầu nhóm trưởng cùng các bạn nghiên cứu lần lượt từng tình huống SGK-T86, sau đó phân công nhau đóng vai, luyện tập trong nhóm.    ***\* Làm việc cả lớp***  - GV yêu cầu đại diện một số nhóm đóng vai trước lớp.  VD tình huống 1: Em của Lan hay dậy muộn nên không kịp ăn sáng trước khi đi học. Em ấy thường không ăn hết phần ăn bữa trưa và bữa tối. Điều gì có thể xảy ra với em của Lan nếu tình trạng này kéo dài? Nếu là Lan, em sẽ làm gì để giúp đở em của mình?  - GV nhận xét tuyên dương nhóm tuyên truyền giỏi.  - GV yêu cầu HS đọc nội dung trong ký hiệu con ong và nội dung trong logo chìa khoá-trang 86 SGK. | - HS lắng nghe, thực hiện  - mỗi nhóm chỉ xử lý một trong 2 tình huống.  VD: Đừng bỏ bữa (Lan, Linh- em của Lan, ban Lan)  Lan dậy sớm và sẳn sàng đi học. Em gái còn đang ngủ nướng. Lan thấy em gái không ăn sáng, lo lắng và nói:  - Em ơi, sáng nào em cũng dậy muộn và không ăn sáng, điều đó không tốt cho sức khỏe đâu.  Linh gật đầu, nhưng không hứng thú lắm và nói:  - Em không thèm ăn, em sẽ ăn nhiều bữa trưa thôi.  Đang trong giờ học, các bạn đang chăm chú vào bài giảng, ngày linh cúi mặt xuống mẹ rất mệt mỏi.  - Linh à, sao nhìn bạn mệt thế, bạn ăn sáng chưa?  - Tớ không sao đâu, một tí là tớ khỏe ngay.  Buổi tối Lan và em cùng ăn tối. Em gái lại không ăn hết bữa như thường.  - Em à chúng ta phải ăn đủ bữa mới có đủ năng lượng để học hành và vui chơi đấy. Nếu em không muốn ăn đủ thì Lan không kìm nén được nữa và nói: "Em à, chúng ta phải ăn đủ bữa mới có đủ năng lượng để học hành và vui chơi đấy. Nếu em không muốn ăn thì chúng ta cùng thử ăn những món em thích nhé!"  Lan hướng dẫn em gái chọn các món ăn yêu thích và tư vấn về việc ăn uống hợp lý. Dần dần, em gái thấy hứng thú và thay đổi thói quen ăn uống, ăn đều đặn và đủ bữa  - Các nhóm khác xem, nhận xét và góp ý  - 2-3 HS đọc to, cả lớp đọc thầm |
| **4. Vận dụng trải nghiệm.**  - Mục tiêu:  + Củng cố những kiến thức đã học trong tiết học để HS khắc sâu nội dung.  + Vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn: thực hiện ăn uống, làm việc, nghỉ ngơi hợp lí để phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng.  + Tạo không khí vui vẻ, hào hứng, lưu luyến sau khi học sinh bài học.  - Cách tiến hành: | |
| GV chiếu video: Ảnh hưởng của bệnh béo phì  https://www.youtube.com/watch?v=hXOnWJwXEQU  - GV nhắc HS cam kết thực hiện ăn uống cân đối, học tập, sắp xếp thời gian vận động, chơi thể thao hợp lí để phòng, tránh bệnh béo phì.  - Nhận xét sau tiết dạy  - Dặn dò về nhà. | - HS xem  - HS lắng nghe và cam kết thực hiện.  - HS lắng nghe |
| **IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY:**  ..............................................................................................................................  ..............................................................................................................................  .............................................................................................................................. | |

---------------------------------------------------