

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
NGUYỄN NGỌC YẾN (Chủ biên)
PHAN THANH HÀ - ĐÀO THỊ HỒNG - MAI THỊ PHƯƠNG

TÀI LIỆU HỌC XÓA MÙ CHỮ
TỰ NHIÊN VÀ XÃ HỘI
KỲ 2

NHÀ XUẤT BẢN DÂN TRÍ

LỜI NÓI ĐẦU

Tài liệu Học Xóa mù chữ Tự nhiên và Xã hội Kỳ 2 dành riêng cho các học viên theo học Chương trình xóa mù chữ tại các cơ sở giáo dục thường xuyên, cơ sở giáo dục được phép tổ chức giảng dạy Chương trình giáo dục thường xuyên về xóa mù chữ. Tài liệu này không chỉ giúp học viên có được những kiến thức, kinh nghiệm về cuộc sống; phát huy trí tò mò khoa học, hướng đến sự phát triển các mối quan hệ tích cực của học viên với môi trường tự nhiên và xã hội xung quanh mình. Qua đó, học viên có thể học cách giải quyết một số vấn đề thường gặp, ứng xử phù hợp với sức khỏe, sự an toàn của bản thân, những người xung quanh và có ý thức bảo vệ môi trường sống.

Để học tốt môn Tự nhiên và Xã hội, học viên hãy làm theo hướng dẫn của các thầy cô, tham gia các hoạt động giáo dục do giáo viên tổ chức. Đặc biệt, học viên hãy tích cực trao đổi, thảo luận nhóm trong các hoạt động hình thành kiến thức và vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống.

Hy vọng cuốn sách này sẽ là người bạn đồng hành, thân thiết, gắn bó với các học viên trong suốt cả kỳ học.

Chúc các anh/chị học viên học tập chăm chỉ và thành công.







Nhóm tác giả xin trân trọng cảm ơn những đóng góp quý báu để Tài liệu này được hoàn thiện hơn trong lần xuất bản sau.

Trân trọng!

HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG TÀI LIỆU

Gửi các anh/chị học viên Kỳ 2!

Trong Tài liệu, các bài học đều được thiết kế theo cấu trúc gồm những phần, theo thứ tự và ý nghĩa của biểu tượng như sau:

| | | |
|---|---------------------------|--|
|  | Mở đầu | Là một hoạt động từ những tình huống thực tiễn liên quan tới kiến thức tự nhiên và xã hội cần tìm hiểu cụ thể trong bài học. |
|  | Khám phá | Là hoạt động khám phá các nội dung kiến thức trọng tâm, cốt lõi mà học viên cần đạt được trong bài học. |
|  | Thực hành | Những hoạt động sử dụng trực tiếp các kiến thức bài học để học viên luyện tập, rèn luyện kỹ năng. |
|  | Vận dụng | Các hoạt động có tính vận dụng kiến thức để giải quyết các công việc thực tiễn mà học viên cần làm để tăng cường thực hành, trải nghiệm, hướng tới hình thành năng lực/phẩm chất; gắn kiến thức tự nhiên và xã hội đã học với cuộc sống, lao động và sản xuất. |
|  | Thông tin tổng kết | Tổng kết những kiến thức học viên cần ghi nhớ sau các bài học và hoạt động. |
|  | Bạn có biết | Những thông tin, kiến thức thực tế liên quan đến bài học mà học viên cần biết. |

(Lưu ý: Các anh/chị giữ gìn Tài liệu cẩn thận, không viết vào Tài liệu để sử dụng được lâu dài).

MỤC LỤC

CHỦ ĐỀ: GIA ĐÌNH

| | |
|---|----|
| Bài 1. Gia đình | 7 |
| Bài 2. Nghề nghiệp của các thành viên trong gia đình..... | 12 |
| Bài 3. Nhà ở và đồ dùng trong gia đình | 17 |
| Bài 4. Giữ vệ sinh nhà ở và phòng tránh ngộ độc khi ở nhà | 22 |
| Bài 5. Ôn tập chủ đề Gia đình..... | 27 |

CHỦ ĐỀ: CỘNG ĐỒNG ĐỊA PHƯƠNG

| | |
|---|----|
| Bài 6. Các thành viên, nhiệm vụ của một số thành viên trong lớp học ... | 30 |
| Bài 7. Một số công việc của người dân trong cộng đồng..... | 34 |
| Bài 8. Một số hoạt động mua bán hàng hoá, lễ hội ở địa phương..... | 37 |
| Bài 9. An toàn khi tham gia giao thông..... | 42 |
| Bài 10. Ôn tập chủ đề Cộng đồng địa phương | 49 |

CHỦ ĐỀ: THỰC VẬT VÀ ĐỘNG VẬT

| | |
|---|----|
| Bài 11. Môi trường sống của thực vật và động vật | 50 |
| Bài 12. Bảo vệ môi trường sống của thực vật và động vật..... | 55 |
| Bài 13. Thực hành tìm hiểu môi trường sống của thực vật và động vật ... | 59 |
| Bài 14. Chăm sóc, bảo vệ cây trồng, vật nuôi..... | 62 |
| Bài 15. Ôn tập chủ đề Thực vật và động vật..... | 67 |

CHỦ ĐỀ: CON NGƯỜI VÀ SỨC KHOẺ

| | |
|--|----|
| Bài 16. Giữ vệ sinh và chăm sóc cơ thể | 68 |
| Bài 17. Ăn uống, vận động và nghỉ ngơi hợp lí | 74 |
| Bài 18. Giữ an toàn cho cơ thể | 77 |
| Bài 19. Ôn tập chủ đề Con người và sức khỏe..... | 80 |

CHỦ ĐỀ: TRÁI ĐẤT VÀ BẦU TRỜI

| | |
|--|----|
| Bài 20. Thời tiết và các mùa trong năm | 81 |
| Bài 21. Một số thiên tai thường gặp..... | 86 |
| Bài 22. Ôn tập chủ đề Trái Đất và bầu trời..... | 91 |

Sau bài học, học viên sẽ:

- Giới thiệu được bản thân và các thành viên trong gia đình.
- Nêu được ví dụ về bản thân và các thành viên trong gia đình làm công việc nhà và chia sẻ thời gian nghỉ ngơi, vui chơi cùng nhau.
- Thể hiện được tình cảm và cách ứng xử phù hợp với các thành viên trong gia đình.



Nhà bạn có những ai? Hãy kể các thành viên trong gia đình bạn.

1. Các thành viên trong gia đình



Quan sát hình 1, 2 và cho biết, gia đình nhà bạn An, bạn A Páo có những ai.



Hình 1. Gia đình bạn An



Hình 2. Gia đình bạn A Páo



Gia đình có ông bà, bố mẹ và các con.



Từng học viên giới thiệu với nhóm về bản thân và các thành viên trong gia đình mình.



Hình 3

2. Gia đình hạnh phúc

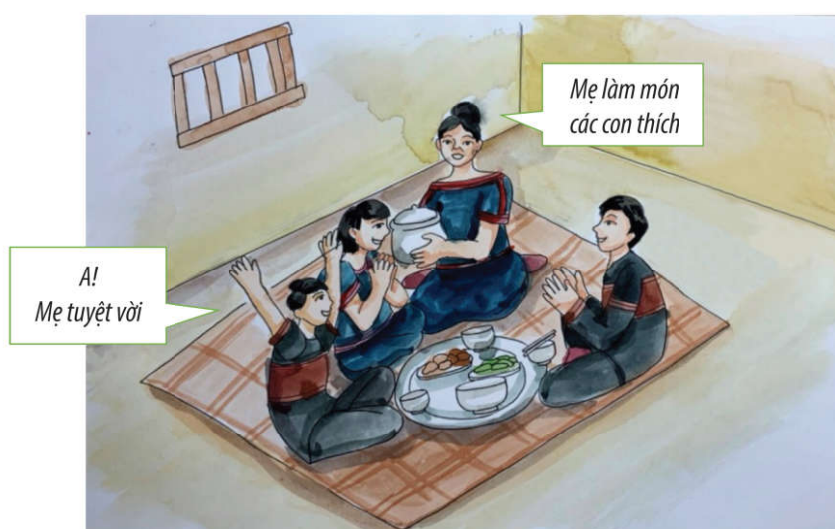


Quan sát các hình 4, 5, 6 và cho biết:

- Những việc làm nào thể hiện sự quan tâm, yêu thương và chia sẻ việc nhà giữa các thành viên trong gia đình?
- Theo bạn, vì sao mọi người trong gia đình cần chia sẻ, quan tâm, chăm sóc và yêu thương nhau?



Hình 4



Hình 5



Hình 6



Chia sẻ việc nhà là thể hiện sự quan tâm, chăm sóc lẫn nhau giữa các thành viên trong gia đình. Chúng mình làm việc nhà mỗi ngày nhé!



- Kể công việc nhà của từng thành viên trong gia đình bạn.
- Những lúc nghỉ ngơi, mọi người trong gia đình bạn thường làm gì?

3. Cách ứng xử trong gia đình



Quan sát các hình 7, 8, 9 và thực hiện:

- Nhận xét lời nói, cách ứng xử của những người trong các hình.
- Bạn chọn cách ứng xử nào? Vì sao?



Hình 7



Hình 8



Hình 9



- Bạn đã làm gì để chia sẻ việc nhà với các thành viên trong gia đình? Khi làm việc nhà bạn cảm thấy thế nào?

- Hãy kể những việc làm thể hiện sự quan tâm, chăm sóc, yêu thương nhau của các thành viên trong gia đình bạn.

BÀI 2

NGHỀ NGHIỆP CỦA CÁC THÀNH VIÊN TRONG GIA ĐÌNH

Sau bài học, học viên sẽ:

- Nêu được tên công việc, nghề nghiệp của các thành viên trong gia đình và ý nghĩa của những công việc, nghề nghiệp đó đối với gia đình và xã hội.
- Thu thập được một số thông tin về công việc, nghề nghiệp có thu nhập, những công việc tình nguyện không nhận lương.
- Chia sẻ được với các bạn, người thân về công việc, nghề nghiệp yêu thích/ nghề nghiệp của mình.



Hãy kể tên công việc hoặc nghề nghiệp của bản thân hoặc một người trong gia đình.



1. Công việc, nghề nghiệp của người thân trong gia đình



Quan sát các hình từ 1 đến 5 và cho biết:

- Tên công việc hoặc nghề nghiệp của mọi người trong mỗi hình.
- Lợi ích của những công việc, nghề nghiệp đó đối với xã hội.



Hình 1



Hình 2



Hình 3



Hình 4



Hình 5

- Kể và nêu lợi ích những nghề nghiệp hoặc công việc khác mà bạn biết.



- Kể tên công việc hoặc nghề nghiệp của những người thân trong gia đình bạn. Công việc đó đem lại lợi ích gì cho gia đình bạn và xã hội?



Hình 6

- Chơi trò chơi: Đố bạn nghề gì?

Tay cô cầm phấn trắng
Viết lên tấm bảng đen
Dáng hiền hậu thân quen
Thuộc hàng trăm đứa trẻ
Là nghề gì?

Tay cầm cái chổi
Chăm chỉ miệt mài
Quét dọn hằng ngày
Phố phường sạch sẽ
Là nghề gì?

Ai nơi hải đảo, biên cương
Diệt thù, giữ nước coi
thường hiểm nguy?
Là nghề gì?



Các công việc, nghề nghiệp tạo ra của cải vật chất, đảm bảo cuộc sống cho con người và tạo điều kiện để xã hội phát triển.

2. Một số công việc tình nguyện



Quan sát hình từ 7 đến 10 và cho biết:

- Tên các công việc tình nguyện.
- Các công việc tình nguyện đó có ý nghĩa như thế nào đối với cộng đồng.



Hình 7



Hình 8



Hình 9



Hình 10



Công việc tình nguyện là việc làm tự nguyện, không nhận lương để giúp đỡ mọi người.



- Thảo luận và kể thêm một số công việc tình nguyện không nhận lương khác. Công việc đó mang lại lợi ích gì?
- Chia sẻ với bạn mong muốn về công việc, nghề nghiệp sau này (nếu có).



- Thu thập thông tin về công việc, nghề nghiệp có thu nhập, những công việc tình nguyện không nhận lương theo bảng gợi ý sau:



Hình 11



Hình 12



Hình 13

| Tên người | Công việc, nghề nghiệp | Có thu nhập | Tình nguyện |
|-----------|------------------------|-------------|-------------|
| Bác Hoà | Lái xe | x | |
| | Cắt tóc miễn phí | | x |
| ? | ? | ? | ? |

- Chia sẻ với bạn những thông tin đã thu thập được.



Những người thân trong gia đình có công việc, nghề nghiệp khác nhau. Công việc, nghề nghiệp nào có ích cho xã hội cũng đáng được trân trọng.

