|  |  |
| --- | --- |
| Ngày dạy: 8/5/2025 |  |

**CHỦ ĐỀ 2: CHỈ SỐ KHỐI CƠ THỂ (BMI)**

Thời gian thực hiện:(03 tiết)

**I. Mục tiêu**

**1. Về kiến thức:**

- HS hiểu về ý nghĩa của chỉ số BMI, cách tính chỉ số BMI.

- Vận dụng được công thức tính chỉ số BMI để xác định một người suy dinh dưỡng, béo hay bình thường.

**2. Về năng lực:**

\* Năng lực chung:

- Năng lực tự học: HS tự hoàn thành được các nhiệm vụ học tập chuẩn bị ở nhà và tại lớp.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: HS phân công được nhiệm vụ trong nhóm, biết hỗ trợ nhau, trao đổi, thảo luận, thống nhất được ý kiến trong nhóm để hoàn thành nhiệm vụ.

\* Năng lực đặc thù:

- Năng lực giao tiếp toán học: dựa vào chỉ số BMI đánh giá được thể trạng của một người bất kì.

- Năng lực sử dụng công cụ và phương tiện học toán: sử dụng được thước dây, máy tính.

- Năng lực tư duy và lập luận toán học, năng lực giải quyết vấn đề toán học, năng lực mô hình hóa toán học: thực hiện được các thao tác tư duy so sánh, phân tích, tổng hợp, khái quát hóa.

**3. Về phẩm chất:**

- Chăm chỉ: thực hiện đầy đủ các hoạt động học tập một cách tự giác, tích cực.

- Trung thực: thật thà, thẳng thắn trong báo cáo kết quả hoạt động cá nhân và theo nhóm, trong đánh giá và tự đánh giá.

- Trách nhiệm: hoàn thành đầy đủ, có chất lượng các nhiệm vụ học tập.

**II. Thiết bị dạy học và học liệu**

**1. Giáo viên:** SGK, kế hoạch bài dạy, thước dây, bảng phụ, máy chiếu, phiếu bài tập (các bài tập bổ sung).

**2. Học sinh:** SGK, thước dây, máy tính cầm tay, cân điện tử, giấy A4, A0.

**III. Tiến trình dạy học**

**Tiết 1**

**1. Hoạt động 1: Mở đầu** (5 phút)

**a) Mục tiêu:** gợi động cơ vào bài mới.

**b) Nội dung:** Chúng ta vẫn thường nghe nói đến các cụm từ như trẻ suy dinh dưỡng, trẻ thiếu cân hay trẻ béo phì. Vậy dựa vào đâu để kết luận được một người là thiếu cân hay béo phì. (quan sát hình ảnh)

**c) Sản phẩm:** hình ảnh trẻ suy dinh dưỡng, trẻ thiếu cân hay trẻ béo phì.

**d) Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung** |
| **\* GV giao nhiệm vụ học tập:**  - GV nêu yêu cầu: Em hãy quan sát các hình ảnh trên màn chiếu và cho biết em bé nào bị béo phì, suy dinh dưỡng, bình thường?  **\* HS thực hiện nhiệm vụ:**  - HS quan sát và nêu tên các hình (cá nhân).  **\* Báo cáo, thảo luận:**  - Mỗi hình ảnh GV yêu cầu khoảng 1 HS trả lời miệng.  - HS cả lớp lắng nghe, nhận xét.  **\* Kết luận, nhận định:**  - GV nhận xét các câu trả lời của HS  - GV đặt vấn đề vào bài mới: Ở những hình ảnh vừa rồi, chúng ta chỉ đang nhận xét 1 cách trực quan, cảm tính chưa khoa học. Trong bài học này chúng ta sẽ nhận biết và khám phá chỉ số khối cơ thể hay còn gọi **là** chỉ số **BMI** (**Body Mass Index**) nó sẽ giúp các em xác định cân nặng của cơ thể mình đang ở mức độ như thế nào: gầy, bình thường hay béo. | Nhìn hình ảnh dưới đây, hãy cho cô biết em bé nào bị béo phì, suy dinh dưỡng, bình thường?   |  |  | | --- | --- | | Hình a | Hình b | | Hình c | |     a) Béo phì.  b) Suy dinh dưỡng.  c) Bình thường. |

**2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức**

**Hoạt động 2.1: Giới thiệu về chỉ số khối cơ thể** (15 phút)

**a) Mục tiêu:** HS nhận biết được chỉ số khối của cơ thể, nêu được công thức tính chỉ số khối của cơ thể.

**b) Nội dung:**

- Thực hiện hoạt động 1 trong SGK trang 73.

