

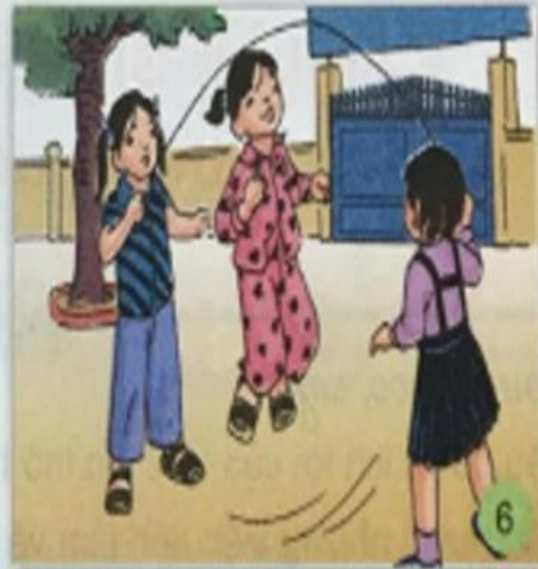
Nội dung hướng dẫn giải Bài 2: Cần làm gì để cơ quan hô hấp luôn khỏe mạnh được chúng tôi biên soạn bám sát bộ sách giáo khoa môn Tự nhiên xã hội lớp 3 chương trình mới (VNEN). Hy vọng đây sẽ là tài liệu tham khảo hữu ích giúp các em học tốt môn Tự nhiên xã hội lớp 3.

Hoạt động cơ bản Bài 2: Cần làm gì để cơ quan hô hấp luôn khỏe mạnh

1. Nhận biết những việc nên làm và không nên làm

a. Quan sát các hình 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 và trả lời câu hỏi







- Các bạn trong từng hình đang làm gì?

- Việc làm đó ảnh hưởng gì tới cơ quan hô hấp?

b. Chỉ và nói những việc nên làm và những việc không nên làm

c. Trao đổi với bạn bên cạnh về lợi ích của việc tập thở sâu vào buổi sáng.

Trả lời:

a. Quan sát các hình em thấy:

- Hình 1: Hai bạn nhỏ đang tập thể dục buổi sáng, giúp cơ quan hô hấp khỏe mạnh

- Hình 2: Bạn nhỏ đang vệ sinh mũi, giúp cơ quan hô hấp sạch sẽ, khỏe mạnh

- Hình 3: Bạn gái súc miệng bằng nước muối vào sáng sớm giúp cơ quan hô hấp tốt hơn

- Hình 4: Hai bạn nhỏ chơi ngoài đường bụi bẩn, làm ảnh hưởng xấu đến hệ hô hấp

- Hình 5: Các bạn nhỏ đeo khẩu trang khi dọn vệ sinh, giúp ngăn cản bụi bẩn, bảo vệ hệ hô hấp khỏe mạnh

- Hình 6: Các bạn gái chơi nhảy dây, giúp cơ quan hô hấp khỏe mạnh
- Hình 7: Hai bạn nhỏ hít khói thuốc lá làm ảnh hưởng xấu đến hệ hô hấp
- Hình 8: Các bạn nhỏ mặc áo ấm, quàng khăn, để bảo vệ hệ hô hấp khỏe mạnh.

b. Sau khi quan sát tranh em thấy:

- Những việc nên làm: hình 1, hình 2, hình 3, hình 5, hình 6, hình 8.
- Những việc không nên làm: hình 4, hình 7.

c. Lợi ích của việc tập thở sâu vào buổi sáng là không khí vào buổi sáng thường trong lành, ít khói bụi, giúp chúng ta hít được nhiều khí ô-xi và thải ra được nhiều khí các-bô-níc ra ngoài, giúp cơ thể khỏe mạnh.

2. Liên hệ thực tế

- a. Kể tên các bệnh đường hô hấp mà em biết?
- b. Em đã bao giờ bị bệnh đường hô hấp chưa? Đó là bệnh gì?
- c. Cảm giác của em khi bị bệnh đó?
- d. Em sẽ làm gì khi cảm thấy mình bị mắc bệnh đường hô hấp?

Trả lời:

- a. Tên các bệnh đường hô hấp mà em biết là: ho, viêm phổi, viêm phế quản, hen suyễn, lao phổi, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính...
- b. Em đã từng bị bệnh đường hô hấp. Đó là bị ho và nặng hơn là viêm phổi.
- c. Khi em bị bệnh, cảm giác em rất mệt mỏi, khó thở.
- d. Khi bị bệnh về đường hô hấp, em sẽ đi khám bác sĩ, uống thuốc, mặc đồ ấm, cố gắng ăn uống và vệ sinh sạch sẽ đường hô hấp...

