

Bài 9. PHÒNG BỆNH TIM MẠCH

I - MỤC TIÊU

Sau bài học, HS biết :

- Kể được tên một số bệnh về tim mạch.
- Nêu được sự nguy hiểm và nguyên nhân gây ra bệnh thấp tim ở trẻ em.
- Kể ra một số cách đề phòng bệnh thấp tim.
- Có ý thức đề phòng bệnh thấp tim.

II - ĐỒ DÙNG DẠY - HỌC

Các hình trong SGK trang 20, 21.

III - HOẠT ĐỘNG DẠY - HỌC

Hoạt động 1 : ĐỘNG NÃO

* *Mục tiêu* : Kể được tên một vài bệnh về tim mạch.

* *Cách tiến hành* :

- GV yêu cầu mỗi HS kể tên một bệnh tim mạch mà các em biết. Ví dụ : bệnh thấp tim, bệnh huyết áp cao, bệnh xơ vữa động mạch, bệnh nhồi máu cơ tim,...

- Trường hợp các em không biết hoặc nói sai, GV có thể giải thích và nói cho các em biết tên một số bệnh về tim mạch như trên, sau đó nêu rõ trong bài này chỉ nói đến một bệnh về tim mạch thường gặp nhưng nguy hiểm đối với trẻ em, đó là bệnh thấp tim.

Hoạt động 2 : ĐÓNG VAI

* *Mục tiêu* : Nêu được sự nguy hiểm và nguyên nhân gây ra bệnh thấp tim ở trẻ em.

* *Cách tiến hành* :

Bước 1 : Làm việc cá nhân

GV yêu cầu HS quan sát các hình 1, 2, 3 trang 20 SGK và đọc các lời hỏi và đáp của từng nhân vật trong các hình.

Bước 2 : Làm việc theo nhóm

- Sau khi đã nghiên cứu cá nhân, GV yêu cầu HS thảo luận trong nhóm các câu hỏi sau :

+ Ở lứa tuổi nào thường hay bị bệnh thấp tim ?

+ Bệnh thấp tim nguy hiểm như thế nào ?

+ Nguyên nhân gây ra bệnh thấp tim là gì ?

– Tiếp theo, nhóm trưởng sẽ yêu cầu các bạn trong nhóm tập đóng vai HS và vai bác sĩ để hỏi và trả lời về bệnh thấp tim.

– GV đi tới các nhóm giúp đỡ và khuyến khích HS sau khi đã hiểu bài có thể nói tự do mà không lệ thuộc vào lời nói của các nhân vật trong SGK thì càng tốt.

Bước 3 : Làm việc cả lớp

– Các nhóm xung phong đóng vai dựa theo các nhân vật trong các hình 1, 2, 3 trang 20 SGK. (Lưu ý : mỗi nhóm chỉ đóng một cảnh.)

– Các HS khác theo dõi và nhận xét xem nhóm nào sáng tạo và qua lời thoại nêu bật được sự nguy hiểm và nguyên nhân gây ra bệnh thấp tim.

* *Kết luận :*

– Thấp tim là một bệnh về tim mạch mà ở lứa tuổi HS thường mắc.

– Bệnh này để lại di chứng nặng nề cho van tim, cuối cùng gây suy tim.

– Nguyên nhân dẫn đến bệnh thấp tim là do bị viêm họng, viêm a-mi-đan kéo dài hoặc viêm khớp cấp không được chữa trị kịp thời, dứt điểm.

Hoạt động 3 : THẢO LUẬN NHÓM

* *Mục tiêu :*

– Kể được một số cách để phòng bệnh thấp tim.

– Có ý thức để phòng bệnh thấp tim.

* *Cách tiến hành :*

Bước 1 : Làm việc theo cặp

HS quan sát hình 4, 5, 6 trang 21 SGK, chỉ vào từng hình và nói với nhau về nội dung và ý nghĩa của các việc làm trong từng hình đối với việc để phòng bệnh thấp tim.

Bước 2 : Làm việc cả lớp

GV gọi một số HS trình bày kết quả làm việc theo cặp. Dưới đây là nội dung trong mỗi hình minh họa cho cách để phòng bệnh thấp tim :

– Hình 4 : Một bạn đang súc miệng bằng nước muối trước khi đi ngủ để để phòng viêm họng.

– Hình 5 : Thể hiện nội dung giữ ấm cổ, ngực, tay và bàn chân để phòng cảm lạnh, viêm khớp cấp tính.

– Hình 6 : Thể hiện nội dung ăn uống đầy đủ để cơ thể khoẻ mạnh, có sức đề kháng phòng chống bệnh tật nói chung và bệnh thấp tim nói riêng.

* *Kết luận* :

Để phòng bệnh thấp tim cần phải : giữ ấm cơ thể khi trời lạnh, ăn uống đủ chất, giữ vệ sinh cá nhân tốt, rèn luyện thân thể hàng ngày để không bị các bệnh viêm họng, viêm a-mi-đan kéo dài hoặc viêm khớp cấp,...