|  |  |
| --- | --- |
| Trường Tiểu học Lê Văn TámGiáo viên: Lê Thị Mỹ HoaLớp: 2A6 | **KẾ HOẠCH DẠY HỌC****Môn: Tự nhiên và xã hội**Ngày dạy: 13/01/2021 |

**Tên bài học: Chăm sóc, bảo vệ cơ quan hô hấp**

**I/ Mục tiêu :**

**1.Kiến thức**

- Nói được các cách chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp như: Thở đúng cách, vệ sinh mũi, họng hằng ngày; tránh xa nơi khói bụi và mầm bệnh; thường xuyên giữ sạch nơi ở; trồng nhiều cây xanh,... Tự thực hiện chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp theo các cách đã nêu

- Kể được một số bệnh về hô hấp. Nêu được nguyên nhân và cách phòng bệnh đường hô hấp.

**2.Kĩ năng:**

- Thực hiện được việc hít vào, thở ra đúng cách.

**3.Thái độ:**

- Tuyên truyền, hướng dẫn người khác biết cách chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp

**II/ Chuẩn bị:**

**1.Chuẩn bị của giáo viên:**

- Bài giảng điện tử, sơ đồ tư duy

**2.Chuẩn bị của học sinh:**

- SGK, vở ghi bài

### III/ Các hoạt động dạy – học

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TG** | **Nội dung** | **Hoạt động của giáo viên** | **Hoạt động của học sinh** |
| **Tiết 1**  |
| 3 phút | **I. Khởi động** | - GV: Để bắt đầu tiết học ngày hôm nay, cô mời cả lớp đứng lên, cùng theo dõi lên màn hình, hát và thực hiện các động tác theo lời bài hát “Em tập thể dục” nhé. - GV: Qua bài hát vừa rồi, chúng ta đã thực hiện những động tác nào?- GV: Cô quan sát thấy có rát nhiều bạn thực hiện đúng các động tác giơ tay, hít thở nhưng còn có một số bạn thực hiện động tác hít thở chưa đúng. Và tiết học ngày hôm nay, các em sẽ giúp các em biết thở đúng cách. Chúng ta cùng bắt đầu bài học “Chăm sóc, bảo vệ cơ quan hô hấp”- GV: cô mời một bạn đọc lại tên bài học giúp cô nào.- GV ghi tên bài lên bảng | - HS hát và thực hiện động tác. - HS: Qua bài hát vừa rồi, chúng ta đã thực hiện động tác giơ tay lên cao, tay sang ngang vai, giơ tay trước mặt và hít thở ạ- 2 HS đọc- HS ghi tên bài vào vở |
|  17 phút | **II. Bài mới****1. HĐ Khám phá 1 + 2 : Bảo vệ, chăm sóc cơ quan hô hấp** | - GV: Trước khi bước vào hoạt động khám phá đầu tiên của ngày hôm nay, bạn nào có thể cho cô biết cơ quan hô hấp gồm những bộ phận nào? -GV: Con trả lời rất chính xác. Cô khen con. Sau đây chúng mình hãy cùng quan sát tranh trong SGK và thảo luận nhóm 4 trong thời gian 3 phút trả lời các câu hỏi sau:1. Nêu các cách chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp.2. Nêu tác dụng của mỗi việc làm đó.- GV: đã hết thời gian thảo luận, sau đây chúng ta cùng chia sẻ kết quả thảo luận cho các bạn khác cùng nghe nhé. Các con đã nắm được yêu cầu chưa, mời các con bắt đầu làm việc (lắc chuông)+ Cô mời đại diện 1 nhóm trình bày kết quả thảo luận ở bức tranh 1và 2.+ Cô mời đại diện nhóm bổ sung kết quả thảo luận ở bức tranh 1và 2.