3. Quan sát, đọc và trả lời

a. Quan sát và đọc thông tin trong các hình 9, 10:



b. Trả lời câu hỏi:

- Nguyên nhân nào dẫn đến mắc bệnh đường hô hấp?
- Em cần làm gì để phòng bệnh đường hô hấp?

- Khi thấy mình ho, nuốt nước bọt đau họng thì em nên làm gì?

Trả lời:

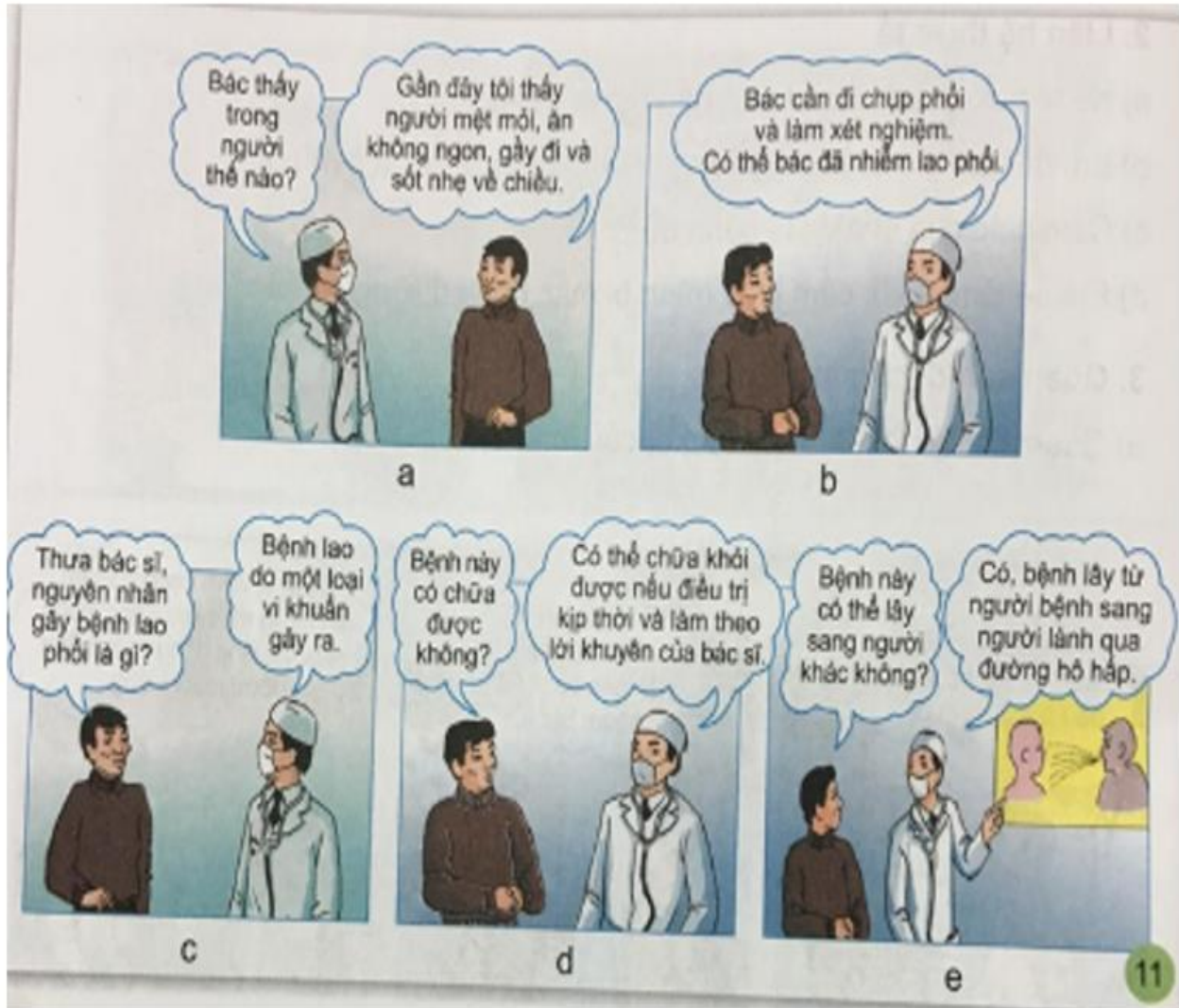
- Nguyên nhân dẫn đến mắc bệnh đường hô hấp là do cảm lạnh, ăn nhiều đồ lạnh

- Để phòng bệnh đường hô hấp, chúng ta nên mặc ấm khi trời lạnh, không ăn quá nhiều đồ lạnh.

- Khi thấy mình bị ho, nuốt nước bọt thấy đau họng thì em nên báo cho người lớn để đến bác sĩ khám bệnh, uống thuốc và ăn uống theo đúng chỉ dẫn của bác sĩ.

