**TUẦN 22**

**BÀI: TỰ CHĂM SÓC BẢN THÂN (3 tiết)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**- Phẩm chất chăm chỉ:** Thực hiện được những việc tự chăm sóc bản thân ở nhà hay ở trường.

**- Năng lực chung :** Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Nêu được những việc làm hằng ngày để tự chăm sóc bản thân như đánh răng, giữ ấm cơ thể, tắm rửa, tập thể dục, ngồi học đúng tư thế.

**- Năng lực đặc thù**

**+Nhận thức chuẩn mực hành vi**: Nhận biết được sự cần thiết của việc tự chăm sóc bản thân. Thực hiện được những việc tự chăm sóc bản thân ở nhà hay ở trường. Rèn kĩ năng đánh răng và rửa tay đúng cách.

+**Đánh giá hành vi của bản thân và người khác:** Đồng tình với những việc làm có lợi cho sức khỏe, không đồng tình với những thói quen trong sinh hoạt có hại cho sức khỏe.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

 **Giáo viên:**

- PPT: Tranh ảnh, truyện, mô hình hàm răng và bàn chải.Nhận xét ở lớp của giáo viên, Phiếu tự nhận xét của học sinh, Phiếu nhận xét của CMHS.

- Video bài hát “Tập thể dục buổi sáng”

- Clip video quay một số hình ảnh minh họa các bạn tự thực hiên chăm sóc bản thân.

- Bảng tương tác, máy chiếu, ti vi…(tùy điều kiện của địa phương, nhà trường mà giáo viên chọn lựa phù hợp)

**Học sinh:**

- Sách giáo khoa, VBT đạo đức 1

- Học sinh chuẩn bị tranh vẽ, hình ảnh về thể hiện việc tự chăm sóc bản thân.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GIÁO VIÊN** | **HOẠT ĐỘNG CỦA HỌC SINH** |
| **1. Hoạt động Khởi động: “tập thể dục buổi sáng ” :*****a. Mục tiêu:*** Giới thiệu bài, tạo tâm thế cho HS vào bài học mới.***b. Cách thực hiện:***- - GV hỏi HS: Trong bài hát vừa rồi có tâp những động tác nào? - HS trả lời câu hỏi GV mở rộng: Vậy trong video các bạn thấy bạn nhỏ trước khi tập thể dục đã làm công việc gì? ( đánh răng, rửa mặt )- GV nhận xét***-*** GV***:*** để cho cơ thể khỏe mạnh không ốm đau thì bản thân chúng ta phải tự giác thực hiện những việc như : chăm sóc răng miệng, tập thể dục, rửa tay sạch sẽ..vv.. vậy để thực hiện những việc đó sao cho đúng và có lợi cho sức khỏe thì Hôm nay chúng ta sẽ cùng tìm hiểu kĩ về gia đình qua bài “Tự chăm sóc bản thân”.**2. Hoạt động Khám phá****2.2. Khám phá 1: Xem hình và trả lời câu hỏi:*****a. Mục tiêu:*** Học sinh nêu được việc các bạn nhỏ làm và nói được lợi ích của những việc đó. ***b. Cách thực hiện:***- HS quan sát 4 hình ảnh:+ Hình 1:+ Hình 2:+ Hình 3: + Hình 4:- GV đặt câu hỏi, HS trả lời cá nhân: - HS trả lời, nhận xét- HS lắng nghe GV tổng kết- GV:*Muốn cơ thể khỏe mạnh thì phải biết tự vệ sinh cá nhân hằng ngày, tập thể dục mỗi ngày và tự biết giữ ấm cho cơ thể của mình.***\*Nghỉ giữa tiết (3 phút): Giáo viên cho HS xem một câu chuyện về tự chăm sóc bản thân.****2.3. Khám phá 2: “Chia sẻ”** - Y/C HS thảo luận nhóm đôi: 2. Thảo luận nhóm 2: nhận xét việc làm của bạn Hùng có gì đúng? Có gì sai ? lợi ích của việc làm đúng ? tác hại việc làm sai ?GV chốt: tập thể dục là 1 việc làm tốt, nhưng sau đó bạn Hùng đã sai khi tập xong bóng xong thì mồ hôi ra nhiều mà bạn ngồi trước quạt uống nước như thế sẽ dễ bị cảm lạnh, ảnh hưởng xấu đến sức khỏe. Do đó khi chúng ta học cách chăm sóc sức khỏe bản thân đúng cách để không bị phản tác dụng cho việc làm đó - GV nhận xét, tuyên dương  | - HS nghe, hát và thực hiện các động tác theo trong bài video tập thể dục buổi sáng (Nhạc và lời: Minh Trang). - HSTL: (dậm chân, hít thở, động tác tay)- (đánh răng, rửa mặt)- HS nhận xét, đánh giá, bổ sung cho bạn- HS lắng nghe GV nhận xét- HS thảo luận nhóm đôi:- HS trả lời:Tranh vẽ gì? Những hành động ấy thể hiện điều gì?+ Hình 1: bạn gái đang đánh răng để giữ răng chắc khỏe không bị sâu răng+ Hình 2: bạn gái đang quàng khăn giữ cho cổ ấm + Hình 3: bạn trai đang tắm xà bông sạch sẽ để vi khuẩn ko xâm nhập trên cơ thể+ Hình 4: bạn nhỏ đang tập thể dục với mẹ để cơ thể khỏe mạnh.- HS xem video- HS chia sẻ về cảm nhận bản thân sau khi xem videoHS xem 4 tranh và chọn những hình ảnh đồng tình/không đồng tình vào bảng nhóm và trả lời câu hỏi: Em đồng tình hay không đồng tình với việc làm nào? Vì sao?- HS thảo luận nhóm đôi trong thời gian 5 phút để cài bảng nhóm và trả lời câu hỏi trong nhóm.- HS trả lời trước lớp nhận xét, bổ sung.- HS lắng nghe GV tổng kết.-HS nhận xét Lắng nghe |

\* Chỉnh sửa, bổ sung:

 ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………