- GV: Vừa rồi là phần trình bày ý kiến của 2 nhóm về bức tranh 1 và 2. Cô thấy cả 2 nhóm đều có ý kiến đúng. + Tranh 1: Bạn Hoa đang tập hít thở, tập hít thở đúng cách tốt nhất là vào buổi sáng, không khí trong lành giúp cung cấp ô xi cho cơ thể, giúp lưu thông máu tốt hơn và các cơ quan khác trong cơ thể hoạt động khỏe mạnh. + Tranh 2: Cô khen cả 2 nhóm đã có đáp án đúng. Khi làm công việc dọn dẹp, các con nhớ đeo khẩu trang để chúng ta không hít phải bụi bẩn. + Cô mời đại diện nhóm 3 trình bày kết quả thảo luận ở bức tranh 3và 4.+ Cô mời đại diện nhóm 4 trình bày kết quả thảo luận ở bức tranh 3và 4.- GV: Vừa rồi là phần trình bày ý kiến của 2 nhóm về bức tranh 3 và 4. Cô thấy cả 2 nhóm đều có ý kiến đúng. + Tranh 3, 4: Chúng ta nên súc miệng thường xuyên để làm sạch miệng và không bị viêm họng , đau họng; chúng ta nên rửa mũi thường xuyên để không bị hắt hơi và sổ mũi nhé.- Vừa rồi cô và các con đã nêu được những cách chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp. Vậy các con hãy chia sẻ cho cô và các bạn những cách chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp khác mà chúng mình làm hàng ngày- GV c**hốt:** *Đúng rồi các con ạ, Tất cả các cách của các ccon đều đúng. Cô khen cả lớp. Chúng mình hãy nhớ thực hiện các cách chăm sóc để cơ quan hô hấp luôn khỏe mạnh nhé .* | -HS: Mũi, miệng, phế quản, phổi- HS: lắng nghe- HS thảo luận nhóm- HS đại diện nhóm trả lời.-HS nhóm 1:Sau đây con xin được trình bày kết quả thảo luận của nhóm con. H1: Bạn Hoa đang hít thở. H2: Bạn trai đang cầm chổi quét sân và đeo khẩu trang, bạn Hoa đeo khẩu trang và đang tưới cây. Việc làm của các bạn góp phần làm sạch môi trường và tạo bầu không khí trong lành.H1: Bạn Hoa đang hít thở. Hít thở giúp lấy khí ô xi vào cơ thể.H2: Bạn nam và bạn Hoa đeo khẩu trang khi dọn dẹp để bảo vệ cơ quan hô hấp ạ.- HS lắng ngheH3: Bạn Hoa đang súc miệng bằng nước muối để làm sạch miệng H4: Bạn Hoa được nhỏ mũi để rửa sạch mũi-HS: Con đồng ý với kết quả của nhóm bạn- HS lắng nghe-HS nhóm 5,6: Không uống nước lạnh; không ăn đồ ăn lạnh; mặc áo ấm khi trời lạnh; đeo khẩu trang khi ra đường- HS lắng nghe  |
| 5 phút | **HĐ Khám phá 3: Chăm sóc, bảo vệ cơ quan hô hấp**  | - GV : Qua hoạt động vừa rồi, cô tin rằng tất cả các con đều biết chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp đúng cách. Bây giờ cô có 1 hoạt động thực hành dành cho chúng mình Các con hãy cùng cầm trên tay những chiếc khăn giấy đã chuẩn bị từ đàu giờ. Sau đó chúng ta dùng khăn giấy, lau nhẹ vào lỗ mũi của mình và cho cô biết các em thấy gì?- GV: Vừa rồi khi các em lau mũi, chúng ta đã thấy có bụi bẩn và lông mũi. Vậy bạn nào cho cô biết lông mũi có tác dụng gì?