**CHỦ ĐỀ 5: CONG NGƯỜI VÀ SỨC KHỎE**

**Bài 20: MỘT SỐ BỆNH LIÊN QUAN ĐẾN DINH DƯỠNG**

**VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH (T4)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

**1. Năng lực đặc thù:**

- Vận động phòng, tránh bệnh suy dinh dữơng thấp còi và bệnh thừa cân béo phì.

**2. Năng lực chung.**

- Năng lực tự chủ, tự học: Tích cực trong việc tìm hiểu kiến thức, .

- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Nâng cao kiến thức về một số bệnh liên quan đến dinh dưỡng.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Phát triển năng lực giao tiếp khi tham gia thảo luận nhóm vậy biết trình bày, báo cáo kết quả công việc trước người khác.

**3. Phẩm chất.**

- Phẩm chất nhân ái: Xây dựng tốt mối quan hệ thân thiện với bạn trong học tập và trải nghiệm.

- Phẩm chất chăm chỉ: Có tinh thần chăm chỉ rèn luyện để nắm vững nội dung yêu cầu cần đạt của bài học.

- Phẩm chất trách nhiệm: Có ý thức trách nhiệm với lớp, tôn trọng tập thể.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

- SGK và các thiết bị, học liệu phục vụ cho tiết dạy.

**III. HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC**

- Kế hoạch bài dạy, bài giảng Power point.

- SGK và các thiết bị, học liệu phục vụ cho tiết dạy.

**III. HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của giáo viên** | **Hoạt động của học sinh** |
| **1. Khởi động:**  - Mục tiêu:  + Tạo không khí vui vẻ, khấn khởi trước giờ học.  + Thông qua khởi động, GV kiểm tra kiến thức cũ, dẫn dắt bài mới hấp dẫn để thu hút HS tập trung.  - Cách tiến hành: | |
| - GV tổ chức trò chơi “Ai nhanh ai đúng”  - GV chia lớp thành 2 đội chơi  - GV đưa tranh bệnh suy dinh dưỡng thấp còi , HS tìm nhanh các thẻ từ ghi những loại thức ăn có chứa chất dinh dữơng giúp phòng tránh bệnh đó.  - GV tổ chức cho HS chơi  - GV nhận xét, tuyên dương đội chơi nhanh và đúng  - GTB: Tiết học trước các em đã tìm hiểu về nguyên nhân và cách phòng tránh của một số bệnh do thiếu hoặc thừa chất dinh dưỡng. Để vận động mọi người trong gia đình cùng thực hiện phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng như thế nào. Chúng ta cùng vào bài học ngày hôm nay. | - HS quan sát và lắng nghe cách chơi.  - HS tham gia chơi  - HS lắng nghe. |
| **2. Luyện tập.**  - Mục tiêu:  + Vận động phòng, tránh bệnh suy dinh dữơng thấp còi và bệnh thừa cân béo phì.  - Cách tiến hành: | |
| ***\* Làm việc nhóm***  - GV chia lớp thành các nhóm 6 HS  - GV yêu cầu nhóm trưởng cùng các bạn nghiên cứu lần lượt từng tình huống SGK-T86, sau đó phân công nhau đóng vai, luyện tập trong nhóm.    ***\* Làm việc cả lớp***  - GV yêu cầu đại diện một số nhóm đóng vai trước lớp.  VD tình huống 1: Em của Lan hay dậy muộn nên không kịp ăn sáng trước khi đi học. Em ấy thường không ăn hết phần ăn bữa trưa và bữa tối. Điều gì có thể xảy ra với em của Lan nếu tình trạng này kéo dài? Nếu là Lan, em sẽ làm gì để giúp đở em của mình?  - GV nhận xét tuyên dương nhóm tuyên truyền giỏi.  - GV yêu cầu HS đọc nội dung trong ký hiệu con ong và nội dung trong logo chìa khoá-trang 86 SGK. | - HS lắng nghe, thực hiện  - mỗi nhóm chỉ xử lý một trong 2 tình huống.  VD: Đừng bỏ bữa (Lan, Linh- em của Lan, ban Lan)  Lan dậy sớm và sẳn sàng đi học. Em gái còn đang ngủ nướng. Lan thấy em gái không ăn sáng, lo lắng và nói:  - Em ơi, sáng nào em cũng dậy muộn và không ăn sáng, điều đó không tốt cho sức khỏe đâu.  Linh gật đầu, nhưng không hứng thú lắm và nói:  - Em không thèm ăn, em sẽ ăn nhiều bữa trưa thôi.  Đang trong giờ học, các bạn đang chăm chú vào bài giảng, ngày linh cúi mặt xuống mẹ rất mệt mỏi.  - Linh à, sao nhìn bạn mệt thế, bạn ăn sáng chưa?  - Tớ không sao đâu, một tí là tớ khỏe ngay.  Buổi tối Lan và em cùng ăn tối. Em gái lại không ăn hết bữa như thường.  - Em à chúng ta phải ăn đủ bữa mới có đủ năng lượng để học hành và vui chơi đấy. Nếu em không muốn ăn đủ thì Lan không kìm nén được nữa và nói: "Em à, chúng ta phải ăn đủ bữa mới có đủ năng lượng để học hành và vui chơi đấy. Nếu em không muốn ăn thì chúng ta cùng thử ăn những món em thích nhé!"  Lan hướng dẫn em gái chọn các món ăn yêu thích và tư vấn về việc ăn uống hợp lý. Dần dần, em gái thấy hứng thú và thay đổi thói quen ăn uống, ăn đều đặn và đủ bữa  - Các nhóm khác xem, nhận xét và góp ý  - 2-3 HS đọc to, cả lớp đọc thầm |
| **4. Vận dụng trải nghiệm.**  - Mục tiêu:  + Củng cố những kiến thức đã học trong tiết học để HS khắc sâu nội dung.  + Vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn: thực hiện ăn uống, làm việc, nghỉ ngơi hợp lí để phòng, tránh một số bệnh liên quan đến dinh dữơng.  + Tạo không khí vui vẻ, hào hứng, lưu luyến sau khi học sinh bài học.  - Cách tiến hành: | |
| GV chiếu video: Ảnh hưởng của bệnh béo phì  https://www.youtube.com/watch?v=hXOnWJwXEQU  - GV nhắc HS cam kết thực hiện ăn uống cân đối, học tập, sắp xếp thời gian vận động, chơi thể thao hợp lí để phòng, tránh bệnh béo phì.  - Nhận xét sau tiết dạy  - Dặn dò về nhà. | - HS xem  - HS lắng nghe và cam kết thực hiện.  - HS lắng nghe |
| **IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY:**  ..............................................................................................................................  ..............................................................................................................................  .............................................................................................................................. | |