

Nội dung hướng dẫn giải Bài 15: Phòng tránh cong vẹo cột sống được chúng tôi biên soạn bám sát bộ sách giáo khoa môn Tự nhiên xã hội lớp 2 chương trình mới sách Cánh Diều. Hy vọng đây sẽ là tài liệu tham khảo hữu ích giúp các em học tốt môn TN&XH lớp 2.

Trò chơi (trang 88)

“Tập làm người mẫu”



Trả lời:

Học sinh thực hiện trò chơi theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của giáo viên.

Trả lời câu hỏi hoặc thảo luận (trang 88)

Hãy nhận xét về dáng đi của các bạn trong trò chơi trên.

Trả lời:

Các bạn trong trò chơi trên đi rất thẳng lưng.

Cong vẹo cột sống

Quan sát (trang 89)

Nhận xét hai bạn ở hình 1 và hình 2 về:

- Tình trạng cột sống.
- Vị trí của hai vai.



Trả lời:

Hình 1:

- Tình trạng cột sống: thẳng
- Vị trí của hai vai: cân bằng

Hình 2:

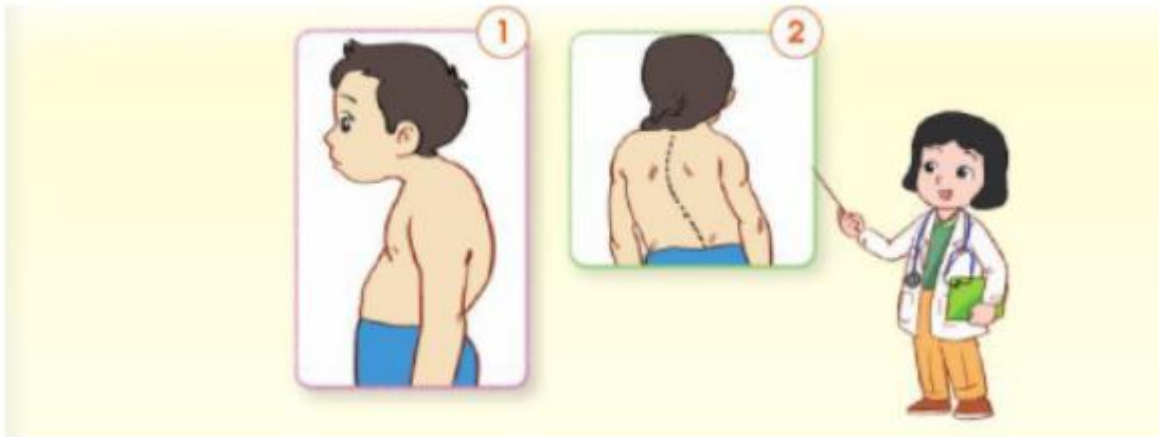
- Tình trạng cột sống: cong vẹo

- Vị trí của hai vai: lệch, mất cân đối

Trò chơi (trang 89)

“Đóng vai bác sĩ”

Nói về tình trạng cột sống của các bạn dưới đây.



Trả lời:

Xin chào các bạn. Tôi là bác sĩ Nguyễn Mai Anh. Trên đây là hai bức hình về cột sống.

- Mời các bạn quan sát hình 1. Ở hình 1, cột sống của bạn nam đang bị cong. Điều này khiến cho bạn bị gù lưng.

