

+ Em có nhận xét gì về thói quen sinh hoạt của bạn An?

– GV quan sát các nhóm HS hỏi – đáp. GV có thể gợi ý để HS hỏi và trả lời nhiều hơn về thói quen sinh hoạt của bạn An trong tranh. Ví dụ: Bạn An thường học bài đến mấy giờ? Bạn An thường đi ngủ lúc mấy giờ? Chuyện gì đã xảy ra với An? Vì sao?

– GV yêu cầu 2 – 3 cặp HS lên chỉ tranh và hỏi– đáp trước lớp.

– GV và HS cùng nhận xét và rút ra kết luận.

* **Kết luận:** Thói quen sinh hoạt không hợp lý sẽ có hại cho sức khỏe.

Hoạt động 2: Ích lợi của hoạt động vận động và nghỉ ngơi đúng cách

* **Mục tiêu:** HS nêu được ích lợi của việc vận động và nghỉ ngơi đúng cách.

* **Cách tiến hành:**

– GV tổ chức cho HS quan sát tranh ở trang 109 SGK (GV có thể phóng to cho HS quan sát), thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi:

+ Bác sĩ khuyên bạn An nên vận động và nghỉ ngơi như thế nào? (Dậy sớm, tập thể dục, vận động vừa sức, ngủ đúng giờ).

+ Việc làm đó có lợi ích gì cho sức khỏe của An?

– GV tổ chức cho HS chia sẻ ý kiến trước lớp và nhận xét. GV có thể đặt thêm câu hỏi để mở rộng: “Vận động và nghỉ ngơi đúng cách còn mang lại lợi ích gì cho chúng ta?”

– GV và HS cùng nhận xét và rút ra kết luận.

* **Kết luận:** Em ngủ đủ giấc, đúng giờ và chăm vận động để cơ thể khỏe mạnh.

Hoạt động 3: Liên hệ thực tế

* **Mục tiêu:** HS tự liên hệ và nêu được tác hại/ích lợi của thói quen sinh hoạt của bản thân.

* **Cách tiến hành:**

– GV nêu câu hỏi: “Em có thói quen sinh hoạt hằng ngày như thế nào?” và tổ chức cho HS thảo luận theo nhóm đôi.

– GV mời các nhóm chia sẻ ý kiến trước lớp. GV và HS cùng nhận xét. GV đặt thêm câu hỏi để liên hệ mở rộng: “Thói quen sinh hoạt đó tốt hay không tốt? Vì sao?”.

Hoạt động tiếp nối sau bài học

– GV yêu cầu HS về quan sát thói quen sinh hoạt của người thân trong gia đình.

– Chuẩn bị tranh vẽ hoặc ảnh chụp một môn thể thao hoặc hoạt động nghỉ ngơi mà HS thích (để phục vụ cho tiết học sau).

TIẾT 2

Hoạt động khởi động và khám phá

* **Mục tiêu:** Tạo hứng thú và khơi gợi lại nội dung bài học của tiết học trước.

* **Cách tiến hành:**

– GV tổ chức cho HS hát và vận động theo lời bài hát “Tập thể dục buổi sáng” (sáng tác: Minh Trang).

– GV đặt câu hỏi: “Sau khi tập thể dục theo bài hát, các em cảm thấy thế nào?”. HS trả lời tự do.

– GV dẫn dắt vào bài tiết 2.

Hoạt động 1: Các hoạt động vận động

* **Mục tiêu:** HS nhận biết các hoạt động vận động phù hợp với cơ thể và lứa tuổi.

* **Cách tiến hành:**

– GV chia lớp thành các nhóm đôi, yêu cầu các nhóm quan sát tranh trong SGK trang 110 và trả lời các câu hỏi sau:

+ Các bạn trong tranh đang làm gì?

+ Em thích hoạt động vận động nào? Vì sao?

– HS quan sát và thực hiện nhiệm vụ theo nhóm.

– GV tổ chức cho một số nhóm lên chia sẻ với lớp. GV đặt câu hỏi để liên hệ mở rộng: “Ngoài các hoạt động trên, em còn biết những hoạt động vận động nào khác có lợi cho sức khỏe?”