- GV: Lông mũi có tác dụng cản trở bụi bẩn giúp cho không khí vào phổi sạch hơn. Các con thấy mũi của mình có nước mũi là khi đó mũi của chúng ta đang bị viêm. Chúng ta cần vệ sinh mũi hàng ngày để không có bụi bẩn và không bị viêm mũi các con nhé.- GV: Cô thấy có nhiều bạn khi trời lạnh các bạn bị tịt mũi Vậy các con cho cô biết thở bị tịt mũi com cảm thấy thế nào?-GV: Vậy khi thở bằng miệng thi các con thấy thế nào?- GV: Khi thở bằng miệng các con sẽ có cảm giác khô miệng thậm chí còn dẫn đến viêm họng, bị khản tiếng nữa. Vì vậy chúng ta nên thở đúng cách bằng mũi để phòng tránh các bệnh liên quan đến đường hô hấp nhé.- GV : Bạn nào có thể kể thêm cho cô các bệnh về đường hô hấp mà con biết nào?GV: Đúng rồi đấy các con ạ. Những bệnh mà cách con vừa kể đều rất nguy hiểm.Vậy làm thế nào đẻ phòng các bệnh về đường hô hấp, cô và các con cugf sang hoạt động khám phá 3: “Phòng bệnh đường hô hấp” | - HS lắng nghe,thực hành- HS: sau khi dùng khăn giấy lau mũi em thấy xuất hiện lông mũi, bụi bẩn và nước mũi.- HS: Lông mũi có tác dụng ngăn bụi bẩn.-HS: Con cảm thấy khó chịu và con thở bằng miệng ạ- HS:Con cảm thấy khô miệng và đau họng ạ.- HS lắng nghe- HS: Chúng ta nên thở bằng mũi - HS: Viêm mũi, Viêm họng, viêm phế quản, viêm phổi,..- HS lắng nghe |
| 15 phút | **2. HĐ khám phá 3:** Phòng bệnh đường hô hấp | - GV: Ở hoạt động này là các bức tranh minh họa tình huống “Vì sao bạn minh phải đi tiêm?” Chúng mình hãy cùng làm việc theo nhóm 4 trong thời gian 3 phút để thể hiện lại tình huống này nhé. Thời gian thảo luận bắt đầu.- GV mời 1 nhóm lên trình bày trước lớp.GV: Cô cảm ơn phần sắm vai của 2 bạn. Sau khi theo dõi phần thể hiện tình huống của nhóm bạn Linh Đan, bạn nào cho cô biết “Vì Sao bạn Minh phải đi khám bệnh?”**-** GV**:** Vậy các con có biết vì sao bạn Minh bị mắc bệnh không?- GV: Ở lớp mình có bạn nào đã từng bị mắc các bệnh về đường hô hấp không?Vì sao con lại mắc các bệnh như vậy?**-** GV: Để phòng bệnh đường hô hấp, chúng ta cần không nên ăn uống đồ lạnh, nên ăn uống đủ chất và giữ ấm cơ thể khi trời lạnh.Chúng ta nên tránh xa các mầm bệnh và rửa tay, mũi họng thường xuyên nhé.- GV: Vừa rồi các con đã tìm hiểu được về nguyên các cách phòng bệnh đường hô hấp. Cô mong các con sẽ có luôn có ý thức tự giác phòng bệnh tích cực để bảo vệ sức khỏe bản thân tốt hơn nhé ! | - HS lắng nghe và thảo luận nhóm- **Minh:** Sau đây là phần sắm vai của nhóm chúng mình. Bạn ….. đóng vai là Bác sĩ, còn mình là Minh. Các bạn hãy cùng theo dõi nhé**- Bác sĩ:** Cháu cảm thấy như thế nào?**- Minh:** Cháu bị ho, sổ mũi và rất đau họng ạ.**- Bác sĩ:** Gần đây cháu có ăn đồ gì lạnh không?**- Minh:** Dạ có ạ**- Bác sĩ:** Hôm trước trời trở lạnh cháu có mặc đủ ấm không? **- Minh:** Mẹ cháu có nhắc nhưng cháu không mặc áo ấm, khi ra khỏi nhà cháu thấy rất lạnh ạ.**- Bác sĩ:** Ở lớp cháu có bạn nào bị ho, sổ mũi hay hắt hơi như cháu không?**- Minh:** Có bác ạ.