- Nêu khái niệm và công thức chỉ số khối của cơ thể.

**c) Sản phẩm:**

- Kết quả thực hiện hoạt động 1 trong SGK trang 73,74.

- Đánh giá được thể trạng của một người bất kì.

**d) Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung** |
| **\* GV giao nhiệm vụ học tập 1:**  - GV chia lớp thành 4 nhóm.  - GV yêu cầu HS hoạt động nhóm bằng kĩ thuật khăn trải bàn: Dùng các thiết bị có kết nối Internet để tra cứu thông tin với các từ khóa về chỉ số BMI như: Chỉ số BMI là gì?; cách tính chỉ số BMI; chỉ số BMI đối với người dưới 20 tuổi ….. để tìm kiếm trên Internet  **\* HS thực hiện nhiệm vụ 1:**  - HS hoạt động nhóm theo kĩ thuật khăn trải bàn để thực hiện nội dung 1 trong SGK- Hướng dẫn, hỗ trợ: GV quan sát hỗ trợ HS thực hiện.  **\* Báo cáo, thảo luận 1:**  - GV yêu cầu đại diện 2 nhóm hoàn thành nhanh nhất lên bảng trình bày và trả lời các câu hỏi phản biện.  - HS các nhóm quan sát, lắng nghe, nhận xét và nêu câu hỏi phản biện.  **\* Kết luận, nhận định 1:**  - GV chính xác hóa kết quả của hoạt động 1.  - GV đánh giá, nhận xét thái độ hoạt động nhóm, mức độ đạt được của sản phẩm nhóm, kĩ năng diễn đạt trình bày của HS. | **I. Nội dung chính của chủ đề**  **1. Giới thiệu về chỉ số khối của cơ thể**  Chỉ số khối của cơ thể được viết tắt BMI, là tỉ số cho phép đánh giá thể trạng của một người là gầy, bình thường hay béo.  Công thức: .  Trong đó:  là khối lượng cơ thể (kg)  là chiều cao (m) |
| **\* GV giao nhiệm vụ học tập 2:**  - Cho học sinh quan sát biểu đồ tăng trưởng dành cho trẻ từ 2 đến 20 tuổi  ? Từ biểu đồ đó làm thế nào để ta có thể biết được sức khỏe của bản thân mình đang trong mức nào? (thiếu cân, bình thường hay béo phì...)  **\* HS thực hiện nhiệm vụ 2:**  - HS dựa vào biểu đồ nêu đánh giá thể trạng học sinh lớp 6 ở học kì II (độ tuổi 12)  - Hướng dẫn, hỗ trợ: GV quan sát hỗ trợ HS thực hiện chính xác các thao tác.  **\* Báo cáo, thảo luận 2:**  - GV yêu cầu 4 HS nêu kết quả BMI, 1 HS đọc nhận xét trong SGK  - HS cả lớp quan sát, lắng nghe và nhận xét.  **\* Kết luận, nhận định 2:**  - GV chốt lại nêu đánh giá thể trạng học sinh lớp 6 ở học kì II (độ tuổi 12) | Hình 1 SGK trang 73.    **\* Nhận xét:**  BMI: Gầy (thiếu cân);  BMI : Bình thường;  BMI : Nguy cơ béo phì;  BMI: Béo phì. |
| **\* GV giao nhiệm vụ học tập 2:**  - Cho học sinh quan sát bảng đánh giá thể trạng ở người lớn theo BMI đối với châu Á – Thái Bình Dương.  ? Từ bảng đánh giá đó các em có thể đánh giá được thể trạng của cha mẹ, ông bà, người thân của các em đang trong mức nào? (thiếu cân, bình thường hay béo phì...)  **\* HS thực hiện nhiệm vụ 2:**  - HS dựa vào bảng đánh giá nêu đánh giá thể trạng của người lớn, đối với nam và nữ.  - Hướng dẫn, hỗ trợ: GV quan sát hỗ trợ HS.  **\* Báo cáo, thảo luận 2:**  - GV yêu cầu 2 HS nêu kết quả BMI đối với nam và nữ.  - HS cả lớp quan sát, lắng nghe và nhận xét.  **\* Kết luận, nhận định 2:**  - GV chốt lại đánh giá thể trạng ở người lớn theo BMI đối với châu Á – Thái Bình Dương.  - Lưu ý cho học sinh bảng đánh giá BMI ở mỗi châu lục là khác nhau. | **\***Bảng đánh giá thể trạng ở người lớn theo BMI đối với châu Á – Thái Bình Dương   |  |  | | --- | --- | | **Nam** | **Nữ** | | * BMI: Gầy * BMI : Bình thường * BMI : Béo phì độ I (nhẹ) * BMI : Béo phì độ II (trung bình) * BMI: Béo phì độ III (nặng) | * BMI: Gầy * BMI : Bình thường * BMI : Béo phì độ I (nhẹ) * BMI : Béo phì độ II (trung bình) * BMI: Béo phì độ III (nặng) | |