BÀI 3

NHÀ Ở VÀ ĐỒ DÙNG TRONG GIA ĐÌNH

Sau bài học, học viên sẽ:

- Nêu được một số đặc điểm của nhà ở hoặc nơi gia đình đang sống.
- Kể được tên/liệt kê được những đồ dùng, thiết bị trong nhà nếu sử dụng không cẩn thận có thể làm bản thân hoặc người khác gặp nguy hiểm.
- Đề xuất và thực hiện được việc sử dụng an toàn một số đồ dùng trong gia đình và lựa chọn được cách xử lý tình huống khi bản thân hoặc người nhà có nguy cơ bị thương hoặc đã bị thương do sử dụng một số đồ dùng không cẩn thận.



Nhà bạn ở đâu? Mô tả cảnh quan xung quanh nơi bạn sống.



1. Nhà ở



- Quan sát hình từ 1 đến 4: Nêu đặc điểm của những ngôi nhà trong các hình và mô tả cảnh quan xung quanh.



Hình 1



Hình 2



Hình 3



Hình 4

- Mô tả và nêu đặc điểm những kiểu nhà khác mà bạn biết.



Nhà bạn giống với kiểu nhà nào ở trên? Nêu địa chỉ và giới thiệu cảnh quan xung quanh nơi gia đình bạn đang sống.



Nhà ở là nơi gia đình chung sống.

2. Sử dụng đồ dùng gia đình an toàn



Quan sát hình từ 5 đến 8, bạn hãy:

- Kể tên những đồ dùng, thiết bị trong nhà có thể gây nguy hiểm nếu sử dụng không cẩn thận.
- Để an toàn, cần lưu ý gì khi sử dụng các loại đồ dùng, thiết bị đó?



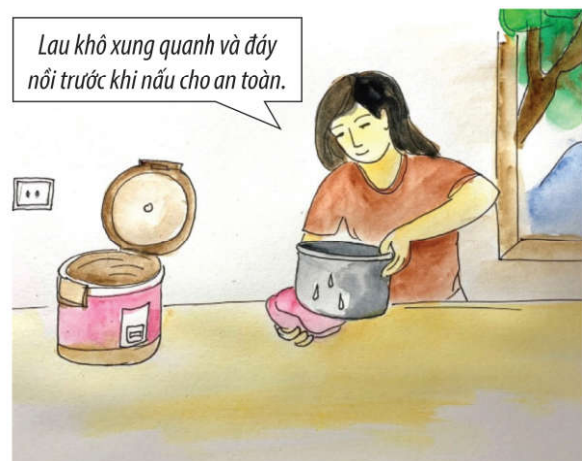
Hình 5



Hình 6



Hình 7



Hình 8



- Điều gì có thể xảy ra trong những tình huống sau?
- Bạn có lời khuyên nào đối với từng tình huống?



Hình 9



Hình 10



Hình 11



Hình 12



- Chọn 3 đồ dùng trong gia đình và nói với bạn những lưu ý khi sử dụng chúng.
- Chọn các cụm từ: cẩn thận, không được... để nói với người thân sao cho phù hợp với từng đồ dùng sau.



Hình 13



Hình 14



Hình 15



Hình 16



Bạn nhớ sử dụng đồ dùng trong nhà cẩn thận và đúng cách nhé!

BÀI 4

GIỮ VỆ SINH NHÀ Ở VÀ PHÒNG TRÁNH NGỘ ĐỘC KHI Ở NHÀ

Sau bài học, học viên sẽ:

- Giải thích được tại sao phải sắp xếp đồ dùng cá nhân gọn gàng, ngăn nắp và giữ sạch nhà ở.
- Đề xuất và thực hiện được các việc làm để giữ nhà ở gọn gàng, ngăn nắp, sạch sẽ.
- Thu thập được một số thông tin về đồ dùng và thức ăn, đồ uống nếu không được cất giữ, bảo quản cẩn thận có thể gây ngộ độc.
- Đề xuất và thực hiện được những việc làm để phòng tránh ngộ độc.
- Đưa ra được cách xử lý tình huống khi bản thân hoặc người nhà bị ngộ độc.



Theo bạn, câu tục ngữ “Nhà sạch thì mát, bát sạch ngon cơm” muốn nói điều gì?

1. Sự cần thiết phải giữ nhà cửa gọn gàng, sạch sẽ



- Những người trong các hình từ 1 đến 3 đang làm gì?

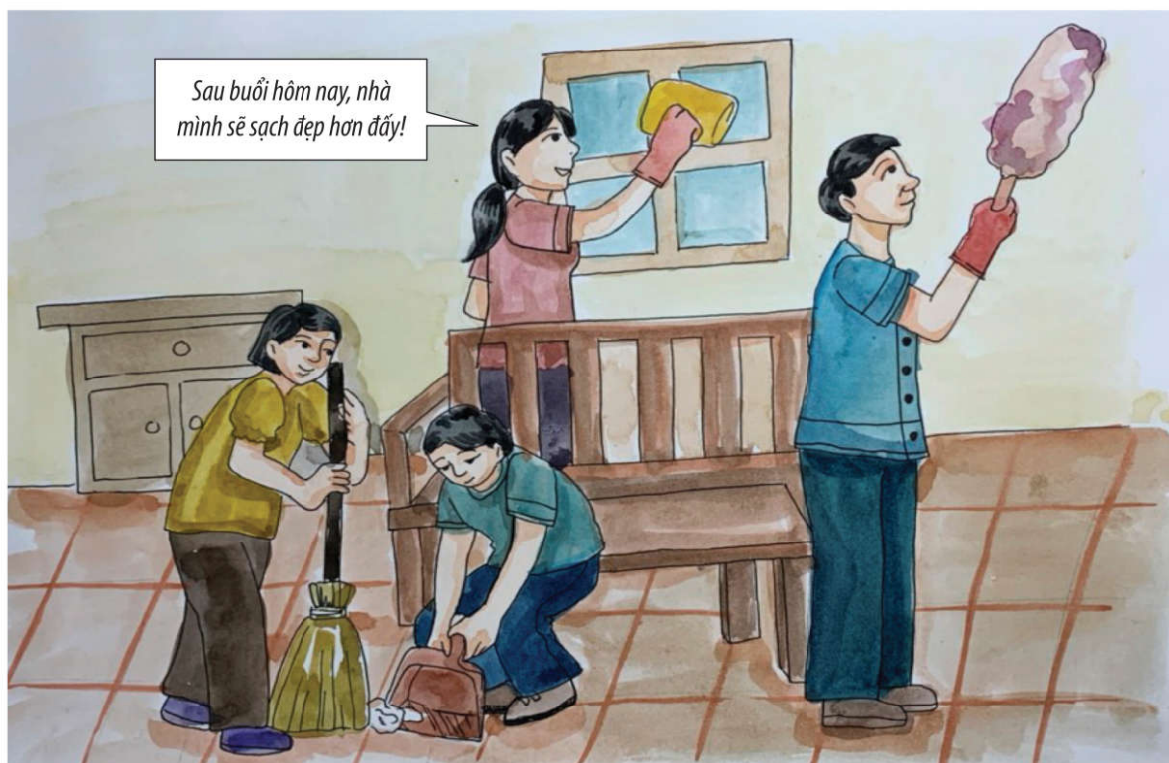
- Nhà cửa gọn gàng, sạch sẽ có tác dụng gì?



Hình 1



Hình 2



Hình 3

- Kể những việc làm khác để giữ vệ sinh nhà ở và tác dụng của những việc làm đó.



- Bạn có nhận xét gì về các phòng dưới đây?



Hình 4



Hình 5

- Theo bạn, cần làm gì để giữ nhà ở gọn gàng, ngăn nắp, sạch sẽ ? Vì sao?



Hằng ngày, bạn nhớ sắp xếp đồ dùng cá nhân gọn gàng và giữ nhà ở ngăn nắp, sạch sẽ nhé!



Hình 6



Hình 7

2. Nguyên nhân ngộ độc qua đường ăn uống



Quan sát các hình từ 8 đến 11 và cho biết:

- Những thức ăn, đồ uống, đồ dùng nào dưới đây có thể gây ngộ độc qua đường ăn uống?
- Vì sao dẫn đến tình trạng ngộ độc đó?



Hình 8



Hình 9



Hình 10



Hình 11

- Bạn thu thập thông tin về lí do gây ngộ độc từ nguồn nào?



Hình 12



Hình 13



Thảo luận và kể tên một số đồ dùng, thức ăn, đồ uống khác có thể gây ngộ độc nếu cất giữ, bảo quản không đúng cách. Chỉ rõ nguyên nhân dẫn đến tình trạng ngộ độc đó.

3. Phòng tránh và xử lí khi bị ngộ độc qua đường ăn uống



- Quan sát hình 14, 15:
- + Mô tả việc làm của mọi người trong mỗi hình.
- + Những việc làm đó có tác dụng gì?



Hình 14



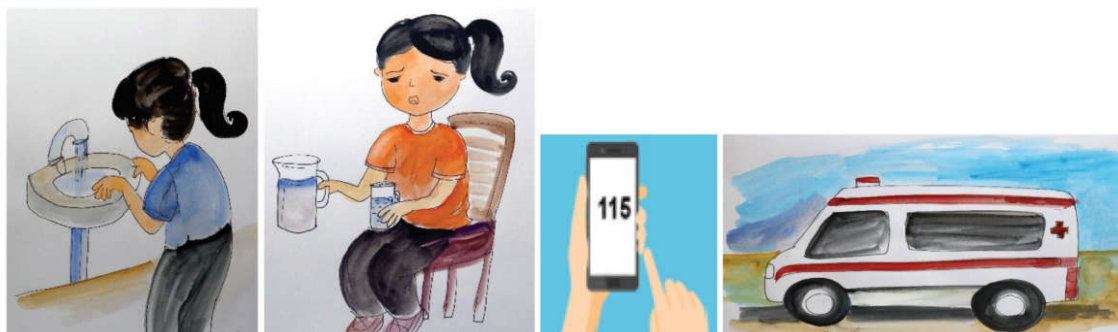
Hình 15

- Kể những việc làm khác có tác dụng phòng tránh được ngộ độc qua đường ăn uống.



Nếu có người thân bị ngộ độc thức ăn, bạn sẽ xử lý thế nào?

Bạn có biết



1. Gây nôn

2. Uống nhiều nước

3. Báo với người thân hoặc gọi cấp cứu theo số 115

Hình 16



Nói với các thành viên trong gia đình những việc cần làm để bảo quản thức ăn, phòng tránh ngộ độc qua đường ăn uống.



Nhớ “ăn chín, uống sôi”, cất giữ, bảo quản thức ăn, đồ uống, đồ dùng... đảm bảo vệ sinh; sử dụng thuốc theo đúng hướng dẫn của bác sĩ khi bị ngộ độc qua đường ăn uống.

BÀI 5

ÔN TẬP CHỦ ĐỀ GIA ĐÌNH



- Giới thiệu gia đình bạn với nhóm theo các gợi ý dưới đây:



- + Gia đình có những ai?
- + Nói những việc làm thể hiện sự chia sẻ, quan tâm, yêu thương giữa các thành viên trong gia đình.

Hình 1



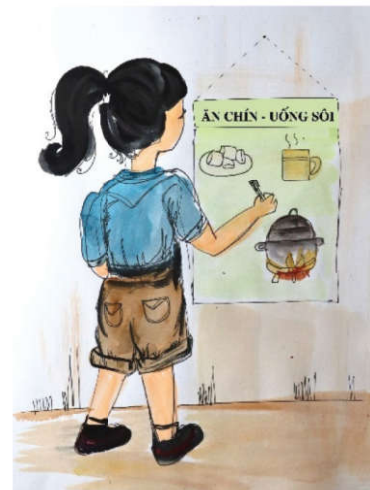
- + Kể tên một số nghề và nêu ý nghĩa của những nghề đó.
- + Bạn muốn làm nghề gì? Vì sao bạn muốn làm nghề đó?

Hình 2



- Nêu đặc điểm nơi gia đình bạn đang sống.
- Nên làm gì để sử dụng đồ dùng trong gia đình an toàn?

