

## **Bài 24** CHĂM SÓC, BẢO VỆ CƠ QUAN HÔ HẤP (2 tiết)

### **I** MỤC TIÊU

Sau bài học, HS sẽ:

- Nói được các cách chăm sóc, 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, bảo vệ cơ quan hô hấp theo các cách đã nêu.
- Kể được một số bệnh về hô hấp. Nêu được các nguyên nhân và cách phòng bệnh đường hô hấp.
- Nói được lợi ích của việc hít thở sâu. Thực hiện được việc hít vào, thở ra đúng cách.
- Xác định được các việc nên và không nên làm để chăm sóc và bảo vệ đường hô hấp. Có ý thức thực hiện được các việc làm để giúp phòng bệnh đường hô hấp.
- Tuyên truyền, hướng dẫn người khác biết cách chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp.

### **II** CHUẨN BỊ

GV:

- Tranh trong SGK phóng to (nếu có).
- Một số hình ảnh có nội dung gắn với bài học.

### III HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC

#### TIẾT 1

##### 1. Nội dung các hình

- Hình bạn nhỏ hít thở sâu, bụng hóp vào, không khí vào mũi, ngực phồng lên.
- Hình ngôi nhà sạch sẽ, nhiều cây xanh, bạn gái đang cắm bình nước tưới cây, bạn trai đang cầm chổi quét sân và đeo khẩu trang.
- Hình bạn nhỏ đang súc miệng bằng nước muối sinh lí.
- Hình bạn nhỏ đang được nhỏ mũi bằng nước muối sinh lí.
- Hình bạn Minh đi khám bác sĩ. Hình Minh đang ăn kem, hình Minh mặc quần áo cộc khi trời lạnh và hình Minh tiếp xúc với bạn đang bị ho.

##### 2. Gợi ý các bước tổ chức dạy học

###### Mở đầu

GV hướng dẫn HS trả lời câu hỏi trong SGK. HS có thể trả lời đúng, sai tùy theo kinh nghiệm thực tế mà các em đã trải qua. GV không nhất thiết phải chốt câu trả lời. Từ câu trả lời của HS, GV dẫn dắt vào nội dung bài học.

###### Hoạt động khám phá

###### Hoạt động 1

- Yêu cầu HS quan sát hình, thảo luận nhóm và lần lượt trả lời các câu hỏi trong SGK.
  - + Nói các cách chăm sóc, bảo vệ cơ quan hô hấp.
  - + Nêu tác dụng của mỗi việc làm đó.
- GV có thể đưa ra các câu hỏi gợi ý cho HS trong khi khai thác hình: Bạn nhỏ trong hình đang làm gì? Việc làm đó của bạn có giúp ích gì cho cơ quan hô hấp? Tại sao?...
- Mời đại diện một số nhóm lên trình bày kết quả thảo luận, các nhóm khác bổ sung. GV cùng HS tổng hợp ý kiến và kết luận.

###### Hoạt động 2

GV hướng dẫn HS dùng khăn sạch và mềm lau mũi, quan sát thấy khăn có bụi bẩn, cho thấy mũi (có lông mũi) giúp ngăn bụi bẩn từ không khí. Miệng không ngăn được bụi bẩn nên cần hít thở bằng mũi chứ không hít thở bằng miệng.

###### Hoạt động 3

GV gọi HS kể thêm các cách chăm sóc, bảo vệ cơ quan hô hấp ngoài các cách trong hình.

###### Hoạt động 4

- Yêu cầu HS đọc lời trong bóng nói, quan sát hình, thảo luận và trả lời câu hỏi trong SGK. Hoặc GV cũng có thể tổ chức cho HS đóng vai bác sĩ và bệnh nhân (bạn Minh) để trả lời câu hỏi trong SGK.

- + Vì sao Minh phải đi khám bệnh? Bác sĩ nói Minh bị bệnh gì?
- + Minh bị bệnh do những nguyên nhân nào?
- + Chúng ta cần làm gì để phòng bệnh đường hô hấp?
- Đại diện một số nhóm báo cáo kết quả thảo luận trước lớp; các nhóm khác bổ sung. Nếu tổ chức đóng vai thì yêu cầu các nhóm lên thể hiện vai diễn (yêu cầu HS đối thoại để trả lời các câu hỏi trong SGK).
- GV gợi ý để HS có thể kể thêm những bệnh về đường hô hấp và các nguyên nhân khác có thể gây bệnh cho đường hô hấp.
- GV kết luận.

*Yêu cầu cần đạt:*

- Nói được các cách chăm sóc, 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;...
- Có ý thức và tự giác thực hiện việc chăm sóc và bảo vệ cơ quan hô hấp theo các cách trên.
- Kể được một số bệnh thường gặp về đường hô hấp. Nêu được các nguyên nhân và cách để phòng bệnh đường hô hấp.

### 3. Hướng dẫn về nhà

HS tìm hiểu về cách hít thở và các việc đã làm để chăm sóc, bảo vệ cơ quan hô hấp.