**Hoạt động 2.2: Cách tính BMI** (12 phút)

**a) Mục tiêu:** HS sử dụng được công thức để tính chỉ số khối của cơ thể.

**b) Nội dung:**

- Thực hiện nội dung 1 số ví dụ

**c) Sản phẩm:**

- Chỉ số BMI của 1 số bạn trong lớp.

**d) Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung** |
| **\* GV giao nhiệm vụ học tập 1:**  - GV nêu ví dụ 1: Tính chỉ số BMI của bạn A, biết bạn A học lớp 6B có cân nặng là 35kg, chiều cao là 1,40m  Yêu cầu HS thực hiện, kết hợp với nhận xét ở phần 1 để trả lời câu hỏi.  - Nêu các bước để xác định 1 người gầy, bình thường hay béo phì.  **\* HS thực hiện nhiệm vụ 1:**  - HS thực hiện các bước tính BMI  - Hướng dẫn, hỗ trợ: GV quan sát, hỗ trợ HS tính toán.  - HS nêu các bước để rút ra kết luận.  **\* Báo cáo, thảo luận 1:**  - GV lựa chọn các tính toán đúng và chưa đúng chiếu lên màn chiếu để HS quan sát, nhận xét.  - HS quan sát, nhận xét và tự kiểm tra lại.  **\* Kết luận, nhận định 1:**  - GV nhấn mạnh lại khi tính BMI phải sử dụng cân nặng theo đơn vị là kg, chiều cao (m)  - GV chốt lại các bước để xác định 1 người gầy, bình thường hay béo phì. | **2. Cách tính BMI**  **- Ví dụ 1:** Tính chỉ số BMI của bạn A, biết bạn A học lớp 6B có cân nặng là 35kg, chiều cao là 1,40m.  **Giải**    Kết luận: Bạn A có chỉ số khối cơ thể bình thường. |
| **\* GV giao nhiệm vụ học tập 2:**  - Yêu cầu HS làm ví dụ 2 vào vở.  **\* HS thực hiện nhiệm vụ 2:**  - HS tính toán để tìm BMI.  **\* Báo cáo, thảo luận 2:**  - Yêu cầu HS dựa vào bảng đánh giá thể trạng ở người lớn để đưa ra kết luận.  **\* Kết luận, nhận định 2:**  - GV nhận xét. | **- Ví dụ 2:** Tính chỉ số BMI của bác Bình, biết bác Bình có cân nặng là 72kg, chiều cao là 1,68 m.  **Giải**    Kết luận: Bác Bình béo phì độ I. |

**Hoạt động 2.3: Ý nghĩa của BMI trong thực tiễn** (11 phút)

**a) Mục tiêu:**

- HS biết được ý nghĩa của BMI trong thực tiễn.

**b) Nội dung:**

Ý nghĩa của BMI.