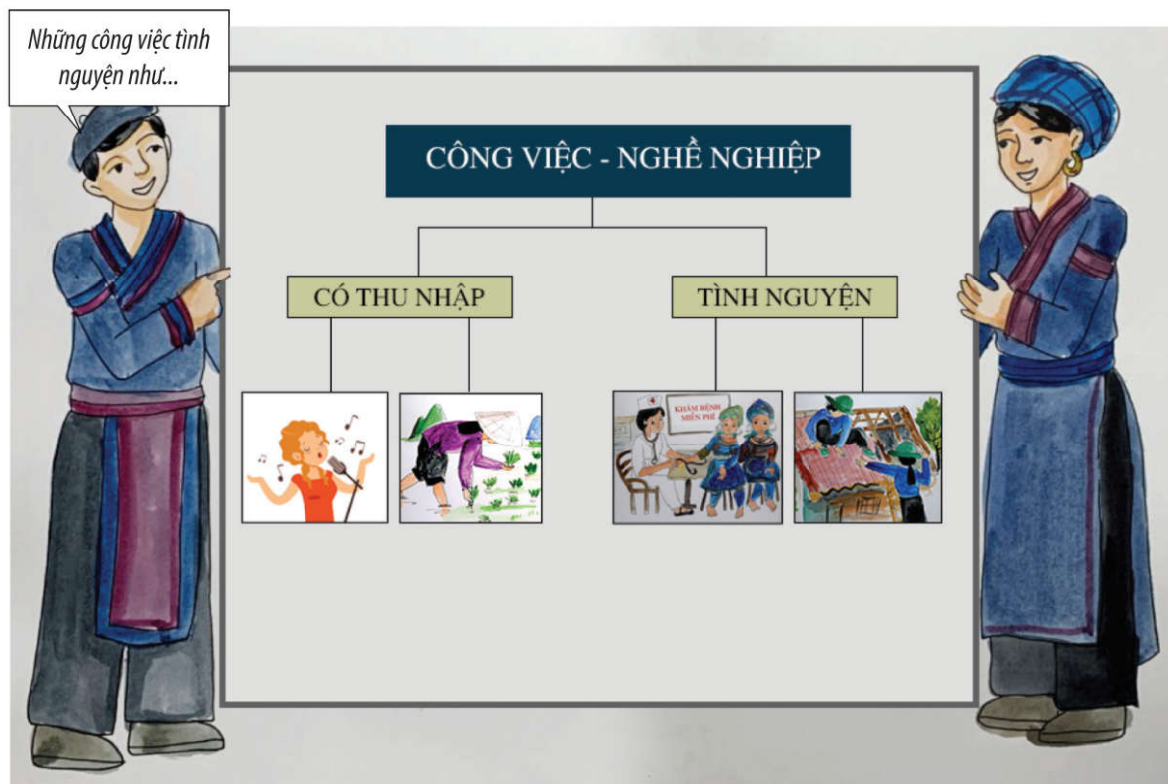
Hình 3



- Nêu những việc cần làm để giữ vệ sinh nhà ở và phòng tránh ngộ độc qua đường ăn uống.

Hình 4

- Chia sẻ với bạn những thông tin, tranh ảnh về công việc, nghề nghiệp có thu nhập và công việc tình nguyện.



Hình 5



- Nếu gặp các tình huống sau, bạn sẽ nói và làm gì?
- Chọn một tình huống, trao đổi trong nhóm và đóng vai thể hiện cách ứng xử tình huống đã chọn.



Hình 6



Hình 7

- Bạn viết 3 điều cam kết thực hiện để giữ nhà ở gọn gàng, sạch sẽ.

BẢN CAM KẾT

Tôi cam kết thực hiện những điều sau để giữ nhà ở gọn gàng, sạch sẽ:

1.....

2.....

3.....

CHỦ ĐỀ: CỘNG ĐỒNG ĐỊA PHƯƠNG

BÀI 6

CÁC THÀNH VIÊN, NHIỆM VỤ CỦA MỘT SỐ THÀNH VIÊN TRONG LỚP HỌC

Sau bài học, học viên sẽ:

- Xác định được các thành viên trong lớp học và nhiệm vụ của một số thành viên.
- Kể được tên các hoạt động chính trong lớp học; nêu được cảm nhận của bản thân khi tham gia các hoạt động đó.
- Thể hiện được tình cảm và cách ứng xử phù hợp với bạn bè, giáo viên và các thành viên khác trong nhà trường.



Kể về các thành viên trong lớp học của bạn.



1. Một số hoạt động chính trong lớp học

- Lớp học của bạn có những ai? Nhiệm vụ của họ là gì?



Hình 1



Hình 2

- Quan sát và nói về hoạt động của các thành viên trong lớp học ở các hình sau:



Hình 3



Hình 4

- Bạn đã tham gia những hoạt động nào trong lớp học? Cảm nhận của bạn khi tham gia các hoạt động đó?

2. Lớp học thân yêu

- Quan sát các hình từ 5 đến 8 và nói những việc làm thể hiện được tình cảm và cách ứng xử với bạn bè, giáo viên và các thành viên khác trong lớp học.

- Những việc làm khác nào thể hiện được tình cảm và cách ứng xử với bạn bè, giáo viên và các thành viên khác trong lớp học?



Hình 5



Hình 6



Hình 7



Hình 8



- Kể về những việc bạn đã làm thể hiện được tình cảm và cách ứng xử với bạn bè, giáo viên và các thành viên khác trong nhà trường.

- Những lúc rảnh rỗi, các thành viên trong lớp học của bạn thường làm gì?



Lớp học xóa mù chữ có thể tổ chức tại các Trung tâm học tập cộng đồng, các trường tiểu học, nhà văn hoá thôn, bản,... Ở lớp học, trường học, mỗi người đều có nhiệm vụ riêng. Cần kính trọng và biết ơn thầy, cô giáo, các cán bộ quản lý và nhân viên của nhà trường, ứng xử hoà nhã với bạn bè, hỗ trợ lẫn nhau trong học tập và cuộc sống.

- Bạn sẽ xử lý thế nào trong các tình huống sau?



Hình 9



Hình 10



- Bạn đã làm gì để thể hiện được tình cảm và cách ứng xử với bạn bè, giáo viên và các thành viên khác trong nhà trường?

- Chia sẻ với các bạn một việc bạn đã làm trong lớp học để lại cho bạn nhiều cảm xúc nhất.

BÀI 7

MỘT SỐ CÔNG VIỆC CỦA NGƯỜI DÂN TRONG CỘNG ĐỒNG

Sau bài học, học viên sẽ:

- Nêu được một số công việc của người dân trong cộng đồng và đóng góp của những công việc đó cho xã hội.
- Thực hiện được một số việc làm để đóng góp cho cộng đồng địa phương.



Hằng ngày, bạn thường gặp những ai, họ làm những công việc gì?

Bác Cường hàng xóm
lái máy cày ở cánh
đồng trồng lúa chị ạ.



- Nói tên công việc của những người trong các hình sau:



Hình 1



Hình 2



Hình 3



Hình 4



Hình 5



Hình 6

- Nêu được đóng góp của những công việc đó cho xã hội.



Mỗi người đều có công việc của mình. Người dân trong cộng đồng làm các công việc khác nhau. Các công việc đem lại lợi ích cho xã hội đều đáng quý. Chúng ta cần biết ơn và trân trọng công việc của mọi người.



- Nêu tên một số công việc của người dân nơi bạn sống và những đóng góp của các công việc đó cho địa phương.

- Kể tên những việc bạn đã làm để đóng góp cho nơi mình đang sống và những đóng góp của các công việc đó.



Tham gia các công việc phù hợp để đóng góp cho cộng đồng, xã hội.

- Bạn sẽ xử lý như thế nào trong các tình huống sau:



- Chia sẻ về một công việc mà bạn yêu thích. Vì sao bạn thích công việc đó?



- Lập kế hoạch và thực hiện một số việc đóng góp cho cộng đồng địa phương.

BÀI 8

MỘT SỐ HOẠT ĐỘNG MUA BÁN HÀNG HOÁ, LỄ HỘI Ở ĐỊA PHƯƠNG

Sau bài học, học viên sẽ:

- Giới thiệu được tên, thời gian diễn ra một lễ hội truyền thống ở địa phương và nêu được cảm xúc khi tham gia lễ hội đó.
- Kể được một số công việc của các thành viên trong gia đình, người dân cho lễ hội đó.
- Nêu được cách mua, bán hàng hoá trong cửa hàng, chợ, siêu thị hoặc trung tâm thương mại và lí do vì sao phải lựa chọn hàng hoá trước khi mua.



Kể về một món hàng bạn đã mua để chuẩn bị tham gia một lễ hội truyền thống ở địa phương.





1. Lễ hội ở địa phương

- Quan sát hình 1 và cho biết công việc của các thành viên trong gia đình và người dân địa phương trong lễ hội.



a)



b)



c)



d)

Hình 1. Lễ hội mừng năm mới

- Nêu cảm xúc của người dân khi tham gia các hoạt động trong lễ hội đó.

2. Cách lựa chọn và mua bán hàng hoá

- Bạn nên chọn mua những món hàng nào trong các hình dưới đây? Tại sao?



Hình 2



Hình 3



Hình 4



Hình 5



Hình 6



Hình 7

- Mọi người mua và trả tiền hàng hoá ở chợ, cửa hàng, siêu thị và trung tâm thương mại như thế nào? Người bán hàng thường làm gì?



Hình 8



Hình 9



1. Giới thiệu về một lễ hội ở địa phương bạn:

- Tên lễ hội.
- Thời gian diễn ra lễ hội.
- Địa điểm tổ chức lễ hội.
- Các hoạt động diễn ra trong lễ hội.
- Công việc của các thành viên trong gia đình bạn và người dân địa phương cho lễ hội đó.



Hình 10

- Cảm xúc của bạn khi tham gia lễ hội đó.



Tham gia lễ hội là dịp để người dân trong cộng đồng thể hiện mối quan hệ gắn bó, tình đoàn kết, giúp đỡ, tương trợ lẫn nhau trong cuộc sống cũng như trong lao động, sản xuất.

2. Mua bán hàng hoá

- Bạn đã mua hàng hoá ở những đâu? Bạn đã làm gì khi mua hàng?
- Nêu những điểm khác nhau trong cách mua bán hàng hoá ở trong cửa hàng, chợ, siêu thị hoặc trung tâm thương mại.
- Vì sao cần lựa chọn hàng hoá trước khi mua?
- Đóng vai, xử lý tình huống.

Nếu là người mẹ trong hình bạn sẽ nói với con gái như thế nào?



Hình 11



Khi lựa chọn hàng hoá cần lưu ý về giá, chất lượng và hạn sử dụng của món hàng. Chúng ta có thể trả tiền cho người bán hàng hoặc nhân viên thu ngân ở quầy thanh toán.



Chia sẻ với bạn bè và người thân cách mua, bán hàng trực tuyến qua điện thoại thông minh và máy tính.

BÀI 9

AN TOÀN KHI THAM GIA GIAO THÔNG

Sau bài học, học viên sẽ:

- Phân biệt được một số loại biển báo giao thông (biển báo chỉ dẫn; biển báo cấm; biển báo nguy hiểm) và đèn tín hiệu giao thông.
- Nêu được quy định khi đi trên một số phương tiện giao thông (ví dụ: xe máy, xe buýt, đò, thuyền,...) và chia sẻ với những người xung quanh cùng thực hiện.
- Dự đoán được một số tình huống nguy hiểm, các rủi ro có thể xảy ra trên đường và nêu được cách phòng tránh.



Khi tham gia giao thông, bạn đã từng thấy tình huống nguy hiểm nào?





1. Một số loại biển báo giao thông

- Trao đổi cùng bạn về nội dung, ý nghĩa một số biển báo giao thông.
- Trong các biển báo giao thông dưới đây, những biển báo nào có đặc điểm giống nhau? Đó là những đặc điểm gì?



Dốc xuống nguy hiểm



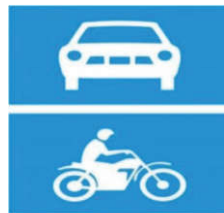
Bến xe buýt



Cấm ô tô



Giao nhau với đường sắt có rào chắn



Đường dành cho ô tô và mô tô



Cấm rẽ phải



Đoạn đường hay xảy ra tai nạn



Chỗ quay xe



Cấm người đi bộ

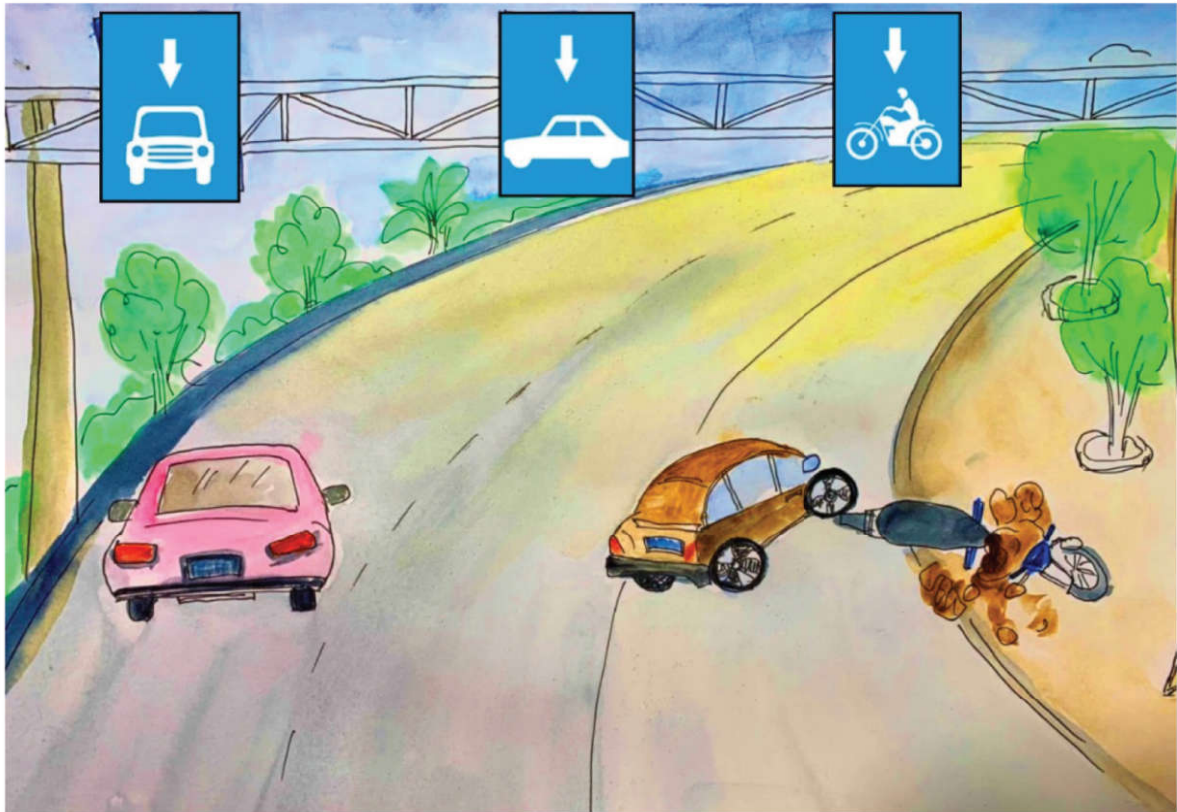
Hình 1. Một số loại biển báo giao thông



Có các loại biển báo giao thông: biển báo cấm, biển báo nguy hiểm và biển báo chỉ dẫn.