– GV và HS cùng nhận xét, rút ra kết luận.

* **Kết luận:** Vận động đúng cách và phù hợp sẽ giúp cơ thể khoẻ mạnh.

Hoạt động 2: Các hoạt động nghỉ ngơi

* **Mục tiêu:** HS nhận biết các hoạt động nghỉ ngơi phù hợp với cơ thể và lứa tuổi.

* **Cách tiến hành:**

– GV tổ chức cho HS quan sát tranh trong SGK trang 111, thảo luận nhóm đôi theo các câu gợi ý:

+ Kể tên các hoạt động có trong tranh.

+ Em chọn cách nghỉ ngơi nào có lợi cho sức khỏe?

– HS quan sát và thực hiện nhiệm vụ theo nhóm.

– GV mời một số nhóm lên chia sẻ với cả lớp.

– GV và HS cùng nhận xét, rút ra kết luận.

* **Kết luận:** Nghi ngơi đúng cách và phù hợp sẽ giúp cơ thể khoẻ mạnh.

Hoạt động 3: Liên hệ bản thân

* **Mục tiêu:** HS tự liên hệ và nêu được các hoạt động cần dành nhiều thời gian để cơ thể khoẻ mạnh.

* **Cách tiến hành:**

– GV tổ chức cho HS làm việc theo nhóm đôi, chia sẻ những hoạt động vận động và nghỉ ngơi mà bản thân đã làm dựa trên tranh, ảnh đã chuẩn bị theo các câu hỏi gợi ý sau:

+ Em thường dành nhiều thời gian cho hoạt động vận động và nghỉ ngơi nào để cơ thể khoẻ mạnh?

+ Chúng ta có nên vận động quá sức không? Vì sao?

– GV mời HS chia sẻ câu trả lời. GV và HS cùng nhận xét, rút ra kết luận.

* **Kết luận:** Em vận động, nghỉ ngơi hợp lí.

HS tập đọc các từ khoá của bài: **“Hoạt động – Nghi ngơi”**.

Hoạt động tiếp nối sau bài học

– Quan sát và trao đổi, chia sẻ với người thân về những hoạt động vận động và nghỉ ngơi của người thân.

– Cùng vận động và nghỉ ngơi đúng cách với người thân trong gia đình.

Chân trời sáng tạo

Bài 27

Em biết tự bảo vệ

I. MỤC TIÊU

Sau bài học, HS:

- Nhận biết được những vùng riêng tư của cơ thể cần được bảo vệ.
- Thực hành nói không và tránh xa người có hành vi động chạm hay đe dọa đến sự an toàn của bản thân.
- Thực hành nói với người lớn tin cậy để được giúp đỡ khi cần.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC

- GV: Các tranh trong bài 27 SGK, thẻ ghép hình (hình cơ thể bạn nam, bạn nữ).
- HS: SGK, VBT, giấy vẽ, hộp màu, vật liệu làm khẩu hiệu.

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 cách tự bảo vệ bản thân, dẫn dắt vào bài mới.

* **Cách tiến hành:**

- GV tổ chức cho HS dưới hình thức trò chơi: “Ghép hình”.
- GV chia HS thành các nhóm 4, phát cho mỗi nhóm 1 bộ thẻ hình. GV yêu cầu HS ghép thành hình hoàn chỉnh và nói đúng nội dung của hình vẽ (hình vẽ cơ thể của bạn nữ hoặc bạn nam). GV đặt câu hỏi: “Em nên làm gì để tự bảo vệ mình?”.
- GV nhận xét chung và dẫn dắt vào bài học: “Em biết tự bảo vệ”.

Hoạt động 1: Vùng riêng tư của cơ thể

* **Mục tiêu:** HS nhận biết được những vùng riêng tư của cơ thể cần được bảo vệ.

* **Cách tiến hành:**

- GV yêu cầu HS tạo thành các nhóm đôi.
- HS quan sát các tranh 1, 2 trang 112 SGK (GV có thể phóng to cho HS quan sát) và nêu câu hỏi: “Chỉ các vùng riêng tư trên cơ thể của hai bạn trong tranh”.