**c) Sản phẩm:**

-Ý nghĩa của BMI trong thực tiễn.

**d) Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung** |
| **\* GV** **giao nhiệm vụ học tập 1:**  - Yêu cầu HS dựa vào bảng đánh giá BMI để đưa ra ý nghĩa của BMI trong thực tiễn.  **\* HS thực hiện nhiệm vụ 1:**  - HS phát biểu ý nghĩa của BMI trong thực tiễn.  **\* Báo cáo, thảo luận 1:**  - GV yêu cầu 1 HS phát biểu  - HS dưới lớp lắng nghe, quan sát, nhận xét.  **\* Kết luận, nhận định 1:** GV chuẩn hóa kiến thức. | **3. Ý nghĩa của BMI trong thực tiễn**  Dựa vào chỉ số BMI, ta có thể biết chính xác một người đang mắc bệnh béo phì, thừa cân hay suy dinh dưỡng. |
| **\* GV giao nhiệm vụ học tập 1:**  - Gv yêu cầu HS chơi trò chơi: Tập làm bác sĩ.  - GV yêu cầu HS hoạt động nhóm bằng kĩ thuật khăn trải bàn: Dùng các thiết bị có kết nối Internet để tra cứu thông tin chế độ ăn và tập thể dục cho người thiếu cân, béo phì.  **\* HS thực hiện nhiệm vụ 1:**  - HS hoạt động nhóm theo kĩ thuật khăn trải bàn để thực hiện hoạt động trong SGK.  - Hướng dẫn, hỗ trợ: GV quan sát hỗ trợ HS thực hiện.  **\* Báo cáo, thảo luận 1:**  - GV yêu cầu đại diện 2 nhóm hoàn thành nhanh nhất lên bảng trình bày và trả lời các câu hỏi phản biện.  - HS các nhóm quan sát, lắng nghe, nhận xét và nêu câu hỏi phản biện.  **\* Kết luận, nhận định 1:**  - GV chính xác hóa kết quả của hoạt động.  - GV đánh giá, nhận xét thái độ hoạt động nhóm, mức độ đạt được của sản phẩm nhóm, kĩ năng diễn đạt trình bày của HS. | **\* Áp dụng** |

**Hướng dẫn tự học ở nhà** (2 phút):

- Ghi nhớ cách tính chỉ số BMI

- Chuẩn bị bài mới: Tìm chỉ số BMI của từng cá nhân trong nhóm.

**Tiết 2**

**Hoạt động 2.4: Thực hành tính chỉ số BMI của từng cá nhân trong nhóm** (20 phút)

**a) Mục tiêu:** HS tính được chỉ số BMI của từng cá nhân trong nhóm.

**b) Nội dung:**

- Thực hiện hoạt động 1 trong SGK trang 74.

**c) Sản phẩm:**

- Kết quả thực hiện hoạt động 1 trong SGK trang 74.

**d) Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung** |
| **\* GV giao nhiệm vụ học tập 1:**  - GV chia lớp thành 4 – 5 nhóm (mỗi nhóm khoảng 6 – 8 HS).  Các nhóm tự phân 1 nhóm trưởng và 1 thư kí.  - Từng cá nhân trong nhóm sẽ đo chiều cao và cân nặng sau đó tính chỉ số BMI của bản thân mình và tự đánh giá thể trạng của mình, sau đó nộp cho thư kí của nhóm tổng hợp lại.  Tổ trưởng của mỗi nhóm có trách nhiệm xem xét các thành viên trong nhóm đã tính đúng chưa.  - GV cung cấp các phiếu điều tra.  **\* HS thực hiện nhiệm vụ 1:**  - HS tìm hiểu làm Hoạt động 1.  - Thảo luận nhóm để phân công nhiệm vụ thực hiện Dự án.  **\* Báo cáo, thảo luận 1:**  - Đại diện nhóm báo cáo việc xây dựng kế hoạch thực hiện dự án: những việc cần làm. Thời gian dự kiến. phương pháp tiến hành. Phân công nhiệm vụ…  - HS các nhóm quan sát, lắng nghe, nhận xét và nêu các câu hỏi phản biện.  **\* Kết luận, nhận định 1:**  - GV chính xác hóa kết quả của hoạt động 1.  - GV đánh giá, nhận xét thái độ hoạt động nhóm, mức độ đạt được của sản phẩm nhóm, kĩ năng diễn đạt trình bày của HS. | **4. Thực hành tính chỉ số BMI của từng cá nhân trong nhóm**  **\*HĐ1: Từng cá nhân tính chỉ số BMI của bản thân mình**  Phiếu điều tra  Mẫu 1: Phiếu điều tra số liệu học sinh nam     |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | STT | Họ và tên | Chiều cao (m) | Cân nặng (Kg) | Chỉ số BMI | Đánh giá thể trạng | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |   Mẫu 2: Phiếu điều tra số liệu học sinh nữ   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | STT | Họ và tên | Chiều cao (m) | Cân nặng (Kg) | Chỉ số BMI | Đánh giá thể trạng | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |   + Tiến hành đo và ghi số liệu chiều cao (m), cân nặng (Kg) vào bảng điều tra. |