**- Bác sĩ:** Cháu bị viêm họng rồi đấy. Cháu nghe bác dặn : về nhà cháu không được ăn uống đồ lạnh, ra đường nhớ mặc đủ ấm, cháu đang bị ho có thể lây vi khuẩn cho các bạn khác nên cháu cần đeo khẩu trang để phòng bệnh cho các bạn nữa nhé- **Minh:** Cháu cảm ơn bác ạ. Cháu sẽ nhớ lời bác dặn ạ.**Bác sĩ:** Phần trình bày của nhóm em đến đây là kết thúc. Em xin cảm ơn cô và các bạn đã lắng nghe. (cả lớp vỗ tay)**- HS 1:** Vì bạn Minh bị ho, sổ mũi và đau họng ạ.- **HS 2**: Bạn Minh bị mắc bệnh do ăn đồ lạnh, mặc không đủ ấm và tiếp xúc với người bị ho, hắt hơi mà không đeo khẩu trang ạ.- **HS 3:** Mình bị ho, vì mình hay uống nước lạnh**- HS 4:** Mình bị viêm phế quản và hắt hơi vì mình không mặc đủ ấm.Vì tớ mặc không đủ ấm- HS theo dõi, lắng nghe |
| Tiết 2 |
| 15 phút | **3. HĐ thực hành 1:** Tập hít thở đúng cách | - GV: Sau đây các con sẽ cùng theo dõi 1 đoạn phim ngắn hưỡng dẫn cách hít thở đúng nhé.+ Bước 1: Hít thật chậm và sâu qua mũi cho đến khi bụng phồng lên+ Bước 2: Thở ra chậm để không khí từ từ đi qua đường mũi cho đến khi bụng xẹp xuống- GV: Chúng ta vừa được quan sát cách hít thở đúng. Cô mời 3 bạn lên bảng thực hành cách hít thở đúng . Các con sẽ hít thở lặp lại 3 lần liên tục. Các bạn ở dưới lớp sẽ thực hành cùng với bạn nhé.- GV: Sau khi luyện tập cách hít thở đúng em cảm thấy thế nào?GV: Hít thở đúng giống như một bài tập cho phổi. Cơ thể học cách giữ nhiều ô xi hơn và làm việc hiệu quả hơn. Điều này giúp ngăn ngừa và làm giảm các chứng bệnh như viêm xoang, viêm mũi,... các con ạ. Chúng ta cần luyện tập thở đúng cách hàng ngày để có thói quen hít thở đúng cách và có sức khỏe tốt nhé! | -HS theo dõi- 1 HS thực hành, cả lớp theo dõi và thực hành- HS: Con cảm thấy thở chậm hơn bình thường, cảm thấy thoải mái hơn.- HS lắng nghe |
| 10 phút | **5. HĐ thực hành 2:** Quan sát hình trong SGK (trang 92) và trả lời câu hỏi. | - GV : Tiếp theo cô mời 1 bạn đọc cho cô câu hỏi số 2 (SGK /trang 91) - GV: Sau đây chúng ta sẽ hoàn thành bài tập này bằng cách thảo luận nhóm 6 trong thời gian 3 phút, dán tranh những việc nên làm và những việc không nên làm vào các cột tương ứng. 2 nhóm hoàn thành nhanh nhất sẽ được lên bảng trình bày kết quả thảo luận của nhóm mình. Thời gian thỏa luận bắt đầu. - Hết thời gian thảo luận, cô giáo mời đại diện 2 nhóm lên bảng trả lời:- GV hỏi:+ Các con có nhận xét gì về phần trình bày thảo luận của 2 nhóm.+ Nhóm 2: Con cho cô biết vì sao nhóm con dán bức tranh 1 vào cột nên làm?+ Nhóm 1: Con cho cô biết vì sao nhóm con dán bức tranh 5 vào cột không nên làm?- GV: Các bạn khác hãy cho cô biết những nhóm nào xếp bức tranh số 5 vào cột nên làm? Những nhóm nào xếp bức tranh số 5 vào cột không nên làm?