2. Tham gia giao thông an toàn

- Quan sát hình 2 và cho biết người điều khiển phương tiện giao thông nào đã không tuân thủ quy định của biển báo giao thông.



Hình 2

- Thảo luận với bạn cách đội mũ bảo hiểm đúng và những lợi ích của việc đội mũ bảo hiểm khi tham gia giao thông.



Bước 1



Bước 2



Bước 3

- Trong các hình từ 3 đến 6, những hành động nào thực hiện không đúng quy định khi tham gia giao thông bằng xe máy? Vì sao?



Hình 3



Hình 4



Hình 5



Hình 6



Người ngồi trên xe máy khi tham gia giao thông không được thực hiện một số hành vi sau:

- Đi xe dàn hàng ngang.
- Mang vác vật cồng kềnh.
- Bám, kéo đẩy các phương tiện khác.
- Đứng trên yên, giá đèo hàng hoặc ngồi trên tay lái.
- Vừa tham gia giao thông, vừa sử dụng điện thoại.
- ...



- Cùng thực hành đội mũ bảo hiểm đúng cách.
 - Phương tiện giao thông nào thường được sử dụng ở địa phương bạn?
- Nêu một số quy định khi tham gia giao thông bằng phương tiện đó.

- Bạn đã thực hiện được những việc nào để đảm bảo an toàn khi ngồi trên các phương tiện giao thông?

- Điều gì có thể xảy ra trong mỗi tình huống sau? Vì sao?



Hình 7



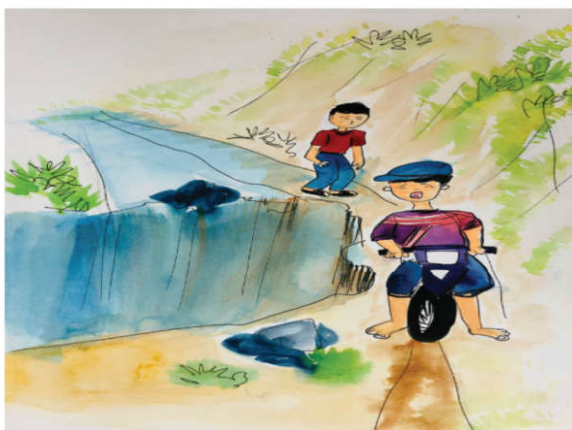
Hình 8



Hình 9



Hình 10



Hình 11



Hình 12

- Chia sẻ với bạn cách phòng tránh rủi ro, nguy hiểm trong các tình huống trên.



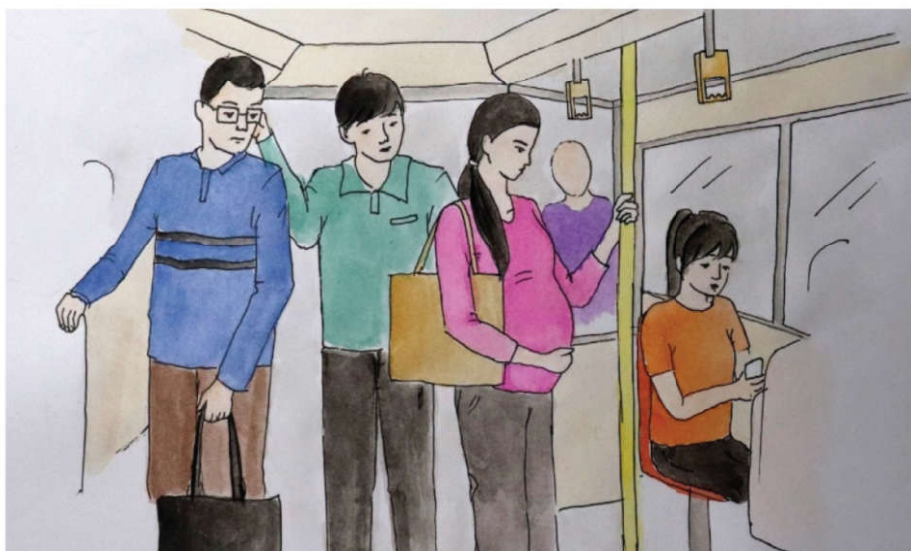
Để đảm bảo an toàn chúng ta cần tuân thủ các chỉ dẫn, biển báo khi tham gia giao thông và thực hiện các quy định khi ngồi trên các phương tiện giao thông.



- Bạn sẽ xử lí như thế nào trong tình huống sau?



- Bạn sẽ làm gì nếu bạn là cô gái đang ngồi trên xe buýt?



- Tuyên truyền vận động cộng đồng: Vẽ tranh cổ động hoặc viết một số thông điệp về quy định khi tham gia các phương tiện giao thông. Chia sẻ với bạn bè và người thân để cùng thực hiện.

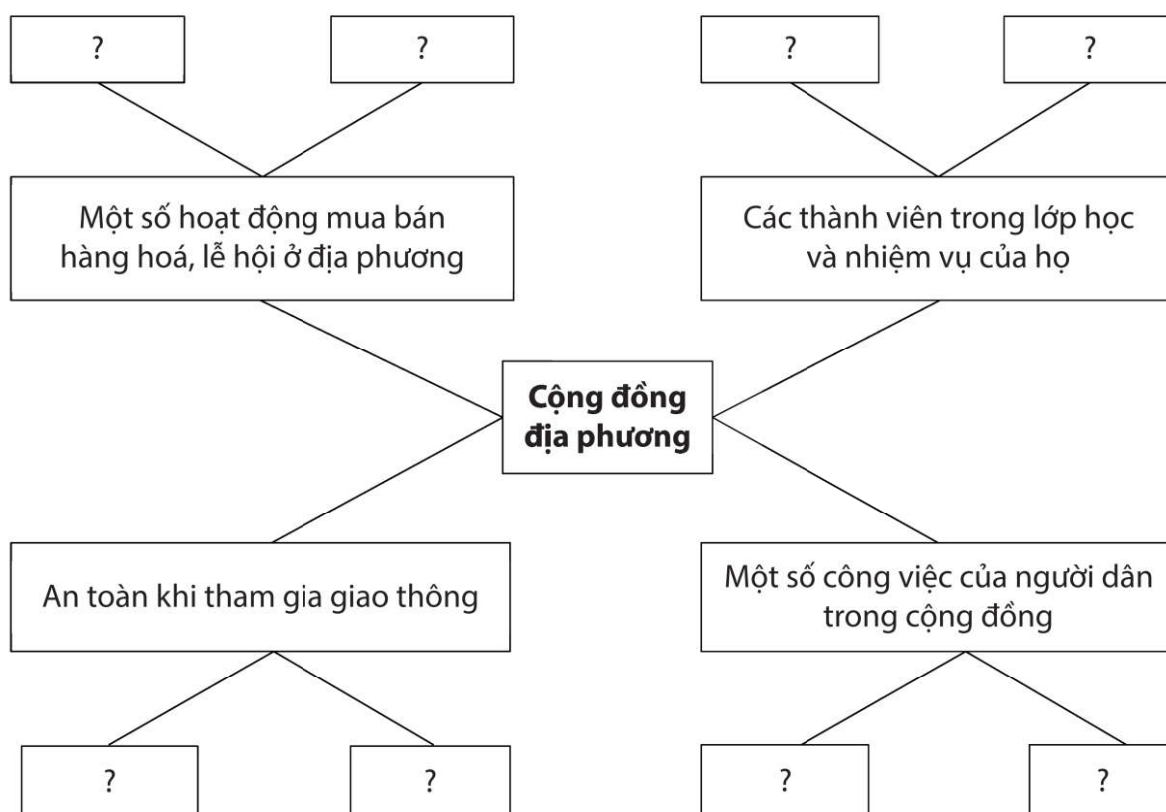


BÀI 10

ÔN TẬP CHỦ ĐỀ CỘNG ĐỒNG ĐỊA PHƯƠNG

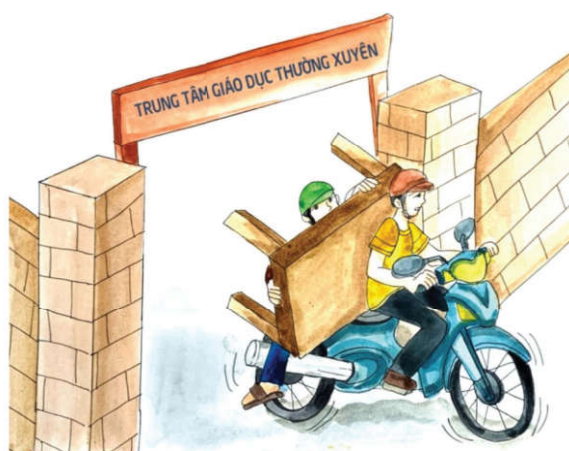


Hoàn thành nội dung bạn đã học trong chủ đề theo sơ đồ gợi ý sau:



- Sưu tầm các hình ảnh về các phiên chợ ở vùng cao, chia sẻ cách mua bán hàng hóa ở các phiên chợ vùng cao mà bạn biết.

- Nếu bạn là học viên nam trong hình, bạn sẽ xử lý như thế nào để thực hiện an toàn giao thông?



CHỦ ĐỀ: THỰC VẬT VÀ ĐỘNG VẬT

BÀI 11

MÔI TRƯỜNG SỐNG CỦA THỰC VẬT VÀ ĐỘNG VẬT

Sau bài học, học viên sẽ:

- Tìm hiểu và mô tả được môi trường sống của một số thực vật và động vật.
- Phân loại được một số thực vật, động vật có ở xung quanh theo môi trường sống của chúng.



Hãy kể tên một số cây, con vật mà bạn biết và nơi sống của chúng.



1. Môi trường sống của thực vật và động vật

- Quan sát hình từ 1 đến 10 và cho biết nơi sống của cây, con vật trong từng hình.



Hình 1



Hình 2



Hình 3



Hình 4



Hình 5



Hình 6



Hình 7



Hình 8



Hình 9



Hình 10

- Kể thêm những nơi sống khác của cây và con vật mà bạn biết.

2. Phân loại thực vật, động vật theo môi trường sống

- Giới thiệu hình ảnh một số cây, con vật đã chuẩn bị.
- Phân loại hình ảnh các cây vào hai môi trường sống (trên cạn, dưới nước) và mô tả môi trường sống của từng cây theo gợi ý:



Hình 11



Hình 12

- Phân loại hình ảnh các con vật vào 2 môi trường sống trên cạn, dưới nước và mô tả môi trường sống của từng con vật theo gợi ý:



Hình 13



Hình 14



Môi trường sống của thực vật và động vật là nơi sống của chúng và bao gồm tất cả những gì xung quanh nơi đó. Thực vật và động vật có thể sống ở khắp nơi thuộc môi trường: trên cạn, dưới nước.



- Tìm hiểu thực vật, động vật ở xung quanh và phân loại theo gợi ý:

| Tên | Môi trường sống trên cạn | Môi trường sống dưới nước | Mô tả môi trường sống |
|--------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------|
| Cây lúa nước | | x | Nơi đất ngập nước. |
| Con lạc đà | x | | Nơi khô, nhiệt độ cao |
| Con ếch | ? | ? | ? |
| ? | ? | ? | ? |

- Chia sẻ với mọi người kết quả bạn đã tìm hiểu.