**Hoạt động 2.5: Báo cáo tính chỉ số BMI của từng cá nhân trong nhóm** (23 phút)

**a) Mục tiêu:** - Các nhóm báo cáo Dự án trong 3 phút, nhận xét về cân nặng, chiều cao của học sinh trong lớp có phù hợp với mức tăng trưởng bình thường không..

- Đề xuất một số phương án giải quyết.

**b) Nội dung:**

- Báo cáo dự án

- GV nêu nhận xét của GV

**c) Sản phẩm:**

- Các bản (bài) báo cáo của các nhóm

- Ghi chép trao đổi giữa các nhóm

- Các phiếu học tập.

- Tư vấn chế độ ăn uống, tập luyện thể dục cho người thừa cân, béo phì.

**d) Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung** |
| **\* GV giao nhiệm vụ học tập 1:**  - GV tổ chức cho các nhóm báo cáo kết quả Dự án.  (chọn nhóm: nộp kết quả nhanh nhất hoặc bốc thăm)  - Nhận xét về cân nặng, chiều cao của học sinh trong lớp có phù hợp với mức tăng trưởng bình thường không. Từ đó đề xuất một số hướng giải quyết tích cực  **\* HS thực hiện nhiệm vụ 1:**  - HS báo cáo, nghe nhóm bạn hỏi để giải đáp.  - Hướng dẫn, hỗ trợ: GV quan sát hỗ trợ HS báo cáo.  **\* Báo cáo, thảo luận 1:**  - GV yêu cầu đại diện 2 nhóm hoàn thành nhanh nhất lên bảng trình bày.  - HS các nhóm quan sát, lắng nghe.  **\* Kết luận, nhận định 1:**  - GV đánh giá, nhận xét thái độ hoạt động nhóm, mức độ đạt được của sản phẩm nhóm, kĩ năng diễn đạt trình bày của HS. | **4. Thực hành tính chỉ số BMI của từng cá nhân trong nhóm**  - Đại diện nhóm Báo cáo kết quả Dự án.  - Các nhóm có ý kiến và giải đáp ý kiến.  - GV nêu đánh giá các nhóm. |

**Hướng dẫn tự học ở nhà** (2 phút)

- Ghi nhớ cách tính BMI.

- Nhắc nhở người thân và bạn bè ăn uống hợp lí, thường xuyên tập thể dục.

- Làm bài tập sau: Tìm chỉ số BMI của người thân trong gia đình.

Mẫu phiếu

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Họ và tên** | **Chỉ số BMI** | **Đánh giá thể trạng** |
|  |  |  |

**Dự kiến:**

**PHIẾU ĐÁNH GIÁ CÁC HOẠT ĐỘNG**

Cá nhân tự đánh giá/ đánh giá đóng góp của các thành viên trong nhóm theo các mức độ 0, 1, 2, 3, 4.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Họ và tên thành viên |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Mức độ đóng góp |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Cả nhóm thống nhất tự đánh giá các nội dung bằng cách khoanh tròn vào các mức độ A, B, C, D.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nội dung | Tinh thần làm việc nhóm | | | | Hiệu quả làm việc nhóm | | | | Trao đổi, thảo luận trong nhóm | | | |
| Mức độ | A | B | C | D | A | B | C | D | A | B | C | D |

