

Chủ đề: CON NGƯỜI VÀ SỨC KHOẺ

Bài 19

Cơ quan vận động

I. MỤC TIÊU

Sau bài học, HS:

- Chỉ và nói được tên các bộ phận chính của cơ quan vận động trên sơ đồ, tranh ảnh.
- Nhận biết được chức năng của cơ quan vận động ở mức độ đơn giản ban đầu qua hoạt động hằng ngày của bản thân.
- Đưa ra được dự đoán điều gì sẽ xảy ra với cơ thể mỗi người nếu cơ quan vận động không hoạt động.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC

- GV: Các hình trong bài 19 SGK, máy chiếu.
- HS: SGK, VBT, bút máy.

III. HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC

TIẾT 1

Hoạt động khởi động và khám phá

* **Mục tiêu:** Tạo hứng thú và khơi gợi những hiểu biết đã có của HS về cơ quan vận động.

* **Cách tiến hành:**

- GV tổ chức cho HS thực hiện trò chơi “Cùng bạn vận động theo nhạc”.
- HS trả lời câu hỏi: Nhờ có các cơ quan nào mà tay và chân các em cử động và múa được?
- GV mời 2 – 3 HS trả lời.
- GV nhận xét chung và dẫn dắt vào bài học: “Cơ quan vận động”.

Hoạt động 1: Một số xương và khớp xương của cơ thể

* **Mục tiêu:** HS chỉ và nói tên được các xương và khớp xương trên hình vẽ.

* **Cách tiến hành:**

- GV yêu cầu HS quan sát hình 1 trong SGK trang 76 (GV có thể phóng to hình để HS dễ quan sát) và làm việc nhóm đôi: Chỉ và nói tên các xương và khớp xương của cơ thể trong hình.

– GV mời 2 đến 3 cặp HS lên chỉ vị trí của các xương và khớp xương được ghi tên trong hình.

– GV và HS cùng nhận xét và rút ra kết luận về vị trí và tên gọi của một số xương và khớp xương được ghi trong hình.

* **Kết luận:** Cơ thể người có nhiều xương: xương sọ, xương mặt, xương tay, xương chân,... Các xương được nối với nhau bởi các khớp xương.

Hoạt động 2: Một số cơ của cơ thể

* **Mục tiêu:** HS chỉ và nói được tên một số cơ của cơ thể trong hình vẽ.

* **Cách tiến hành:**

– GV chia lớp thành các nhóm 4 HS.

– GV treo hình vẽ về hệ cơ (hình 2) trong SGK trang 77 (GV phóng to hình để HS dễ quan sát) hoặc trình chiếu hình lên bảng.

– HS thảo luận nhóm theo yêu cầu: Chỉ và nói tên một số cơ của cơ thể có trong hình.

– GV mời 2 đến 3 nhóm HS lên trước lớp chỉ vị trí và nói tên các cơ được ghi trong hình.

* **Kết luận:** Trong cơ thể người có nhiều cơ khác nhau: cơ mặt, cơ bụng, cơ lưng,...

Hoạt động 3: Trò chơi “Hiểu ý đồng đội”

* **Mục tiêu:** HS củng cố, vận dụng kiến thức về tên và vị trí của các xương, khớp xương và cơ của cơ thể người.

* **Cách tiến hành:**

– HS được chia thành các đội chơi.

– Một thành viên trong mỗi đội sẽ bóc thăm mảnh giấy có ghi tên cơ hoặc xương. Sau đó, bạn dùng hành động mô tả để các bạn còn lại trong đội đoán được tên của cơ hoặc xương đã ghi trong mảnh giấy.

– HS tham gia trò chơi.

– GV nhận xét về thái độ tham gia và hoạt động của HS trong trò chơi.

– GV đặt câu hỏi để dẫn dắt cho HS nêu được nội dung trọng tâm của bài học: Cơ quan vận động gồm bộ xương và hệ cơ. Giữa các xương là khớp xương.

Hoạt động tiếp nối sau bài học

GV yêu cầu HS về nhà thực hiện:

– Đặt bàn tay lên trang giấy và vẽ lại bàn tay của mình.

– Tưởng tượng và vẽ xương, cơ cho bàn tay của em.

TIẾT 2

Hoạt động khởi động và khám phá

* **Mục tiêu:** Tạo hứng thú và khơi gợi những hiểu biết đã có của HS về tên gọi và vị trí của xương, cơ, khớp xương.

