**Tiết 4: HĐTN**

**Chăm sóc bản thân trong tình huống thay đổi**

**I. Yêu cầu cần đạt:**

- Tự chăm sóc được bản thân trong những tình huống thay đổi.
- Lựa chọn và mặc được trang phục phù hợp với thời tiết .

- Tích hợp giáo dục đạo đức lối sống:

+ Học sinh hiểu và áp dụng các giá trị đạo đức như tự lập, kiên nhẫn, và chăm sóc bản thân khi đối mặt với những tình huống thay đổi trong cuộc sống.

+ Học sinh nêu được tầm quan trọng của việc giữ gìn sức khỏe, vệ sinh cá nhân và tự chăm sóc trong mọi tình huống để phát triển bản thân toàn diện.

**II. Chuẩn bị:**

- GV: Giáo án điện tử, máy chiếu , Hình ảnh về trời mùa đông, mùa hè.

- HS: SGK.

**III. Các hoạt động dạy – học:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động giáo viên** | **Hoạt động học sinh** |
| **1. HĐ khởi động:**- Chơi trò chơi: “Chim bay, cò bay”\* Giới thiệu bài:- GV giới thiệu bài học**2. HĐ thực hành:** *Thẻ 14: Suy nghĩ- trao đổi nhóm đôi chia sẻ)***Nhiệm vụ 3: Tự chăm sóc bản thân trong những tình huống thay đổi.****HĐ1: Nếu là Hà, em sẽ mặc trang phục như thế nào khi trời lạnh (cặp đôi),** - QS tranh tranh 1, 2.- Nếu em là Hà em sẽ mặc trang phụ như thế nào?- Nếu là Hải em nên làm gì để bảo vệ sức khỏe?**HĐ2: Nếu là Hải, em nên làm gì để bảo về sức khỏe (Nhóm 4)**- GV cho HS thảo luận N4, đại diện trình bày.- Kể tên những quần áo, trang phục mặc cho mùa đông.- Kể tên những trang phục mặc cho mùa hè?- Em đã đúng trang phục theo thời tiết chưa? Ai là người chọn quần áo để em mặc đi học?- Tích hợp giáo dục đạo đức lối sống:+ Khi gặp phải tình huống thay đổi, như phải thay đổi thói quen hàng ngày hoặc môi trường sống mới, em có thể làm gì để chăm sóc bản thân tốt hơn?+ Nếu trong gia đình có thay đổi, ví dụ như ba mẹ bận rộn hơn, em cần phải làm gì để giúp bản thân và gia đình dễ dàng thích nghi với thay đổi đó?**3. HĐ củng cố - dặn dò**- GV nhận xét tiết học- Dặn HS chuẩn bị bài tiết sau | - HS thám gia chơi- HS đọc bài - HS quan sát, thảo luận N2, trình bày.- HS thảo luận N4, đại diện trình bày.- HSHN nói theo cô.- HS lắng nghe.- Em có thể duy trì những thói quen tốt như rửa tay sạch sẽ, ăn uống đúng giờ, ngủ đủ giấc và giữ vệ sinh cá nhân. Điều này giúp em luôn khỏe mạnh và tự tin dù có thay đổi gì xảy ra.- Em có thể tự giác làm các công việc nhỏ trong nhà, như dọn dẹp đồ đạc, giúp ba mẹ chăm sóc bản thân và giữ gìn sức khỏe. Việc tự lập và chăm sóc bản thân giúp gia đình em cảm thấy nhẹ nhõm hơn khi đối diện với những thay đổi. |

**\* Điều chỉnh sau tiết dạy** …………………………………………………………………………………….