**KHOA HỌC TIẾT 52**

**BÀI 25: ĂN, UỐNG KHOA HỌC ĐỂ CƠ THỂ KHỎE MẠNH**

Thứ Tư ngày 12 tháng 3 năm 2025

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:** Sau bài học, HS có khả năng:

- Trình bày được sự cần thiết phải ăn phối hợp nhiều loại thức ăn, ăn nhiều rau, hoa quả và uống đủ nước mỗi ngày

- Nêu được ở mức độ đơn giản về ăn uống cân bằng

- Nhận xét được bữa ăn có cân bằng, lành mạnh không dựa vào tháp dinh dưỡng của trẻ em và đối chiếu với thực tế bữa ăn trong ngày ở nhà hoặc ở trường

- Tự chăm sóc sức khoẻ bản thân: ăn uống cân bằng

- Biết chia sẻ thông tin, giúp đỡ bạn trong học tập; biết cách làm việc theo nhóm, hoàn thành nhiệm vụ của mình và giúp đỡ các thành viên khác cùng hoàn thành nhiệm vụ của nhóm, báo cáo được kết quả làm việc/sản phẩm chung của nhóm.

- Rút ra được các kiến thức bổ ích, vận dụng vào thực tế cuộc sống thông qua các hoạt động thực hành

- Ý thức bảo vệ sức khỏe bản thân, gia đình và xã hội

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

1. **Đối với giáo viên**

Các hình trong bài 25 SGK, phiếu điều tra

1. **Đối với học sinh**

Sách giáo khoa

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **TG** | **HOẠT ĐỘNG CỦA GV** | **HOẠT ĐỘNG CỦA HS** |
| **5p**  **30p** | **1. Mở đầu**  **a. Mục tiêu:** Tạo hứng thú và khơi gợi những hiểu biết đã có của hs về tháp dinh dưỡng  **b. Cách tiến hành**  GV chia lớp thành các nhóm 6, yêu cầu mỗi nhóm đưa ra ý tưởng xây dựng mô hình tháp dinh dưỡng theo sự sáng tạo riêng của nhóm mình  - Chia sẻ ý tưởng về mô hình tháp dinh dưỡng của nhóm  **2. Hoạt động Hình thành kiến thức**  **Hoạt động 1: Làm mô hình tháp dinh dưỡng**  **a. Mục tiêu:** hs vận dụng những kiến thức đã học về ăn uống cân bằng và tích hợp giáo dục STEM  **b. Cách tiến hành**  - GV yêu cầu hs làm việc theo nhóm 6, mỗi nhóm hoàn thành một mô hình tháp dinh dưỡng theo gợi ý sgk trang 98  - GV quan sát quá trình các nhóm thực hiện và hỗ trợ khi cần thiết  - GV mời một số nhóm đại diện giới thiệu sản phẩm  - HS quan sát và nhận xét lẫn nhau. GV khen ngợi nhóm có sản phẩm tốt, sáng tạo  - GV và hs cùng nhận xét, rút ra kết luận  \* Kết luận: Mô hình tháp dinh dưỡng thể hiện đúng, đủ bốn nhóm chất dinh dưỡng  **Hoạt động 2: Em tập làm nhà khoa học**  **a. Mục tiêu:**Hs bước đầu tập nghiên cứu khoa học qua việc điều tra khảo sát về bữa ăn ở nhà hoặc ở trường  **b. Cách tiến hành**  - GV yêu cầu hs đọc phiếu điều tra về bữa ăn trong ba ngày ở nhà hoặc ở trường (sgk trang 98)  - GV yêu cầu hs thảo luận nhóm 4 và hoàn thành phiếu điều tra trong khổ giấy A4 hoặc A3  - GV có thể tổ chức cho hs đóng vai nhà khoa học/ nhà dinh dưỡng để nhận xét về các bữa ăn đã cân bằng, lành mạnh chưa và đề xuất cho từng bữa ăn đó  - GV mời đại diện 2-3 nhóm trình bày sản phẩm của nhóm mình trước lớp  - gv mời hs các nhóm khác nhận xét  - GV đặt câu hỏi cho hs: Em cần thay đổi điều gì về thói quen ăn uống để các bữa ăn cân bằng, lành mạnh và có lợi cho sức khỏe  - GV khen ngợi nhóm có phiếu điều tra chính xác, chi tiết và giải pháp sáng tạo  \*Kết luận: Cần phối hợp các loại thức ăn đảm bảo đủ chất, đủ lượng mỗi ngày để cơ thể khỏe mạnh  - gv gợi ý và dẫn dắt để hs nêu được các từ khóa trong bài: Ăn uống cân bằng – lành mạnh; tháp dinh dưỡng | - HS thực hiện  - HS chia sẻ  - HS làm việc nhóm  - HS giới thiệu sản phẩm  - HS rút ra kết luận  - HS đọc  - HS thảo luận  - HS trình bày  - HS nhận xét  - HS trả lời  - HS nêu từ khóa |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY:**

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

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

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