- Nhận xét:

+ Những động vật nào sống được ở cả môi trường trên cạn và môi trường dưới nước.

+ Những động vật nào sống ở nước ngọt, những động vật nào sống ở nước mặn?



Quan sát những hình ảnh dưới đây và liên hệ thực tế để nói về:

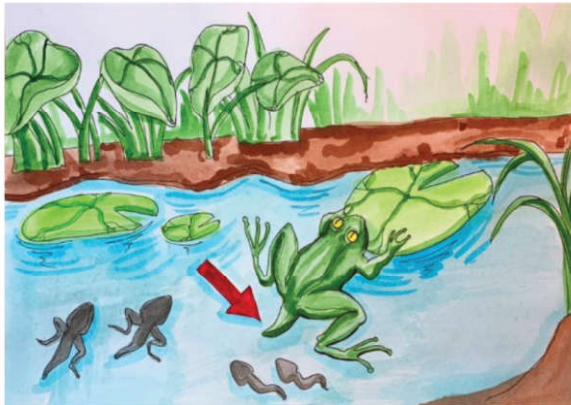
- Môi trường sống của cây lúa ở các giai đoạn khác nhau:



- Môi trường sống của cây rau muống:



- Môi trường sống của con ếch ở những giai đoạn khác nhau:



BÀI 12

BẢO VỆ MÔI TRƯỜNG SỐNG CỦA THỰC VẬT VÀ ĐỘNG VẬT

Sau bài học, học viên sẽ:

- Nêu được những việc làm để bảo vệ, hạn chế sự thay đổi môi trường sống của thực vật, động vật.
- Thực hiện được những việc làm để bảo vệ, hạn chế sự thay đổi môi trường sống của thực vật, động vật và chia sẻ với những người xung quanh cùng thực hiện.



Hãy nghe bài hát *Điều đó tùy thuộc hành động của bạn* của tác giả Vũ Kim Dung, sau đó chia sẻ cảm xúc của bạn.

1. Sự thay đổi môi trường sống của thực vật và động vật



- Quan sát và nhận xét môi trường sống của thực vật và động vật trong các hình từ 1 đến 6.



Hình 1



Hình 2



Hình 3



Hình 4



Hình 5



Hình 6

- Dự đoán điều gì sẽ xảy ra với thực vật và động vật khi sống trong môi trường đó.



Thảo luận và nêu những việc làm của con người có thể dẫn đến sự thay đổi môi trường sống của thực vật và động vật ở các hình trên.

2. Những việc làm để bảo vệ môi trường sống của thực vật và động vật



- Quan sát việc làm trong hình từ 7 đến 12 và cho biết ý nghĩa của những việc làm đó.



Hình 7. Trồng cây phủ xanh đồi trọc



Hình 8. Vớt rác trên hồ



Hình 9. Thả bè thủy trúc trên mặt nước



Hình 10. Tuyên truyền về bảo vệ môi trường



Hình 11



Hình 12

- Kể thêm những việc làm khác để bảo vệ môi trường, hạn chế sự thay đổi môi trường sống của thực vật và động vật.



Bảo vệ môi trường sống của thực vật, động vật giúp chúng có nguồn thức ăn, nước uống đảm bảo; có nơi ở thuận lợi để sinh trưởng và phát triển.



- Chia sẻ những việc làm cần thiết để bảo vệ môi trường sống của thực vật và động vật.

- Liệt kê những việc làm phù hợp vào vở theo gợi ý ở bảng dưới đây:

| Việc làm | Nhận xét tuần 1 | Nhận xét tuần 2 |
|---|----------------------------------|-----------------|
| Bỏ rác đúng nơi quy định. | Không còn các túi rác ở gốc cây. | ? |
| Bảo vệ, chăm sóc cây nơi công cộng và ở gia đình. | ? | ? |
| Dọn vệ sinh, cảnh quan, môi trường nơi công cộng. | ? | ? |
| Tổ thái độ không đồng tình với các việc gây hại đến môi trường. | ? | ? |
| ? | ? | ? |
| ? | ? | ? |

- Thực hiện những việc làm phù hợp với nơi sống của bạn và nhận xét kết quả sau mỗi tuần.



Bảo vệ môi trường xung quanh là góp phần bảo vệ môi trường sống của thực vật và động vật.



- Viết thông điệp để tuyên truyền với những người xung quanh một số việc làm để hạn chế sự thay đổi môi trường sống của thực vật, động vật.

- Gửi thông điệp cho bạn bè, người thân và những người sống quanh bạn để cùng thực hiện.

BÀI 13

THỰC HÀNH TÌM HIỂU MÔI TRƯỜNG SỐNG CỦA THỰC VẬT VÀ ĐỘNG VẬT

Sau bài học, học viên sẽ:

- Thu thập được thông tin về một số việc làm của con người có thể làm thay đổi môi trường sống của thực vật, động vật.
- Giải thích được sự cần thiết phải bảo vệ môi trường sống của thực vật và động vật.



Hát một bài hát về bảo vệ môi trường.



1. Chuẩn bị thực hành tìm hiểu

- Quan sát và nêu những đồ dùng cần chuẩn bị để thực hành tìm hiểu môi trường sống của thực vật và động vật.



Hình 1

- Thảo luận, thống nhất kế hoạch quan sát, tìm hiểu và ghi lại:
- + Địa điểm cụ thể sẽ quan sát, tìm hiểu và người thực hiện.
- + Nội dung, cách thức cần quan sát, tìm hiểu.
- + Các đồ dùng, dụng cụ để tìm hiểu; công cụ để ghi chép lại thông tin đã tìm hiểu.
- + Yêu cầu về sản phẩm sau khi quan sát, tìm hiểu.

2. Tiến hành quan sát, tìm hiểu

- Tiến hành quan sát theo kế hoạch và hoàn thành Phiếu quan sát, tìm hiểu theo gợi ý:

| Nhóm: PHIẾU QUAN SÁT, TÌM HIỂU Nội dung: <i>Tìm hiểu môi trường sống của thực vật, động vật</i> | | | |
|---|---|---|---|
| Địa điểm | Cách thu thập thông tin | Thực trạng môi trường | Dự đoán ảnh hưởng |
| Hồ điều hòa thôn 7 | Quan sát thực địa, hỏi người dân Ghi chép hình ảnh | Có nhiều rác trôi nổi mặt hồ; cống xả nước sinh hoạt bốc mùi hôi. | Rác thải và nước thải sinh hoạt có khả năng ảnh hưởng không tốt đến cá sống trong hồ. |
| Sông Tô | Qua sách báo, mạng internet, các tư liệu, hình ảnh ? | ? | ? |
| Khu vực bồn hoa, cây cảnh tổ 7 - cụm 10 | ? | ? | ? |



Hình 2. Mô tả hoạt động quan sát



Khi thu thập thông tin cần:

- Xây dựng kế hoạch và nội dung chi tiết, cụ thể.
- Ghi lại thông tin thu thập được bằng chữ, hình ảnh minh họa.
- Đảm bảo độ tin cậy của thông tin hoặc trích dẫn nguồn gốc (nếu có).

- Chia sẻ kết quả quan sát, tìm hiểu và đưa ra ý kiến về nguyên nhân làm thay đổi môi trường sống của thực vật, động vật.

3. Báo cáo sản phẩm sau quan sát, tìm hiểu

- Chia sẻ kết quả quan sát và xây dựng báo cáo nhóm.
- Trình bày kết quả trước lớp, dựa trên thông tin thu thập được hãy trả lời các câu hỏi:

- + Những việc làm nào ảnh hưởng tới môi trường sống của thực vật?
- + Những việc làm nào ảnh hưởng tới môi trường sống của động vật?
- + Theo bạn, điều gì có thể xảy ra với thực vật và động vật nếu môi trường sống của chúng vẫn trong tình trạng trên?
- Thảo luận cùng nhau nêu những lí do cần thiết để bảo vệ môi trường sống của thực vật và động vật.



Quan sát, phát hiện những việc làm của người dân ở nơi bạn sống có thể làm thay đổi môi trường sống của thực vật, động vật và đề xuất một số việc làm để bảo vệ môi trường sống của chúng theo mẫu Phiếu khảo sát dưới đây:

| Họ và tên: PHIẾU KHẢO SÁT Nội dung: <i>Môi trường sống của thực vật và động vật ở....</i> | | |
|---|--|------------------------------------|
| Địa điểm | Thực trạng môi trường | Đề xuất cách xử lý |
| Các gốc cây ở ngõ xóm. | Có nhiều túi rác vứt bỏ ở gốc cây, bốc mùi hôi thối. | Dọn sạch, trồng hoa ở các gốc cây. |
| ? | ? | ? |
| ? | ? | ? |

BÀI 14

CHĂM SÓC, BẢO VỆ CÂY TRỒNG, VẬT NUÔI

Sau bài học, học viên sẽ:

- Nêu và cùng gia đình thực hiện được một số việc để chăm sóc, bảo vệ cây trồng, vật nuôi.
- Có ý thức giữ an toàn cho bản thân khi tiếp xúc với một số cây, con vật và chia sẻ với những người xung quanh cùng thực hiện.



Bạn đã trồng cây hay nuôi con vật nào? Kể những việc bạn đã làm để chăm sóc chúng.

1. Chăm sóc và bảo vệ cây trồng



- Quan sát và nói tác dụng của những việc làm trong các hình từ 1 đến 6.



Hình 1



Hình 2



Hình 3



Hình 4



Hình 5



Hình 6

- Kể thêm những việc làm khác để chăm sóc và bảo vệ cây trồng.



Tìm hiểu cách chăm sóc một loại cây trồng và chia sẻ với bạn một số thông tin sau:

- Tên cây, môi trường sống của cây.
- Cây thường được trồng ở nơi nào nhiều nhất? Vì sao?
- Cách làm đất, tưới nước và bón phân cho cây.
- Những việc làm để bảo vệ và phòng sâu bệnh cho cây.

2. Chăm sóc và bảo vệ vật nuôi



- Nêu việc làm chăm sóc, bảo vệ vật nuôi của mọi người trong từng hình từ 7 đến 10.



Hình 7



Hình 8



Hình 9



Hình 10

- Kể thêm những việc làm khác ở gia đình để chăm sóc các con vật nuôi.



Tìm hiểu cách chăm sóc một con vật nuôi và chia sẻ với bạn một số thông tin sau:

- Con vật bao nhiêu tháng tuổi, được nuôi ở đâu?
- Thức ăn của con vật và cách cho ăn, uống nước như thế nào?
- Cách cho con vật vệ sinh và xử lí chất thải như thế nào?
- Những việc làm để phòng bệnh cho con vật?



Chúng ta cần chăm sóc thường xuyên cho cây trồng: tưới cây, tỉa cành, xới đất, bón phân,... Vật nuôi cần được cho ăn, uống nước đầy đủ, tiêm phòng bệnh, che chắn khi trời rét.

- Thảo luận và chia sẻ cách ứng xử của bạn nếu gặp tình huống như trong các hình dưới đây:



Hình 11



Hình 12



Hình 13



Hình 14

3. Giữ an toàn khi tiếp xúc với một số cây và con vật



- Quan sát và nêu những nguy hiểm nào có thể xảy ra nếu tiếp xúc với cây, con vật trong từng hình từ hình 15 đến 20.



Hình 15



Hình 16



Hình 17



Hình 18



Hình 19



Hình 20

- Thảo luận và chia sẻ với bạn cách giữ an toàn cho bản thân khi tiếp xúc với cây và con vật.



Tìm hiểu xung quanh một số cây, con vật khác có thể gây nguy hiểm với chúng ta nếu tiếp xúc. Chia sẻ với bạn hình ảnh và thông tin theo gợi ý:

- Tên của cây hoặc con vật.
- Cây hoặc con vật gây nguy hiểm như thế nào với con người?



