HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM

**CHỦ ĐỀ 4: TỰ CHĂM SÓC VÀ RÈN LUYỆN BẢN THÂN (Tiết 2)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**-** Thực hiện được những việc làm để tự chăm sóc bản thân, Tự chăm sóc được bản thân trong những tình huống thay đổi. Lựa chọn và mặc được những trang phục phù hợp với thời tiết và hoàn cảnh.

**\* Góp phần hình thành và phát triển Năng lực, phẩm chất**

+ Phát triển kỹ năng quan sát và suy đoán nội dung tranh minh hoạ. Năng lực tự chủ và tự học; giao tiếp và hợp tác; năng lực ngôn ngữ

- Hình thành và phát triển phẩm chất: Nhân ái, trách nhiệm (Rèn luyện được thói quen nền nếp.)

\*THQCN: Quyền Tự chăm sóc và tự bảo vệ bản thân. Bổn phận trẻ em đối với bản thân.

**II. CHUẨN BỊ**

- GV: Tranh các thao tác rửa mặt.

- HS: Chậu thau, khăn mặt

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG**

**1. Hoạt động Mở đầu**

- HS chơi trò chơi: Làm gián điệp

**2. Rèn luyện kĩ năng và vận dụng – mở rộng**

***\* HĐ 4: Thực hành rửa tay***

***-*** Cả lớp nhảy dân vũ “ Rửa tay”.

+ HS quan sát GV làm mẫu

+ HS quan sát GV làm mẫu với nhạc

+ Cả lớp làm theo từng động tác.

- Một số HS lên làm lại thao tác rửa tay.

- HS trao đổi với GV khi bài nhảy dân vũ kết thúc:

+ Em có cảm xúc gì khi tham gia nhảy dân vũ?

- HS lắng nghe GV tổng kết và dặn dò HS luôn rửa tay trước khi ăn, sau khi vui chơi và khi tay bị bẩn để đôi tay luôn sạch sẽ.

\* HĐ5: Rửa mặt

***-*** HS quan sát GV hướng dẫn một lượt đầy đủ các thao tác rửa mặt

+ GV làm mẫu bước 1;

+ HS quan sát và làm theo;

+ GV kiểm tra thao tác của HS, chỉnh sửa những HS làm chưa đúng;

+ GV tiếp tục làm mẫu bước 2; GV cứ thế cho hết 6 bước.

+ B 1: Rũ khăn, trải khăn lên 2 lòng bàn tay, đỡ khăn bằng 2 tay;

+ B 2: Dùng ngón tay trỏ trái lau mắt trái, ngón tay trỏ phải lau mắt phải;

+ B 3: Di chuyển khăn lau lần lượt sống mũi, miệng, cằm;

+ B 4: Di chuyển khăn lau trán, má bên phải, bên trái;

+ B 5: Gấp khăn lau cổ và gáy;

+ B 6: Gấp khăn lau vành tai.

- HS quan sát GV hướng dẫn từng bước và làm theo.

- HS lên thao tác lại từng bước. Cả lớp quan sát mẫu và nhận xét.

- Từng nhóm HS thực hành.

- HS cả lớp cùng làm thực hành.

- HS lắng nghe GV nhận xét hoạt động và dặn HS rửa mặt cẩn thận, sạch sẽ hằng ngày.

**\* HĐ 6: Hướng dẫn lau mũi**

+ GV làm mẫu bước 1;

+ HS quan sát và làm theo;

+ GV kiểm tra thao tác của HS, chỉnh sửa những HS làm chưa đúng;

+ GV tiếp tục làm mẫu bước 2; GV cứ thế cho hết 4 bước

- HS quan sát GV hướng dẫn một lượt đầy đủ các thao tác xì và lau mũi

+ B 1: Gấp đôi khăn giấy, đỡ khăn giấy bằng 2 tay;

+ B 2: Đặt khăn giấy lên mũi, một tay bịt một bên mũi và xì bên mũi còn lại;

+ B 3: Tiếp tục gấp đôi khăn giấy lại, bịt một bên mũi và xì bên mũi kia;

+ B 4: Tiếp tục gấp đôi khăn giấy và lau mũi.

- HS quan sát GV hướng dẫn từng bước và làm theo.

- HS lên thao tác lại từng bước. Cả lớp quan sát mẫu và nhận xét.

- HS cả lớp cùng làm thực hành.

- HS lắng nghe GV nhận xét hoạt động và dặn HS biết vệ sinh mũi, đặc biệt nếu ở chỗ đông người thì mình nên đứng riêng ra một chỗ và xì nhẹ nhàng.

GV chốt liên hệ: Quyền tự chăm sóc và tự bảo vệ bản thân. Bổn phận trẻ em đối với bản thân.

**4. Hoạt động Vận dụng, trải nghiệm**

- Em rút ra được điều gì sau bài học này?

- Nhắc nhở và khuyến khích HS thường xuyên thực hiện rửa mặt và vệ sinh mũi để có cơ thể sạch sẽ, khỏe mạnh.

- HS về nhà chuẩn bị bài 13.

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT HỌC**

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