## TIẾT 2

### 1. Nội dung các hình

Các hình ở hoạt động thực hành:

- Hình các bạn nhỏ đang chơi ở nơi có người lớn hút thuốc lá.
- Hình mùa đông rét, bạn nhỏ được bố chở đi học, mặc quần áo ấm, quàng khăn, đeo khẩu trang khi đi ngoài đường.
- Hình bạn nhỏ cùng gia đình đang tập hít thở vào buổi sáng ở công viên, không khí trong lành, nhiều cây xanh.
- Hình căn phòng bẩn, bụi bặm, ẩm mốc, đồ đạc vứt lung tung, không gọn gàng.
- Hình bạn nhỏ dùng tay ngoáy mũi.
- Hình mùa đông, các bạn nhỏ đang uống nước đá.

Các hình ở hoạt động vận dụng:

- Hình bạn nhỏ đang rửa tay bằng xà phòng dưới vòi nước chảy.
- Hình cả nhà đeo khẩu trang khi vệ sinh nhà cửa.
- Hình chốt: Bạn nhỏ đưa khẩu trang để em đeo.

## 2. Gợi ý các bước tổ chức dạy học

### Hoạt động thực hành

#### Hoạt động 1

- GV tổ chức cho HS thực hành (GV có thể vừa làm mẫu và vừa hướng dẫn HS cùng làm hoặc gọi HS lên làm mẫu) tập hít thở sâu theo các bước sau:
  - + Hít thật chậm và sâu bằng mũi cho đến khi bụng phồng lên.
  - + Thở ra chậm để không khí từ từ đi qua mũi cho đến khi bụng xẹp xuống.
  - + Có thể lặp lại hai bước trên ba lần liên tục.
- Sau khi thực hành, GV có thể yêu cầu HS trả lời thêm câu hỏi:
  - + Sau khi luyện tập em cảm thấy như thế nào?
  - + Nói với bạn cách hít vào, thở ra đúng cách và lợi ích của việc hít thở sâu.
- Sau khi thực hành, GV khuyến khích HS nên luyện tập hằng ngày ở nhà để có thói quen thở đúng cách.

#### Hoạt động 2

- Yêu cầu HS quan sát các hình từ 1 đến 6 trong SGK, thảo luận nhóm 2 nói về các việc nên làm, không nên làm để chăm sóc và bảo vệ đường hô hấp.
- GV có thể đưa ra các câu hỏi để hỗ trợ HS khai thác thông tin từ hình trong SGK: Các bạn nhỏ trong hình đang làm gì? Nội dung hình vẽ gì? Việc làm của các bạn trong hình là nên hay không nên để chăm sóc và bảo vệ đường hô hấp?
- Gọi đại diện các nhóm báo cáo kết quả thảo luận theo từng hình, GV bổ sung thêm những điều cần lưu ý.

*Yêu cầu cần đạt:* Nói được cách hít vào, thở ra đúng cách và lợi ích của việc hít thở sâu. Thực hiện được việc hít vào, thở ra đúng cách. HS xác định được các việc nên, không nên để chăm sóc, bảo vệ đường hô hấp.

### Hoạt động vận dụng

#### Hoạt động 1

- Yêu cầu HS quan sát hình, tổ chức cho HS nói về những việc làm giúp phòng bệnh đường hô hấp. Giải thích tác dụng của mỗi việc làm đó.
- GV có thể tổ chức chia nhóm và cho HS thi kể về những việc làm giúp phòng bệnh đường hô hấp.
- Gọi đại diện các nhóm báo cáo kết quả thảo luận theo từng hình, GV bổ sung thêm những điều cần lưu ý.

#### Hoạt động 2 và 3

- GV có thể tổ chức cho HS đóng vai làm phóng viên nhỏ phỏng vấn các bạn trong lớp theo các câu hỏi sau:

- + Hằng ngày bạn thường vệ sinh mũi, họng như thế nào?
- + Các bạn đã làm gì để phòng bệnh đường hô hấp?
- GV khuyến khích các bạn tích cực tham gia đóng vai và chia sẻ với các bạn trong lớp những việc mình đã làm để phòng bệnh đường hô hấp.
- GV tổng kết và kết luận.

*Yêu cầu cần đạt:* Nêu và thực hiện được các việc làm để phòng bệnh đường hô hấp.

**\* Tổng kết**

- GV tổ chức cho HS đọc và chia sẻ lời chốt của Mặt Trời.
- Yêu cầu HS quan sát hình chốt, nói những hiểu biết của mình về hình này: Nội dung hình là gì? Bạn nhỏ trong hình nói gì với em mình? Tại sao?... Sau đó, GV tổng hợp lại: Bạn nhỏ khuyên em mình nên đeo khẩu trang kín mũi và miệng khi đi ra đường để chắn khói bụi và bảo vệ cơ quan hô hấp. GV khuyến khích các em liên hệ bản thân, tự nhận thức và thực hiện đeo khẩu trang khi đi ra ngoài đường để bảo vệ cơ quan hô hấp.

**3. Hướng dẫn về nhà**

Tự thực hiện các việc làm để chăm sóc, 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; đeo khẩu trang;...