4. Quan sát, đọc và trả lời

a. Quan sát và đọc thông tin trong hình 11:



b. Trả lời câu hỏi:

- Khi thấy người mệt mỏi, ăn không ngon, gầy đi và sốt nhẹ về chiều em nên làm gì?
- Bệnh lao phổi gây tác hại gì đối với người bệnh?
- Bệnh lao phổi có thể lây từ người bệnh sang người lành bằng con đường nào?

Trả lời:

- Khi thấy người mệt mỏi, ăn không ngon, gầy đi và sốt nhẹ về chiều em nên đến bác sĩ để chụp phổi và làm xét nghiệm xem liệu mình có mắc bệnh nhiễm lao phổi hay không.

- Tác hại của bệnh lao phổi gây ra đối với người bệnh là: bệnh lây truyền từ người bệnh sang người lành
- Bệnh lao phổi có thể lây từ người bệnh sang người lành bằng con đường hô hấp.

5. Quan sát và cho biết

a. Quan sát hình 12



b. Hãy cho biết:

- Những việc làm khiến chúng em dễ mắc bệnh lao phổi?

- Những việc làm giúp chúng em có thể phòng tránh được bệnh lao phổi?

Trả lời:

Những việc khiến chúng ta dễ mắc bệnh lao phổi là:

- + Hút thuốc lá
- + Chỗ ở mất vệ sinh, bẩn thiu
- + Lây từ người bệnh sang người lành

Những việc khiến chúng ta phòng tránh được bệnh lao phổi là:

- + Tiêm phòng lao
- + Dọn dẹp vệ sinh nơi ở sạch sẽ
- + Ăn uống đủ chất dinh dưỡng.

6. Đọc và viết cam kết

a) Đọc kĩ, nhiều lần đoạn văn sau:

Bệnh lao phổi và một số bệnh viêm đường hô hấp

1. Bệnh lao phổi do một số vi khuẩn gây ra. Trẻ em được tiêm phòng lao trong giai đoạn sơ sinh có thể không bị mắc bệnh này trong suốt cuộc đời. Bệnh lao phổi có thể phòng và chữa được.

2. Các bệnh viêm đường hô hấp thường gặp là: viêm họng, viêm phế quản, viêm phổi, ...

Nguyên nhân chính là do bị nhiễm lạnh, nhiễm trùng hoặc biến chứng của các bệnh truyền nhiễm như cúm, sởi, ...

Các bệnh viêm đường hô hấp có thể phòng và chữa được.

b) Em hãy viết một thông điệp/ cam kết để giúp em phòng được bệnh viêm đường hô hấp hoặc bệnh lao phổi

Trả lời:

Cam kết giúp em phòng được bệnh viêm đường hô hấp hoặc bệnh lao phổi là:

- Tiêm phòng đầy đủ
- Ăn uống đủ chất dinh dưỡng
- Vệ sinh nơi ở sạch sẽ
- Mặc ấm khi trời lạnh...

Hoạt động thực hành Bài 2: Cần làm gì để cơ quan hô hấp luôn khỏe mạnh**1. Đóng vai bác sĩ**

- a. Một bạn đóng vai bệnh nhân: Kể những biểu hiện của bệnh?
- b. Một bạn đóng vai bác sĩ: Nói tên bệnh hoặc có thể đưa ra lời khuyên giúp phòng ngừa bệnh đó...

Trả lời:

Ví dụ:

Bệnh nhân: Chào bác sĩ, mấy hôm nay tôi cảm thấy người mệt mỏi, ăn không ngon, người gầy đi mấy cân và đến tầm chiều thường sốt nhẹ. Bác sĩ cho tôi hỏi, tôi đang bị bệnh gì vậy?

Bác sĩ: Bạn có thể bị bệnh lao phổi. Tuy nhiên, để chắc chắn, bạn cần đi chụp phổi và làm xét nghiệm.

2. Thực hành

- a) Vệ sinh mũi, họng
- b) Vệ sinh lớp học (em nhớ đeo khẩu trang)

Trả lời:

Thực hành trên lớp.

Hoạt động ứng dụng Bài 2: Cần làm gì để cơ quan hô hấp luôn khỏe mạnh

Với sự giúp đỡ của gia đình:

1. Em hãy thực hiện:

- Tập hít, thở sâu vào buổi sáng ở ngoài trời.
- Vệ sinh mũi, họng hằng ngày.
- Giữ gìn phòng ở ngăn nắp, vệ sinh.
- Ăn, uống đầy đủ chất dinh dưỡng.

2. Ghi lại những ngày em đã thực hiện cả 4 việc trên trong từng tuần.