*Ngày giảng: Thứ Ba ngày 25 tháng 2 năm 2025.*

**TỰ NHIÊN VÀ XÃ HỘI ( TIẾT 45 )**

**CHĂM SÓC VÀ BẢO VỆ CƠ QUAN TIÊU HÓA ( TIẾT 1 )**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

- Trình bày được một số việc cần làm hoặc cần tránh để giữ gìn bảo vệ các cơ quan tiêu hóa.

- Kể được tên một số thức ăn, đồ uống và hoạt động có hại đối với các cơ quan tiêu hóa và cách phòng tránh,

- Xây dựng và thực hiện được thời gian biểu phù hợp để có được thói quen học tập, vui chơi, ăn uống, nghỉ ngơi điều độ và ngủ đủ giấc

- Năng lực: tự chủ, tự học; giải quyết vấn đề và sáng tạo; giao tiếp và hợp tác.

- Phẩm chất: Phẩm chất nhân ái; phẩm chất chăm chỉ; phẩm chất trách nhiệm.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC:**

**1. Giáo viên:** Kế hoạch bài dạy, SGK; bài giảng pp

**2. Học sinh:** SGK, vở.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| **1. Khởi động, kết nối (4-5p)**  - GV nêu câu hỏi: *Đã bao giờ bạn bị đau bụng chưa? Tại sao lại bị đau bụng?*  - GV nhận xét, tuyên dương.  - GV dẫn dắt vào bài mới. | - HSTL  - HS lắng nghe. |
| **2. Hình thành kiến thức mới (22-25p)**  ***Hoạt động 1. Chỉ và nói được các bộ phận của cơ quan tiêu hóa (Làm việc theo cặp)***  **-** GV yêu cầu HS quan sát hình 2 trang 78 trong SGK chỉ và trả lời câu hỏi:  + Những thức ăn đồ uống nào có lợi cho cơ quan tiêu hóa? Tại sao?  + Em hãy kể thêm những thức ăn có lợi, không có lợi cho cơ quan tiêu hóa.  - Đại diện từng cặp lên chỉ và nói tên thức ăn có lợi và không có lợi cho cơ quan tiêu hóa.  - Đại diện một số em kể thâm những thức ăn mình biết có lợi và không có lợi cho cơ quan tiêu hóa  - GV mời các HS khác nhận xét.  - GV nhận xét chung, tuyên dương.  ***Hoạt động 2. Cơ quan tiêu hóa gồm những bộ phận nào?***  -GV yêu cầu HS quan sát hình 3 đếm 8 trang 79 trong SGK chỉ và trả lời câu hỏi:  + Các bạn trong hình đang làm gì? Nó có lợi hay có hại gì cho cơ thể? Tại sao?  + Em hãy nêu những việc nào nên là, việc nào cần tránh để bảo vệ cho cơ quan tiêu hóa.  - Đại diện từng cặp lên chỉ và nói việc các bạn đang làn và việc đó có lợi hay có hại cho cơ quan tiêu hóa. Vì sao?  - Đại diện một số em kể thêm những việc làm mình biết có lợi và không có lợi cho cơ quan tiêu hóa.  - GV chốt HĐ2 và mời HS đọc lại: *Nhắc nhở học sinh không nên ăn hoa quả thức ăn chưa rửa sạch hay không uống nước chưa đun sôi* | - Học sinh đọc yêu cầu bài và tiến trình bày:  + Thức ăn đồ uống có lợi: nước, lọc, nước đã đun sôi, sữa, ngũ cốc, cá thịt, hoa quả tươi.  + Thức ăn không có lợi: đồ uống có ga có cồn, đồ chiên dán, đồ ăn nhanh, chế biến sẵn  để đông lanh để lâu…  - HS nối tiếp nêu thêm:  + Tôm, cua, khoa , đậu các loại, bí đỏ , bí xanh, nước ép hoa quả, rau….  - HS nhận xét ý kiến của bạn.  - Lắng nghe rút kinh nghiệm.  - Học sinh chia nhóm bàn, đọc yêu cầu bài và tiến hành thảo luận.  - Đại diện các nhóm trình bày:  Tranh 3: Úp lồng bàn vào thức ăn sau khi nấu xong mà chưa ăn ngay: Nên làm để tránh ruồi bọ đậu gây nhiễm vi khuẩn..  Tranh 4: 10 giờ tối còn ăn gà rán rồi mới đi ngủ: Không nên, vì thức ăn đó chứa nhiều dầu mỡ lâu tiêu, khiến da dày- cơ quan tiêu hóa phải hoạt động nhiều không được nghỉ ngơi, mình sẽ khó ngủ và có hại cho sức khỏe.  Tranh 5: Không nên hứa với bạn đợi ăn xong mới đi đá bóng vì ăn no chạy sẽ ảnh hưởng đến sức khỏe.  Tranh 6: Không nên ăn nhanh để đi xem ti vi, vì không nhai kỹ sẽ có hại cho tiêu hóa không tiết được nhiều nươc bọt, dịch vị không tốt cho việc tiêu hóa thức ăn.  Tranh 7: Nên làm, rủa tay ngay sau khi đi vệ sinh sẽ tránh được nhiễm vi khuẩncó hại cho sức khỏe.  Tranh 8: Không nên uống nước mía ở vệ sđường khi có ruồi bay đến đậu mà không có biện pháp loại bỏ hay ngăn chặn ruồi như vậy sẽ dễ bị nhiễm khuẩn từ ruồi bọ vào đồ uống ânh hưởng đến sức khỏe.  - 1 HS nêu lại nội dung HĐ2 |
| **3. Vận dụng, trải nghiệm (4-5p)**  - GV yêu cầu từng cặp HS liên hệ thực tế bằng cách kể thêm những loại thức ăn và việc làm có  lợi và không có lợi cho cơ quan tiêu hóa.  - Nhận xét bài học.  - Dặn dò về nhà. | - HS thực hành theo cặp đôi.  - HS lắng nghe. |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY** *(nếu có).*

...............................................................................................................................