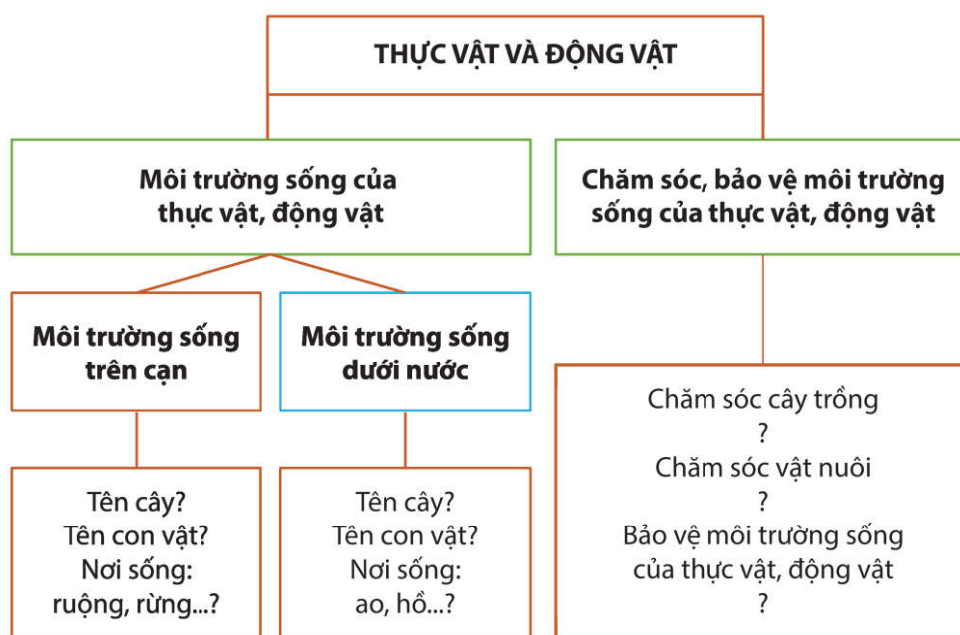
Chia sẻ với những người xung quanh cách bảo vệ bản thân nếu tiếp xúc với một số cây, con vật nguy hiểm.

BÀI 15

ÔN TẬP CHỦ ĐỀ THỰC VẬT VÀ ĐỘNG VẬT



1. Giới thiệu với bạn những nội dung bạn đã tìm hiểu theo sơ đồ:



2. Chia sẻ những điều bạn thích nhất ở chủ đề.

3. Nhận xét việc thực hiện những việc làm dưới đây của bạn và người thân:

- Trồng, chăm sóc cây xanh ở nơi sống.
- Dọn vệ sinh đường phố, xung quanh nơi ở.
- Thu dọn các loại rác thải vứt bừa bãi, không đúng nơi quy định.
- Vận động mọi người không thả động vật ngoài đường, gây mất vệ sinh và nguy hiểm.
- Không xả rác ra sông, hồ, nơi công cộng.
- Từ bỏ thói quen chặt cây, hái lộc.
- Giữ an toàn khi tiếp xúc với cây và con vật.

4. Kể thêm những việc làm khác bạn đã làm để chăm sóc, bảo vệ môi trường sống của thực vật và động vật.

CHỦ ĐỀ: CON NGƯỜI VÀ SỨC KHOẺ

BÀI 16

GIỮ VỆ SINH VÀ CHĂM SÓC CƠ THỂ

Sau bài học, học viên sẽ:

- Nêu được tên, chức năng của các bộ phận bên ngoài cơ thể và các giác quan.
- Nêu và thực hiện được việc cần làm để giữ vệ sinh, bảo vệ cơ thể và các giác quan trong cuộc sống hằng ngày.
- Giải thích được tại sao cần phải chăm sóc, bảo vệ cơ thể và các giác quan.



Cùng vận động và cho biết các động tác đó do bộ phận nào của cơ thể thực hiện.



1. Các bộ phận bên ngoài và các giác quan của cơ thể

- Chỉ và nói tên các bộ phận cơ thể của bạn nam, bạn nữ trong hình 1.



Hình 1

- Cơ thể bạn nam và cơ thể bạn nữ khác nhau như thế nào?
- Cơ thể bạn nam, bạn nữ có những vùng riêng tư cần che kín, đó là vùng nào?

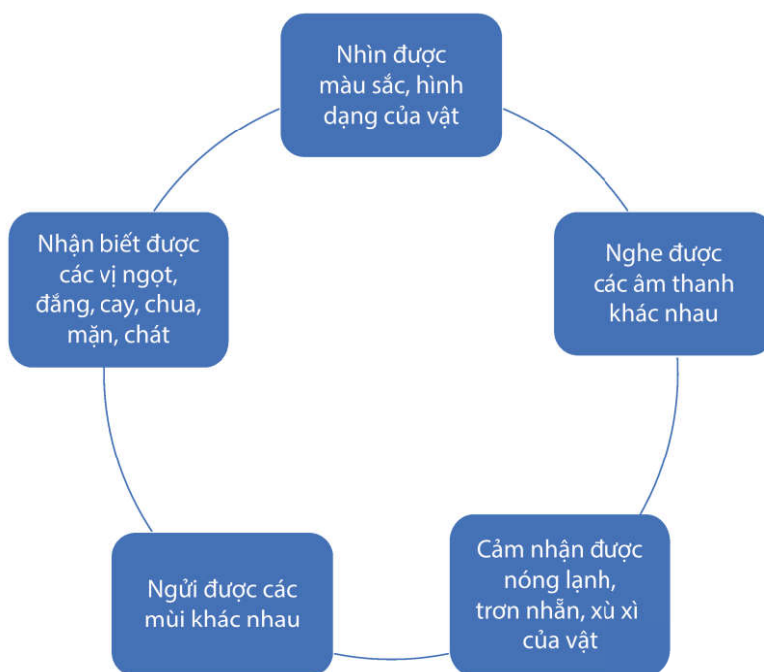
- Những bộ phận nào của cơ thể giúp bạn nhận biết được mùi thơm, vị ngọt và vỏ xù xì của quả sầu riêng?

- Bạn nhìn, nghe, ngửi, nếm, sờ các vật xung quanh bằng bộ phận nào của cơ thể?



Hình 2

- Đọc thông tin trong hình 3 và nói tên các bộ phận của cơ thể thực hiện được nhiệm vụ đó.



Hình 3



Cơ thể chúng ta có nhiều bộ phận, nhờ đó chúng ta có thể thực hiện được các hoạt động.

Cơ thể nam và nữ có vùng riêng tư cần được bảo vệ, đó là các vùng thường được che bằng quần, áo lót.

Nhờ năm giác quan mà chúng ta nhận biết được thế giới xung quanh.

2. Vệ sinh cơ thể

- Hằng ngày, bạn đã làm những việc gì như các bạn trong các hình từ 4 đến 12 để giữ cơ thể sạch sẽ? Cơ thể sạch sẽ có ích lợi gì?



Hình 4



Hình 5



Hình 6



Hình 7



Hình 8



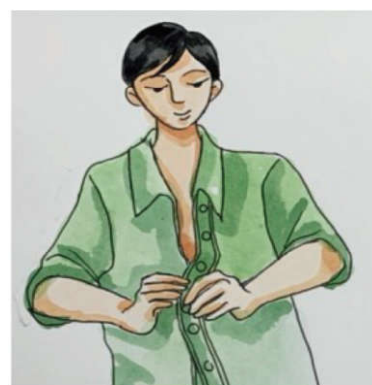
Hình 9



Hình 10



Hình 11



Hình 12

- Bạn cần thay đổi thói quen gì để giữ cơ thể sạch sẽ?

3. Chăm sóc và bảo vệ các giác quan

- Việc làm của các bạn trong các hình từ 13 đến 17 gây tác hại gì đối với các giác quan?



Hình 13



Hình 14



Hình 15



Hình 16



Hình 17

- Bạn cần làm gì để bảo vệ các giác quan? Vì sao?

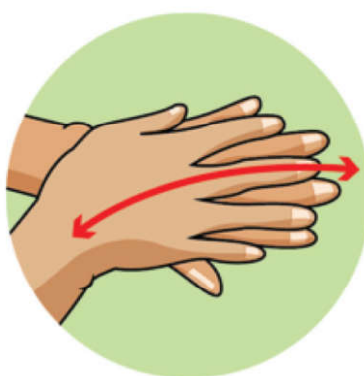


- Cùng rửa tay đúng cách:

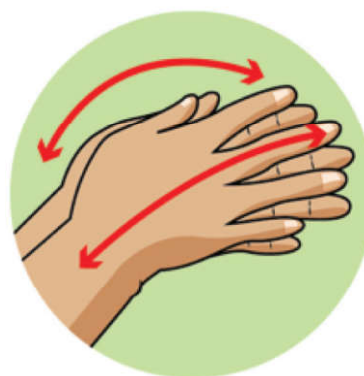
QUY TRÌNH RỬA TAY THƯỜNG QUY



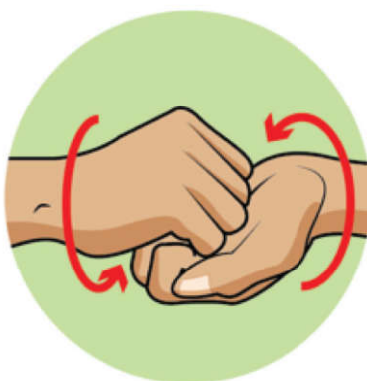
Bước 1: Làm ướt bàn tay bằng nước, lấy xà phòng và chà hai lòng bàn tay vào nhau.



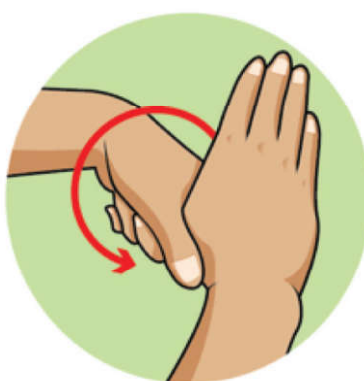
Bước 2: Chà lòng bàn tay này lên mu và kẽ ngoài các ngón tay của bàn tay kia và ngược lại.



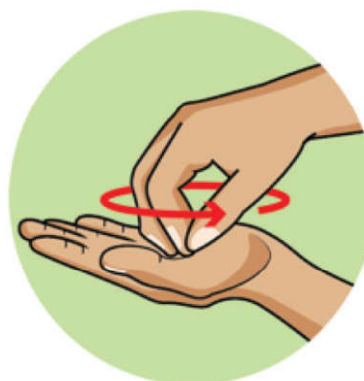
Bước 3: Chà hai lòng bàn tay vào nhau, miết mạnh các kẽ ngón tay.



Bước 4: Chà mặt ngoài các ngón tay này vào lòng bàn tay kia.

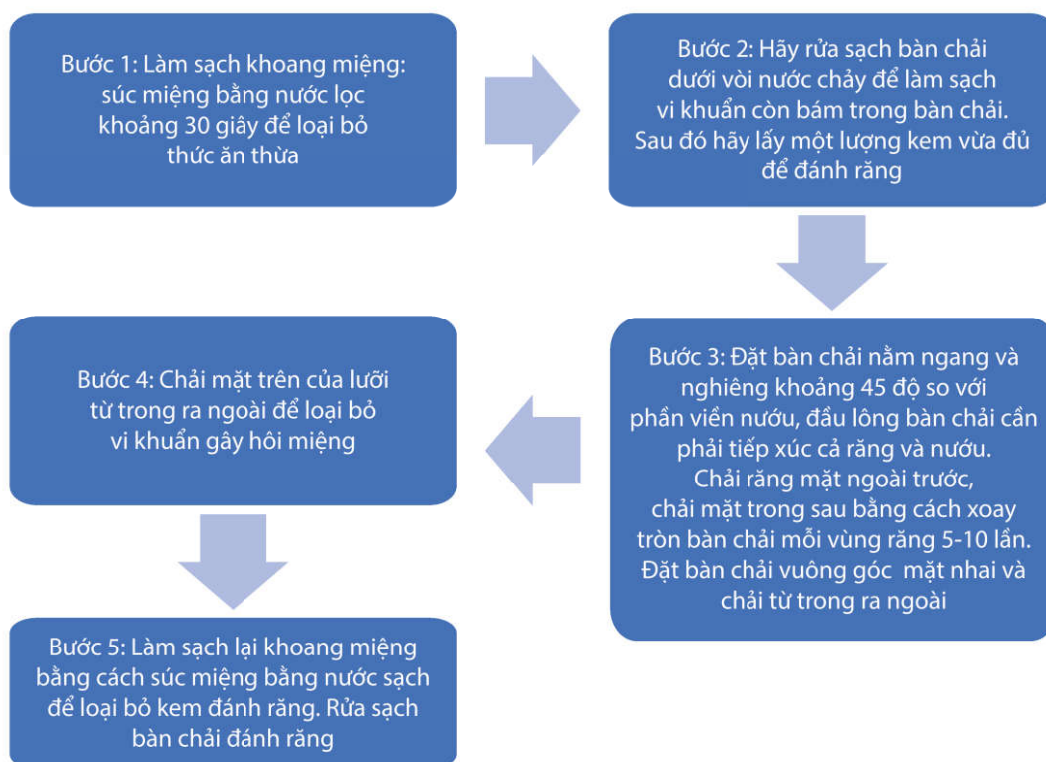


Bước 5: Xoay ngón tay cái của bàn tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại (làm sạch các ngón tay cái).



Bước 6: Xoay các đầu ngón tay của tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại. Làm sạch tay đến cổ tay dưới vòi nước chảy và lau khô.