- GV: Cô đồng ý với ý kiến của các nhóm xếp bức tranh số 5 vào cột không nên làm vì tay của chúng ta có rất nhiều vi khuẩn, khi dùng tay ngoáy mũi các con có thể làm xước và đau mũi của mình nữa đấy. Chúng ta cần rửa tay sạch sẽ để hạn chế vi khuẩn khi đưa tay lên mũi và miệng. Các con sẽ dùng khăn sạch và nước muối để vệ sinh mũi hàng ngày. - GV nhận xét, **chốt:** Chúng ta cần thực hành những việc nên làm để chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp các con nhé. | - HS: Quan sát các hình dưới đây và cho biết các việc nên và không nên làm để chăm sóc, bảo vệ cơ quan hô hấp. - HS lắng nghe, **Nhóm 1:** ***Nên:***Tranh 2: Con xếp vào cột “Nên làm” vì khi trời lạnh bố và bạn nhỏ mặc áo ấm khi ra đường .Tranh 3: Con xếp vào cột “Nên làm” vì gia đình bạn Hoa đang tập thể dục vào buổi sáng rất tốt cho sức khỏe.***Không nên:***Tranh 1 con xếp vào cột “Không nên làm” vì 2 bạn nhỏ đang chơi ở nơi có khói thuốc lá” Tranh 4 con xếp vào cột “Không nên làm” vì căn phòng không được dọn dẹp sạch sẽ.Tranh 5 con xếp vào cột “Không nên làm” vì bạn nhỏ dùng tay để ngoáy mũi.Tranh 6 con xếp vào cột “Không nên làm” vì 2 bạn nhỏ mặc quần áo ấm nhưng đang uống nước lạnh**Nhóm 2**Tranh 2: Con xếp vào cột “Nên làm” vì bố và bạn nhỏ mặc áo ấm khi ra đường .Tranh 3: Con xếp vào cột “Nên làm” vì gia đình bạn Hoa đang tập thể dục vào buổi sáng .Tranh 5 con xếp vào cột “Nên làm” vì bạn nhỏ dùng tay ngoáy mũi để làm sạch mũi.***Không nên:***Tranh 1 con xếp vào cột “Không nên làm” vì 2 bạn nhỏ đang chơi ném bóng ở nơi có khói thuốc lá” Tranh 4 con xếp vào cột “Không nên làm” vì căn phòng không được dọn dẹp sạch sẽ.Tranh 6 con xếp vào cột “Không nên làm” vì 2 bạn nhỏ mặc quần đang uống nước lạnh **- HS:** nhóm 1 xếp bức tranh 5 vào việc không nên làm còn nhóm 2 xếp tranh 5 vào việc nên làm ạ.**- HS nhóm 2:** Vì bức tranh số 5 vì khi ngứa mũi hoặc mũi có bụi bẩn bạn nhỏ dùng tay ngoáy mũi để làm sạch mũi.**- HS nhóm 1:** Vì con thấy trên tay có nhiều vi khuẩn nên dùng tay để ngoáy mũi là không vệ sinh ạ- Các nhóm không giơ tay- Các nhóm giơ tay-HS lắng nghe  |
| 10 phút | **6. HĐ vận dụng: Phóng viên nhí** | - GV: Các con đã học tập rất tốt, cô có 1 hoạt động rất thú vị dành cho các con. Cô muốn mời 1 bạn đóng vai là một phóng viên nhí có nhiệm vụ phóng vấn kiểm tra các bạn trong lớp về nội dung bài học ngày hôm nay. Bạn nào xung phong nào?Cô mời bạn Hân. Cô khen bạn đã rất mạnh dạn và tự tin. Cô sẽ có những bông hoa điểm tốt dành cho các hăng hái trả lời câu hỏi . - GV nhận xét: Cô cảm ơn các con. Vừa rồi chúng mình đã cùng nhau nêu lại được các cách chăm sóc, bảo vệ cơ quan hô hấp. | - 1 HS đóng vai là phóng viên, phóng vẫn các bạn trong lớp:Mình là …… là phóng viên nhí của lớp học 2A1. Sau đây mình có một số câu hỏi dành cho các bạn. - PV: **Bạn làm gì để bảo vệ cơ quan hô hấp?