GV: căn cứ vào quá trình hoạt động của học sinh, biểu tổng hợp tự đánh giá của các nhóm, đánh giá HS về ý thức học tập, khả năng sẵn sàng tiếp nhận nhiệm vụ, khả năng hợp tác và đánh giá HS thông qua kết quả cuối cùng của chủ đề*.*

**Tiết 3**

**3. Hoạt động 2.6: Thực hành tính chỉ số BMI của người thân trong gia đình** (8 phút)

**a) Mục tiêu:** - HS báo cáo chỉ số BMI của người thân trong gia đình.

**b) Nội dung:**

- GV tập hợp các kết quả của cả lớp (không phổ biến chung các số liệu liên quan đến cá nhân và gia đình từng học sinh).

**c) Sản phẩm:**

- Các bản (bài) báo cáo của HS

**d) Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung** |
| **\* GV giao nhiệm vụ học tập 1:**  - GV tổ chức cho HS báo cáo kết quả Dự án.  - Tổng kết các kết quả.  **\* HS thực hiện nhiệm vụ 1:**  - HS báo cáo qua phiếu đã được phát ở tiết trước.  **\* Báo cáo, thảo luận 1:**  - HS các nộp lại các phiếu.  **\* Kết luận, nhận định 1:**  - GV tổng kết, rút kinh nghiệm và đánh giá kết quả thực hành. | **5. Thực hành tính chỉ số BMI của từng người thân trong gia đình**  **\* HĐ 2:**  - Thu các phiếu bài tập.  - GV tổng kết, rút kinh nghiệm và đánh giá kết quả thực hành. |

**4. Hoạt động 2.7: Xử lí thông tin, vẽ sơ đồ tư duy** (33 phút)

**a) Mục tiêu:**

- Phân loại, xử lí các thông tin đã học ở các tiết trước.

**b) Nội dung:**

- Các nhóm tiến hành xử lí thông tin.

- Vẽ sơ đồ tư duy.

**c) Sản phẩm:**

- Sơ đồ tư duy.

**d) Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung** |
| **\* GV** **giao nhiệm vụ học tập 2:**  - GV chia lớp thành 4 nhóm.  - Giao nhiệm vụ cho nhóm trưởng: thu thập thông tin của các thành viên trong nhóm đã tìm hiểu được trong các tiết trước.  - Thảo luận thống nhất lựa chọn thông tin cần thiết để xây dựng sơ đồ tư duy về thống kê và chỉ số BMI  **\* HS thực hiện nhiệm vụ 2:**  - Thảo luận xây dựng sơ đồ tư duy trình bày những thông tin cơ bản về chỉ số BMI.  - Cử ra 1 số bạn hoàn thiện sơ đồ tư duy theo ý tưởng xây dựng của cả nhóm:  **\* Báo cáo, thảo luận 2:**  - GV đề nghị các nhóm chia sẻ một số cách để giữ cơ thể khỏe mạnh, không bị thừa cân hay thiếu cân.  - HS cả lớp quan sát, lắng nghe và nhận xét. Hoàn thành sơ đồ tư duy.  **\* Kết luận, nhận định 2:**  - GV khen ngợi đánh giá HS về ý thức học tập, khả năng sẵn sàng tiếp nhận nhiệm vụ, khả năng hợp tác và đánh giá HS thông qua kết quả cuối cùng của hoạt động,… Động viên các em tiếp tục tìm hiểu và ứng dụng trong cuộc sống. | **6. Vẽ sơ đồ tư duy**  **1. HĐ 4:**  Nhóm HS trình bày sơ đồ tư duy của nhóm mình.  HS quan sát, ghi nhận.  GV hỗ trợ trình chiếu. |

**Hướng dẫn tự học ở nhà** (2 phút)

- Các em HS ứng dụng được chỉ số BMI vào trong thực tế.

- Chia sẻ hiểu biết của mình với bạn bè và người thân; gương mẫu, động viên, khích lệ mọi người cùng thực hiện lối sống lành mạnh.