- Cùng đánh răng đúng cách:



Lưu ý:

- Không chải răng ngay sau khi ăn xong, chờ ít nhất 30 phút sau khi ăn hoặc uống để tránh hao mòn men răng.
- Sử dụng kem đánh răng giàu canxi và flour để giúp tăng cường men răng của bạn.
- Sử dụng bàn chải đánh răng lông mềm để bảo vệ răng. Thay bàn chải đánh răng theo định kì ít nhất 3 tháng/lần hoặc khi lông bàn chải có dấu hiệu xơ, mòn, bị toe ra hai bên.
- Chỉ rửa sạch bàn chải dưới vòi nước chảy để làm sạch vi khuẩn còn bám trong bàn chải. Tuyệt đối không được nhúng ướt kem đánh răng trước khi chải răng.



- Bạn cần thay đổi thói quen gì để chăm sóc, bảo vệ cơ thể và các giác quan.
- Thực hiện và vận động gia đình cùng thực hiện chăm sóc cơ thể và bảo vệ giác quan.

BÀI 17

ĂN UỐNG, VẬN ĐỘNG VÀ NGHỈ NGƠI HỢP LÝ

Sau bài học, học viên sẽ:

- Nêu được số bữa cần ăn trong ngày và tên một số thức ăn, đồ uống giúp cho cơ thể khỏe mạnh và an toàn; tự nhận xét được thói quen ăn uống của bản thân.
- Xác định được các hoạt động vận động và nghỉ ngơi có lợi cho sức khỏe; liên hệ với những hoạt động hằng ngày của bản thân.

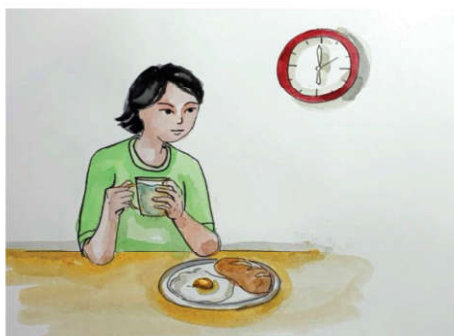


Kể lại thời gian biểu một ngày của bạn.

1. Ăn uống lành mạnh



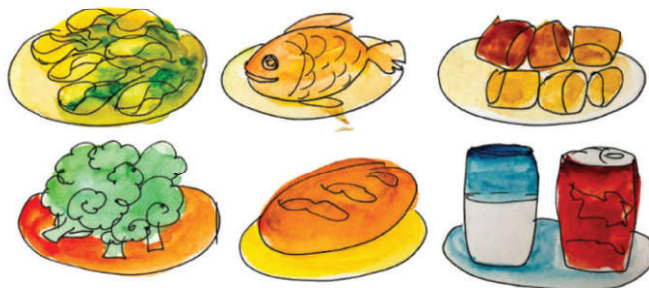
- Hằng ngày, bạn ăn mấy bữa? Đó là những bữa nào và vào giờ nào?
- Từng bữa ăn có những món gì?



Hình 1. Ăn sáng



Hình 2. Ăn tối



Hình 3

- Bạn có lựa chọn những thức ăn như hình 4 dưới đây không? Điều gì sẽ xảy ra nếu bạn ăn những thức ăn đó?



Hình 4



Chọn thức ăn, đồ uống cho các bữa ăn trong ngày của bạn để cơ thể khỏe mạnh và an toàn.

2. Vận động và nghỉ ngơi hợp lí



- Kể lại những hoạt động thường ngày của bạn từ khi thức dậy tới khi đi ngủ.

(Nói tên và nêu tác dụng của từng hoạt động đó).

- Bạn đã từng tham gia những hoạt động nào trong các hoạt động ở hình 5? Những hoạt động đó có lợi cho sức khỏe như thế nào? Vì sao?

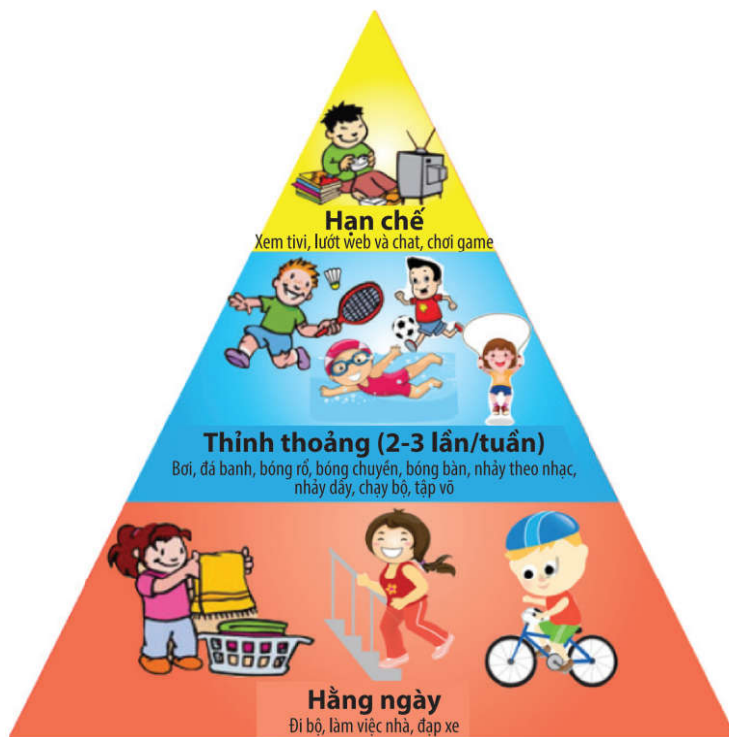


Hình 5



- Hãy nói về hoạt động của bạn sau giờ học/giờ làm việc.
- Bạn thường đi ngủ lúc mấy giờ và thức dậy lúc mấy giờ? Một ngày bạn thường ngủ bao nhiêu tiếng?

- Quan sát Tháp vận động và cho biết, hoạt động nào trẻ em cần làm hằng ngày, hoạt động nào mỗi tuần làm 2-3 lần, hoạt động nào cần hạn chế.



Hình 6. Tháp vận động
(Nguồn Viện Dinh dưỡng Việt Nam)



Lập thời gian biểu hằng tuần của bạn và thực hiện.



Để cơ thể khỏe mạnh, bạn cần:

1. Ăn uống lành mạnh, đủ bữa.
2. Vận động và nghỉ ngơi hợp lý.

- Thường xuyên làm việc nhà; vận động như đi bộ, đi xe đạp, tập thể thao mỗi tuần 2-3 lần; hạn chế ngồi lì xem tivi, máy tính, điện thoại thông minh.

- Đi ngủ đúng giờ và ngủ đủ giấc.

BÀI 18

GIỮ AN TOÀN CHO CƠ THỂ

Sau bài học, học viên sẽ:

Dự đoán được một số tình huống có nguy cơ không an toàn cho bản thân và biết được cách phòng tránh.



Bạn thường chia sẻ mọi chuyện với ai?



- Khi người khác động chạm đến cơ thể bạn, bạn sẽ làm gì? Vì sao?



Hình 1

- Ai là người có thể động chạm đến cơ thể bạn?

Không ai được động chạm tới cơ thể bạn, chỉ có bác sĩ khi khám bệnh mà thôi.
Mọi động chạm gây khó chịu đều có thể coi là bị xâm hại.

- Bạn sẽ ứng xử như thế nào khi có người lạ ngỡ ý muốn cho bạn đi nhờ xe?
- Bạn sẽ làm gì khi đang ở nhà một mình, người hàng xóm nhờ bạn sang nhà giúp họ một việc gì đó?



- Kể những tình huống động chạm bạn đã gặp phải mà gây cho bạn cảm khác khó chịu, không thoải mái.

- Thực hành theo quy tắc bàn tay:



Hình 2. Ôm



Hình 3. Nắm tay



Hình 4. Bắt tay

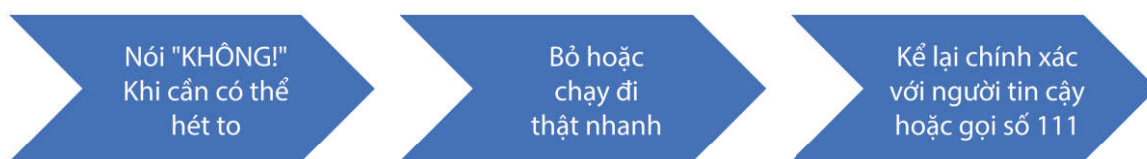


Hình 5. Vẫy tay



Hình 6. Xua tay

- Thực hành 3 bước bảo vệ sự an toàn cho bản thân.



Cùng chuyện trò với gia đình để biết được những tình huống có nguy cơ có thể dẫn đến không an toàn cho bản thân và những người thân trong gia đình.



Cơ thể là của riêng mình, không ai có quyền xâm hại.

Khi có nguy cơ bị xâm hại, hãy nhớ:

- Nói: “Không! Không được chạm vào tôi!”
- Bỏ đi hoặc chạy đi thật nhanh.
- Kể lại với người tin cậy và có thể gọi đến số 111 để được tư vấn, hỗ trợ.

BÀI 19

ÔN TẬP CHỦ ĐỀ CON NGƯỜI VÀ SỨC KHOẺ



- Giới thiệu với bạn những nội dung bạn đã học theo sơ đồ gợi ý dưới đây:



- Chia sẻ những điều bạn tâm đắc nhất khi học tập chủ đề.



- Bạn sẽ làm gì khi gặp những tình huống sau:
 - + Người thân trong gia đình cãi nhau mà đưa bàn cãi sang ngang.
 - + Một người lớn cho một bạn nhỏ bánh kẹo và rủ bạn nhỏ đó đi theo, bạn nhỏ đó nhìn bạn với ánh mắt như muốn hỏi.
- Giải thích cách ứng xử của bạn khi gặp những tình huống trên.

Sau bài học, học viên sẽ:

- Mô tả được một số hiện tượng thời tiết: nắng, mưa, nóng, lạnh, gió,...
- Có ý thức bảo vệ mắt, không nhìn trực tiếp vào Mặt Trời và chia sẻ với những người xung quanh cùng thực hiện.
- Nêu được tên và một số đặc điểm của các mùa trong năm (ví dụ: mùa xuân, mùa hè, mùa thu, mùa đông; mùa mưa và mùa khô).
- Nêu được sự cần thiết phải theo dõi dự báo thời tiết hằng ngày. Thực hiện được việc lựa chọn và sử dụng trang phục phù hợp với thời tiết để giữ cơ thể khỏe mạnh.



Đọc những câu thành ngữ, tục ngữ về thời tiết mà bạn biết.

Trắng quàng thì hạn,
trắng tán thì mưa.

Ráng mỡ gà thì gió,
ráng mỡ chó thì mưa.

1. Một số hiện tượng thời tiết



- Quan sát và mô tả về hiện tượng thời tiết trong mỗi hình từ 1 đến 6.



Hình 1



Hình 2



Hình 3



Hình 4



Hình 5



Hình 6

- Nhận xét việc lựa chọn và sử dụng trang phục của các bạn trong từng hình đã phù hợp thời tiết ngày hôm đó chưa.

- Trong những tình huống thời tiết dưới đây, bạn nên và không nên làm gì để đảm bảo an toàn cho bản thân? Vì sao?



Hình 7



Hình 8



Hình 9



- Thời tiết ngày hôm nay như thế nào? Hãy tự nhận xét ngày hôm nay bạn đã sử dụng trang phục phù hợp với thời tiết chưa.
- Bạn có thường xuyên theo dõi “Dự báo thời tiết” không? Thông tin về thời tiết giúp ích gì cho bạn trong cuộc sống hằng ngày? Nêu ví dụ.
- Lập bảng theo dõi thời tiết trong 1 tuần và nhận xét thời tiết của các ngày trong tuần đó theo mẫu bảng dưới đây:

BẢNG THEO DÕI THỜI TIẾT

| |  |  |  | Các hiện tượng thời tiết khác |
|---------|---|---|---|-------------------------------|
| Thứ Hai | ? | ? | ? | ? |
| Thứ Ba | ? | ? | ? | ? |
| ... | ? | ? | ? | ? |

- Từng ngày trong tuần đó khi ra ngoài, bạn nên sử dụng những trang phục nào cho phù hợp với thời tiết?



Có những hiện tượng thời tiết khác nhau như: nắng, mưa, nóng, lạnh... Thời tiết thay đổi liên tục. Chúng ta cần theo dõi thời tiết hằng ngày để lựa chọn và sử dụng trang phục, hoạt động và ăn uống phù hợp để đảm bảo sức khỏe.

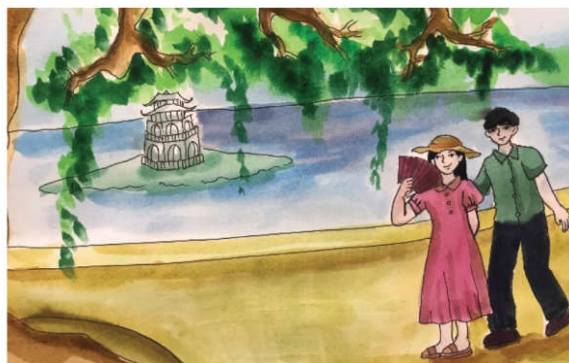
2. Các mùa trong năm



- Quan sát các hình từ 10 đến 13 và cho biết cảnh vật và thời tiết trong mỗi hình là của mùa nào trong năm. Vì sao bạn biết?



