**Thứ Năm ngày 20 tháng 2 năm 2025**

**TỰ NHIÊN VÀ XÃ HỘI**

**CHỦ ĐỀ 5: CON NGƯỜI VÀ SỨC KHỎE**

**TIẾT 46, BÀI 16: CƠ QUAN TUẦN HOÀN (T1)**

**I.YÊU CẦU CẦN ĐẠT:**

- Chỉ và nói được tên các bộ phận chính của cơ quan tuần hoàn trên sơ đồ.

- Nhận biết được hoạt động của tim và mạch qua việc đếm nhịp tim và mạch.

- Biết được nhịp tim và mạch có thể tăng lên hoặc giảm xuống tùy vào sự vận động mạnh hoặc nhẹ của cơ 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**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **TG** | **Hoạt động của giáo viên** | **Hoạt động của học sinh** |
| **3P** | 1. **Hoạt động mở đầu:**
 |
|  | - GV tổ chức trò chơi *“Đố bạn”*để khởi động bài học. - Luật chơi: Có 2 đội chơi, mỗi đội 5 bạn. Mỗi đội lần lượt cử 1 thành viên tham gia thi với nhau. Một bạn nêu yêu cầu đố thành viên đội kể một việc cần làm hoặc cần tránh để bảo vệ cơ quan tiêu hóa; sau đó 2 bạn đổi ngược lại với nhau. Trong thời gian 3 phút, đội nào có nhiều lượt chơi thắng nhất thì giành chiến thắng.- Tổ chức cho HS tham gia chơi.- GV mời HS dưới lớp quan sát nhận xét - GV Nhận xét, tuyên dương.- GV đặt thêm câu hỏi: Khi bạn hoặc ai đó bị đứt tay, bạn nhìn thấy gì ở vết thương?- GV nhận xét, dẫn dắt vào bài mới | - HS nghe phổ biến luật chơi.- HS tham gia chơi- HS nhận xét.- HS lắng nghe.- Một số HS trả lời: Nhìn thấy máu. |
| **12P** | **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới** |
|  | **Hoạt động 1. Xác định các bộ phận chính của cơ quan tuần hoàn.** **-** GV chia sẻ sơ đồ và yêu cầu HS quan sát.- GV nêu câu hỏi, yêu cầu HS lên bảng chỉ và nói tên các bộ phận chính của cơ quan tuần hoàn trên sơ đồ.- GV mời các HS khác nhận xét.- GV nhận xét: Cơ quan tuần hoàn gồm các cơ quan chính là: Tim và các mạch máu.- GV yêu cầu HS đọc mục “Em có biết?”.- GV gọi một số HS chỉ động mạch, tĩnh mạch và mao mạch trên sơ đồ cơ quan tuần hoàn.- GV mời các HS khác nhận xét.- GV nhận xét chung, tuyên dương.- GV chốt HĐ1 và mời HS đọc lại.*“Cơ quan tuần hoàn là một hệ thống khép kín, bao gồm tim và các mạch máu”.* | - HS quan sát sơ đồ.- Cả lớp quan sát sơ đồ.- Một vài HS lên bảng chỉ và đọc tên các bộ phận chính của cơ quan tuần hoàn.- HS nhận xét ý kiến của bạn.- HS lắng nghe- 1-2 HS đọc.- Một số HS lên bảng chỉ động mạch, tĩnh mạch và mao mạch trên sơ đồ cơ quan tuần hoàn.- HS nhận xét, bổ sung- Lắng nghe rút kinh nghiệm.- 1 HS nêu lại nội dung HĐ1 |
| **15P** | **3. Hoạt động luyện tập***:* |
|  | **Hoạt động 2. Chức năng của cơ quan tuần hoàn.** - GV mời HS đọc yêu cầu đề bài.- GV hướng dẫn và làm mẫu cho cả lớp cách thực hành:*+* Đặt tay phải lên ngực trái của mình, đếm nhịp đập của tim trong một phút. (hình 1).+ Đặt hai đầu ngón tay của tay phải lên cổ tay trái tại vị trí ngay dưới nếp gấp cổ tay. Đếm nhịp đập của mạch trong một phút. (hình 3).- GV mời 1 HS lên thực hành thử trước lớp. GV cùng HS nhận xét, bổ sung.- GV bấm giờ, yêu cầu cả lớp lần lượt thực hành đếm nhịp tim và nhịp mạch 3 lần. Mỗi lần đếm trong khoảng thời gian là 1 phút.- GV gọi một số HS chia sẻ kết quả thực hành.- GV mời các HS khác nhận xét.- GV yêu cầu HS đọc mục “Em có biết?”.- GV gọi một số HS nhắc lại.- GV tổ chức cho HS chia nhóm 4, thảo luận câu hỏi: *“Nhịp tim của em thay đổi thế nào khi em vận động nhẹ và vận động mạnh? Vì sao?”.*- GV gợi ý HS quan sát hình 1 và hình 2.- GV mời đại diện một số nhóm trả lời. Các nhóm còn lại lắng nghe, nhận xét, bổ sung.- GV nhận xét, tuyên dương.- GV kết luận: + *Khi vận động nhẹ (như đi bộ), ta thấy tim đập tương đối chậm vì cơ thể chỉ cần một lượng máu vừa phải là đủ cung cấp ô-xi và chất dinh dưỡng.**+ Khi vận động mạnh (như chạy), cơ thể sẽ cần nhiều ô-xi và chất dinh dưỡng hơn. Vì vậy, tim cũng phải đập nhanh hơn và mạnh hơn để cung cấp một lượng máu nhiều hơn thì mới đáp ứng được nhu cầu hoạt động của cơ thể.* | - 1 HS đọc yêu cầu bài.- Học sinh lắng nghe, quan sát.- 1 HS thực hành thử trước lớp..- Cả lớp thực hành đếm nhịp tim và nhịp mạch.- Một số HS chia sẻ kết quả thực hành. Các HS khác nhận xét.- 1-2 HS đọc, cả lớp đọc thầm.- HS thực hiện- HS chia nhóm 4 thảo luận.- Đại diện một số nhóm trả lời. Các nhóm còn lại nhận xét, bổ sung.- Lắng nghe, rút kinh nghiệm. |
| **3P** | **4. Hoạt động củng cố và nối tiếp:** |
|  | - GV cùng trao đổi với HS:+ Qua nội dung tiết học em đã biết thêm được điều gì?- GV đánh giá, nhận xét.- GV yêu cầu HS về nhà chia sẻ và cùng người thân thực hành đếm nhịp tim và nhịp mạch. | - HS trả lời theo suy nghĩ của mình.- HS lắng nghe, về nhà thực hiện. |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

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

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

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