

CHỦ ĐỀ

TỰ CHĂM SÓC VÀ BẢO VỆ BẢN THÂN

Mục tiêu

- Nêu và thực hiện được cách tự chăm sóc sức khỏe bản thân.
- Nhận biết được những tình huống có nguy cơ bị lạc, bị bắt cóc.
- Thực hiện được những việc làm để tự chăm sóc, bảo vệ bản thân và phòng tránh bị lạc, bị bắt cóc.

21

TỰ CHĂM SÓC SỨC KHOẺ BẢN THÂN



Sinh hoạt dưới cờ

Tham dự phát động phong trào "Vi tâm vóc Việt".





Hoạt động giáo dục theo chủ đề

1. Tập bài thể dục giữa giờ theo nhạc.



2. Thảo luận về những việc em cần làm để tăng sức đề kháng cho cơ thể.

- Kể những việc cần làm và tác dụng của những việc đó.
- Nêu cách thực hiện từng việc.



Hoạt động sau giờ học

Thực hiện hoạt động tự chăm sóc sức khỏe của em hằng ngày.



Sinh hoạt lớp

Chia sẻ về việc tự chăm sóc sức khỏe của em.

- Kể những việc em làm hằng ngày.
- Nêu những khó khăn em gặp phải khi thực hiện những việc đó.