**- HS1: *Để bảo vệ cơ quan hô hấp, chúng ta cần hít thở đúng cách, tập thể dục hàng ngày vệ sinh mũi họng thường xuyên, rửa tay đúng cách, trồng nhiều cây xanh tể tạo không khí trong lành, tránh xa nơi khói bụi, giữ sạch nơi ở,…*- PV: **Hàng ngày bạn vệ sinh mũi họng như thế nào?**- HS: *Mình sử dụng khăn để lau mũi, dùng nước muối để rửa mũi và súc miệng.*- PV: **Bạn làm gì để phòng bệnh hô hấp?**- HS:  *Mình sẽ không ăn uống đồ lạnh, mặc quần áo đủ ấm khi trời lạnh, hạn chế tiếp xúc với người ho, hắt hơi, sổ mũi,…*- PV: Mình cảm ơn các bạn đã cho mình những câu trả lời đúng. Mình chúc các bạn luôn mạnh khỏe và học tập thật tốt. Chúng mình hãy cùng nhau giữ gìn sức khỏe, đặc biệt là hãy chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp thật tốt nhé.-HS lắng nghe |
| 2 phút | **III. Củng cố, dặn dò** | - GV: Sau đây chúng ta sẽ cùng chơi 1 trò chơi mang tên: “Ô cửa bí mật”. Để mở được ô cửa này các con cần trả lời đúng 2 câu hỏi. Các con đã sẵn sàng chưa. + Câu hỏi 1: Nêu lại nội dung chính của bài học.- GV gắn bảng phụ hình tròn “Chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp”+ Câu hỏi 2: Có những cách nào để bảo vệ cơ quan hô hấp. (HS đọc đáp án – GV gắn bảng phụ có đáp án lên bảng)- GV: Vừa rồi các con đã trả lời đúng các câu hỏi và ô cửa bí mật đã được mở ra rồi.- GV: Trên màn hình là 1 bức tranh, các con cho cô biết bức tranh vẽ gì?-GV: Bạn nào có thể cho cô biết bạn nhỏ trong tranh nói gì?-GV: Con có nhận xét gì về việc làm của bạn nhỏ?- GV: Đúng rồi đấy các con ạ. Đeo khẩu trang kín mũi và miệng khi ra đường để chắn khói bụi và bảo vệ cơ quan hô hấp. - GV: Hiện nay có 1 căn bệnh liên quan đến đường hô hấp rất nguy hiểm mà toàn cầu chúng ta đăng phải phòng tránh. Các con có biết là bệnh gì không? - GV: Các con trả lời đúng rồi đấy. Chúng ta hãy cùng lan tỏa thông điệp 5K để phòng tránh dịch bệnh covid 19 nhé. Bạn nào có thể nhắc lại cho cô thông điệp 5K nào?-GV: Con trả lời rất chính xác. chúng mình hãy luôn tự thực hiện các cách chăm sóc, bảo vệ cơ quan hô hấp và cùng nhắc nhở mọi người xung quanh mình cùng thực hiện tốt các cách phòng bệnh về đường hô hấp để bảo vệ sức khỏe của bản thân nhé. Hôm nay các con đã nắm rất chắc về nội dung của tiết học. Cô khen các con (HS vỗ tay) Tiết học của chúng ta đến đây là kết thúc.  | - HS lắng nghe, trả lời-HS: Chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp-HS: + Giữ ấm cơ thể + Vệ sinh mũi họng+ Rửa tay đúng cách+ Tránh xa nơi có khói bụi+ Giữ nơi ở sạch sẽ, đủ ấm, thoáng khí+ Ăn uống đủ chất+ Tập thể dục đều đặn-HS lắng nghe, vỗ tay- Tranh vẽ mẹ và em bé ngồi trên xe máy và bạn nhỏ- Bạn nhỏ trong tranh nói: “Em phải đeo khẩu trang che kín mũi và miệng nhé!”- Bạn nhỏ quan tâm, chăm sóc em bé, nhắc nhở em bé đeo khẩu trang đúng cách- HS lắng nghe.- Viêm đường hô hấp cấp COVID 19 ạ- Khẩu trang – Khử khuẩn – Khoảng cách – không tụ tập – Khai báo y tế |