* **Cách tiến hành:**

- GV tổ chức trò chơi “Truyền điện”.
- Từng HS sẽ chỉ thật nhanh lên một vị trí trên cơ thể mình và nói tên của một xương, hoặc cơ hoặc khớp xương ở vị trí đó.
- GV nhận xét và dẫn dắt HS vào tiết 2 của bài học.

Hoạt động 1: Chức năng của xương và cơ trong cơ thể

* **Mục tiêu:** HS nêu được chức năng của cơ quan vận động ở mức độ đơn giản, ban đầu qua hoạt động hằng ngày.

* **Cách tiến hành:**

- GV tổ chức cho HS quan sát hình 4 trong SGK trang 78 (GV có thể trình chiếu hoặc phóng to hình).
- Thảo luận cặp đôi theo các câu hỏi:
 - + Nam và các bạn đang làm gì?
 - + Nêu một số xương và cơ giúp Nam và các bạn thực hiện những hoạt động đó.
- GV mời 2 đến 3 cặp HS lên trước lớp chỉ hình, hỏi và trả lời câu hỏi trước lớp.
- HS và GV cùng nhận xét.

* **Kết luận:** Các bạn trong hình đang cùng nhau đá bóng. Có nhiều xương và cơ giúp các bạn thực hiện hoạt động này: xương chân, cơ chân, xương tay, cơ tay, xương đầu, ... Nhờ có sự phối hợp giữa xương và cơ mà cơ thể con người có thể thực hiện được nhiều hoạt động khác nhau.

Hoạt động 2: Thực hành cử động cơ, duỗi tay

* **Mục tiêu:** Nhận biết sự thay đổi của cơ khi co và duỗi tay, thực hành kiến thức về cơ và xương.

* **Cách tiến hành:**

- GV yêu cầu HS thực hiện hoạt động: Nắm chặt một bàn tay lại và cử động cơ, duỗi tay.
- HS trả lời các câu hỏi sau:
 - + Em thấy bắp tay của mình có sự thay đổi như thế nào?
 - + Cơ, xương và khớp xương nào giúp em thực hiện co, duỗi tay?

- GV mời HS trình bày ý kiến của mình.
- HS và GV cùng nhận xét và rút ra kết luận.
- * **Kết luận:** Khi cơ thể cử động thì các xương và cơ cũng hoạt động.

Hoạt động 3: Thực hành mỉm cười và bắt tay nhau

* **Mục tiêu:** HS thực hành để thấy được chức năng của xương và cơ khi mỉm cười, bắt tay nhau.

* **Cách tiến hành:**

- GV yêu cầu HS thực hiện hoạt động mỉm cười và bắt tay với bạn ngồi cạnh mình.
- HS trả lời câu hỏi: Nếu xương và cơ không phối hợp hoạt động thì em có thể thực hiện các việc làm đó không? Vì sao?

* **Kết luận:** Nhờ có xương và cơ mà chúng ta có thể mỉm cười và bắt tay với nhau.

Hoạt động 4: Thực hành

* **Mục tiêu:** HS đưa ra được dự đoán điều sẽ xảy ra với cơ thể mỗi người nếu cơ quan vận động không hoạt động.

* **Cách tiến hành:**

- Một số HS thực hành các động tác:
 - + Đứng lên và ngồi xuống bình thường.
 - + Đứng lên và ngồi xuống mà không gập chân.
- GV đặt câu hỏi:
 - + Chân, tay em sẽ cử động như thế nào nếu không có các khớp khuỷu tay và khớp đầu gối?
 - + Điều gì xảy ra nếu cơ thể của chúng ta không có bộ xương?
- GV mời 2 – 3 HS trả lời câu hỏi.

* **Kết luận:** Cơ thể chúng ta sẽ không đứng được, không di chuyển, không tham gia các hoạt động được nếu không có bộ xương. Tay, chân chúng ta sẽ không thể co, duỗi được nếu không có khớp khuỷu tay và khớp đầu gối.

– GV đặt câu hỏi để dẫn dắt HS nêu nội dung trọng tâm của bài học: Nhờ có sự phối hợp của bộ xương và hệ cơ mà cơ thể chúng ta có thể cử động và thực hiện nhiều hoạt động khác nhau.

GV dẫn dắt để HS nêu được các từ khoá: “Bộ xương – Cơ quan vận động – Hệ cơ – Khớp xương”.

Hoạt động tiếp nối sau bài học

Chia sẻ với người thân về tên, vị trí và chức năng của các xương, cơ, khớp xương trên cơ thể của em.