Hình 10



Hình 11

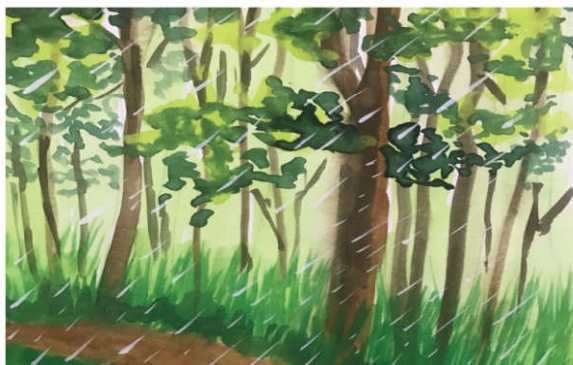


Hình 12



Hình 13

- Quan sát hình 14, 15 và cho biết hình nào thể hiện mùa mưa, hình nào thể hiện mùa khô. Vì sao bạn biết?



Hình 14



Hình 15



- Nơi bạn sống có những mùa nào? Nêu đặc điểm thời tiết, cảnh vật của từng mùa đó.

- Khi chuyển mùa, thời tiết như thế nào? Bạn cần lưu ý gì ở giai đoạn chuyển mùa đó để đảm bảo sức khỏe?



Mùa xuân có mưa phùn ẩm ướt. Mùa hè nắng nóng, mưa nhiều. Mùa thu se lạnh, hanh khô. Mùa đông lạnh, ít mưa.

Mùa mưa thường có nhiều ngày mưa kéo dài. Mùa khô hầu như không có mưa, ngày nắng chói chang, đêm dịu mát hơn.

Những ngày chuyển mùa, thời tiết thay đổi, cơ thể người dễ nhiễm các bệnh như cúm, viêm phổi... Bạn nhớ lựa chọn và sử dụng trang phục phù hợp theo mùa để giữ cơ thể khỏe mạnh, đặc biệt vào những ngày chuyển mùa.



- Nhận xét việc theo dõi dự báo thời tiết của gia đình bạn và có thể đưa ra những lời khuyên với các thành viên trong gia đình về lợi ích của việc thường xuyên theo dõi dự báo thời tiết hằng ngày.

- Cùng gia đình tìm hiểu những câu thành ngữ, tục ngữ nói về “dự báo thời tiết” ứng dụng trong cuộc sống và lao động, sản xuất của người Việt Nam.



BÀI 21

MỘT SỐ THIÊN TAI THƯỜNG GẶP

Sau bài học, học viên sẽ:

- Nhận biết và mô tả được một số hiện tượng thiên tai (ví dụ: bão, lũ, lụt, giông sét, hạn hán,...).
- Thu thập được thông tin về một số rủi ro dẫn đến các thiệt hại về tính mạng con người và tài sản do thiên tai gây ra.
- Nêu và biết được cách ứng phó, giảm nhẹ rủi ro thiên tai thường xảy ra ở địa phương.
- Chia sẻ với những người xung quanh và cùng thực hiện phòng tránh rủi ro thiên tai.



Hãy kể những hiện tượng thiên tai mà bạn biết.



1. Một số hiện tượng thiên tai

- Quan sát và mô tả hiện tượng thiên tai trong mỗi hình từ 1 đến 5:



Hình 1. Lũ quét



Hình 2. Giông sét



Hình 3. Hạn hán



Hình 4. Bão



Hình 5. Lũ lụt

- Mô tả hiện tượng thiên tai khác mà bạn biết.

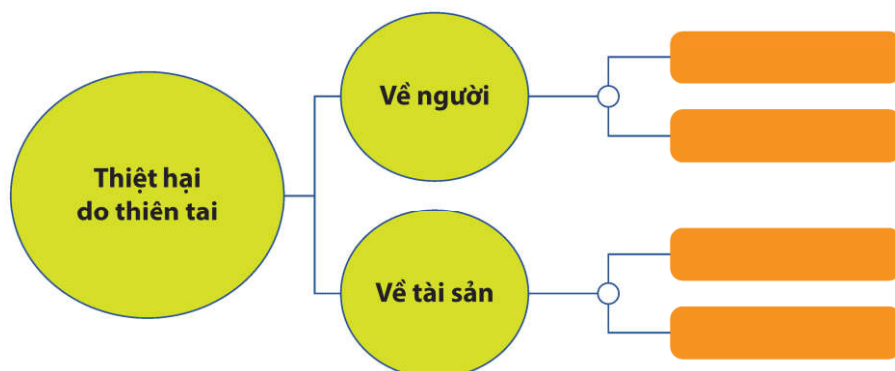
2. Rủi ro thiên tai

- Đọc thông tin sau:

Theo Văn phòng thường trực Ban Chỉ đạo quốc gia về phòng chống thiên tai, trong năm 2022, tính đến ngày 31-5-2022, Việt Nam đã chịu ảnh hưởng của 49 trận mưa lớn; 15 trận mưa giông, lốc, sét; 13 vụ sạt lở bờ sông; 17 trận động đất.

Thiên tai từ đầu năm 2022 đến hết tháng 5 đã làm 61 người chết, mất tích, 35 người bị thương; 121 nhà bị sập; 2.372 nhà bị hư hỏng, tốc mái; 166.452ha lúa, hoa màu bị ngập úng. Thiệt hại về kinh tế ước khoảng 3.875 tỉ đồng.

- Kể các thiên tai đã xảy ra ở nước ta.
- Nói với bạn về thiệt hại do các thiên tai đó gây ra theo gợi ý sau:





Rủi ro thiên tai là những thiệt hại về người, tài sản, môi trường... mà thiên tai gây nên.

Các hiện tượng thiên tai như bão, lũ lụt... có thể gây ra nhiều thiệt hại về sức khỏe, tính mạng con người, tài sản và môi trường.



- Thu thập thông tin và trao đổi với các bạn về rủi ro thiên tai theo gợi ý dưới đây:

| Hiện tượng thiên tai | Một số rủi ro thiên tai về | | |
|----------------------|--|---------|------------|
| | Sức khỏe và tính mạng con người | Tài sản | Môi trường |
| Hạn hán | Thiếu nước sinh hoạt dẫn đến bệnh tật. | ? | ? |
| ? | ? | ? | ? |

- Nói với các bạn về rủi ro thiên tai gần đây nhất ở nơi bạn sống.

3. Một số cách ứng phó, giảm nhẹ rủi ro thiên tai



- Chỉ và nói về ích lợi của việc làm trong từng hình từ 6 đến 11.

- Việc làm nào thực hiện trước, trong và sau bão?



Hình 6



Hình 7. Dự trữ lương thực, nước sạch, thuốc phòng, chữa bệnh và chuẩn bị một số vật dụng khác



Hình 8. Lau dọn, sửa chữa nhà cửa để đảm bảo vệ sinh an toàn



Hình 9



Hình 10. Ở lại trong các ngôi nhà kiên cố, đóng chặt cửa, không đi ra ngoài



Hình 11. Phòng tránh tốc mái nhà



- Kể một số việc làm khác để ứng phó, giảm nhẹ rủi ro do bão gây ra.
- Khi có bão xảy ra, bạn cần làm gì để giữ an toàn cho bản thân và hỗ trợ, giúp đỡ gia đình?
- Trao đổi với bạn về cách ứng phó, giảm nhẹ rủi ro do các thiên tai như lũ lụt, hạn hán, giông sét gây ra theo các gợi ý dưới đây:

1

Tránh các chỗ ẩm ướt như buồng tắm, bể nước, vòi nước khi ở trong nhà

2

Chọn nơi càng thấp càng tốt khi ở ngoài trời

3

Không dùng nước lụt để nấu ăn. Nếu phải dùng nước lụt, cần lọc, khử trùng trước khi dùng

4

Tuyệt đối không trú mưa dưới tán cây

5

Không chơi ở nơi nước ngập

6

Sử dụng tiết kiệm nước

7

Dự trữ nước sạch

- Chia sẻ với những người xung quanh để cùng thực hiện phòng tránh rủi ro thiên tai khi có thiên tai xảy ra.



- Nói về thiên tai thường hay xảy ra ở địa phương bạn. Bạn và gia đình đã và sẽ làm gì để ứng phó và phòng tránh rủi ro do thiên tai đó gây ra?

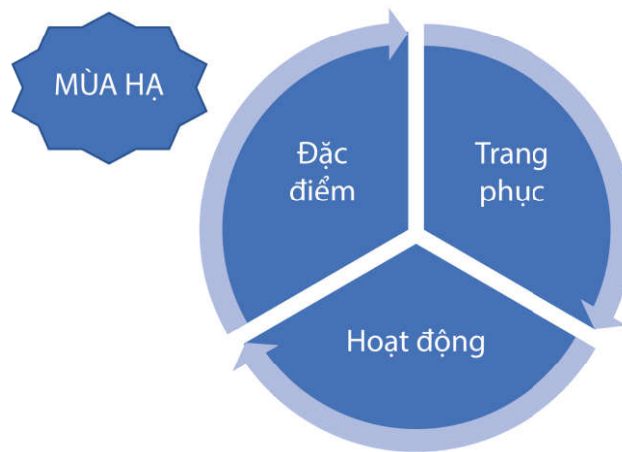
- Xử lý tình huống: Trời mưa, trên đường đi bạn nhìn thấy nước suối đang chảy xiết, bố mẹ bạn định dắt em bạn lội qua suối. Bạn sẽ làm gì khi đó? Vì sao?

BÀI 22

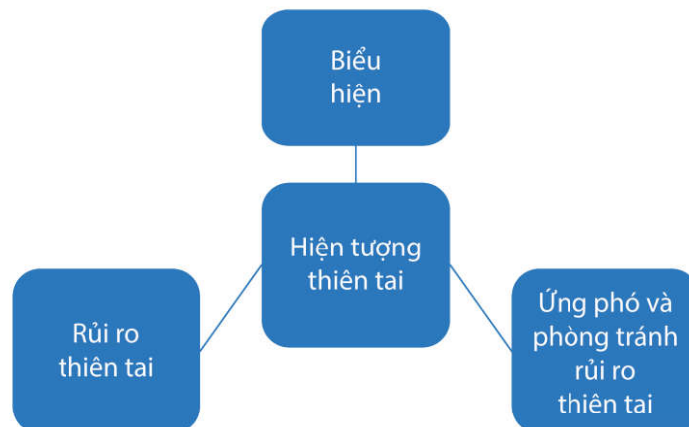
ÔN TẬP CHỦ ĐỀ TRÁI ĐẤT VÀ BẦU TRỜI



- Giới thiệu về các mùa trong năm theo gợi ý sau:



- Bạn cần làm gì để đảm bảo sức khỏe vào các mùa khác nhau?
- Giới thiệu về một số hiện tượng thiên tai thường gặp theo gợi ý dưới đây:



Bạn và gia đình sẽ làm gì khi:

- Nghe tin sắp có bão xảy ra?
- Bão đang xảy ra?
- Bão đã qua đi?

TÀI LIỆU HỌC XÓA MÙ CHỮ TỰ NHIÊN VÀ XÃ HỘI KỲ 2

NHÀ XUẤT BẢN DÂN TRÍ

Số 9 - Ngõ 26 - Phố Hoàng Cầu - Q. Đống Đa - TP. Hà Nội

VPGD: Số 278 Tôn Đức Thắng - Q. Đống Đa - TP Hà Nội

ĐT: (024). 66860751 - (024). 66860753

Email: nxbdantri@gmail.com

Website: nxbdantri.com.vn

Chịu trách nhiệm xuất bản:

BÙI THỊ HƯƠNG

Chịu trách nhiệm nội dung:

LÊ QUANG KHÔI

| | |
|-----------------|------------------|
| Biên tập: | Vũ Thị Thu Ngân |
| Vẽ bìa: | Vũ Thị Bình Minh |
| Sửa bản in: | Quang Minh |
| Trình bày sách: | Nguyễn Ngọc Dũng |
| Chế bản: | Nguyễn Ngọc Dũng |

LIÊN KẾT XUẤT BẢN: CÔNG TY CP SÁCH ĐẠI HỌC - DẠY NGHỀ

In 1.140 bản, khổ 19 × 26,5 cm tại Nhà máy in Bộ Quốc phòng, Địa chỉ:
Thôn Lưu Phái - xã Ngũ Hiệp - huyện Thanh Trì - Hà Nội

Số xác nhận đăng ký xuất bản số: 3671-2023/CXBIPH/29-132/DT

Quyết định xuất bản số: 3118/QĐXB-NXBĐT do Nhà xuất bản Dân Trí cấp
ngày 17 tháng 11 năm 2023

Mã ISBN: 978-604-40-0251-4

In xong, nộp lưu chiểu Quý IV năm 2023