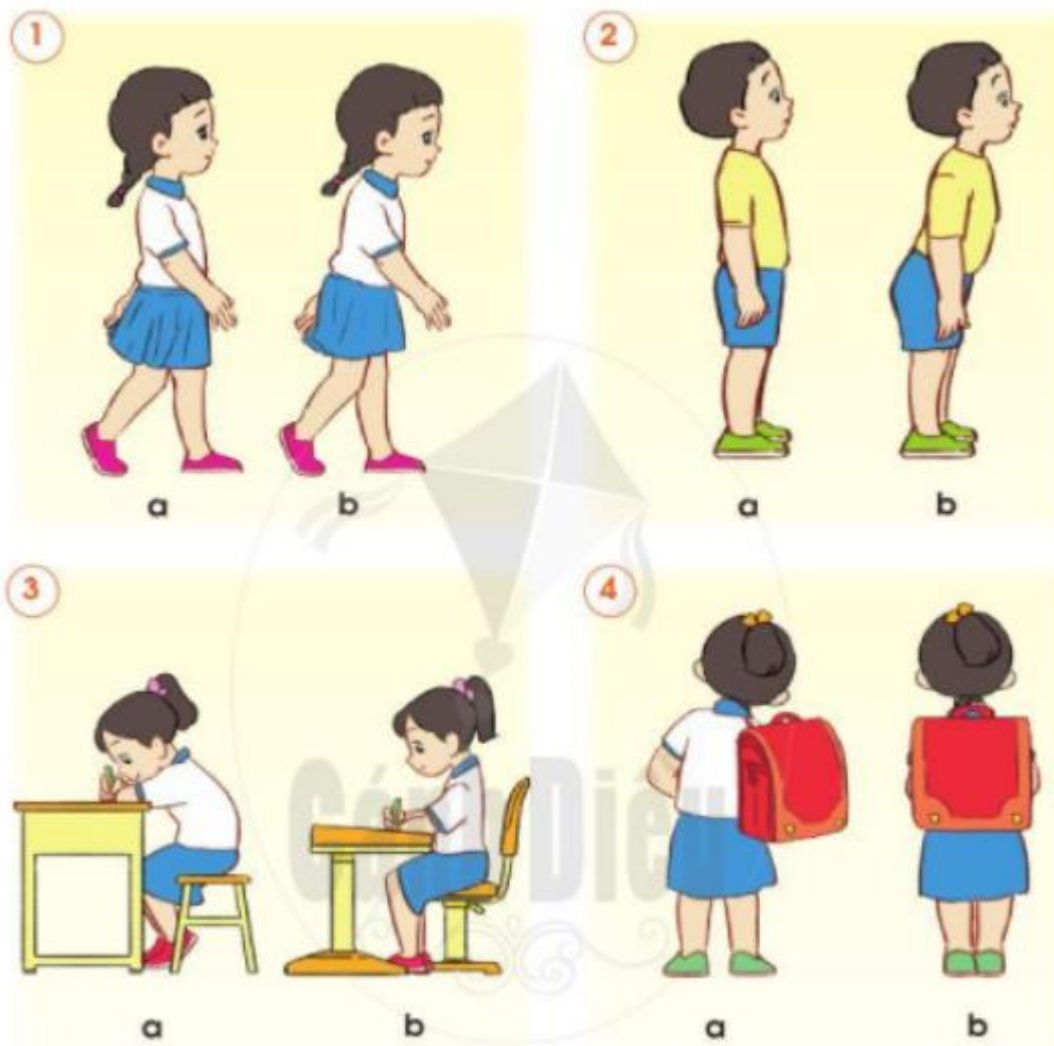
- Mời các bạn quan sát hình 2. Ở hình 2, cột sống của bạn nữ bị lệch, vẹo. Điều này khiến cho lưng của bạn bị cong vẹo và hai vai bạn mất cân bằng.

Một số nguyên nhân dẫn đến cong vẹo cột sống

Quan sát (trang 90)

Cách đi, đứng, ngồi và đeo cặp sách của bạn ở hình nào có thể dẫn đến cong vẹo cột sống?

Vì sao?



Trả lời:

Hình 1: Cách đi của bạn nữ hình b có thể dẫn đến cong vẹo cột sống vì bạn đi bị gù lưng.

Hình 2: Cách đứng của bạn nam hình b có thể dẫn đến cong vẹo cột sống vì bạn đứng không thẳng lưng.

Hình 3: Cách ngồi của bạn nữ hình a có thể dẫn đến cong vẹo cột sống vì bạn ngồi cúi thấp mặt xuống bàn.

Hình 4: Cách đeo cặp sách của bạn nữ hình a có thể dẫn đến cong vẹo cột sống vì bạn đeo cặp lệch sang một bên vai.

Trả lời câu hỏi hoặc thảo luận (trang 90)

Em cần rèn luyện thói quen đi, đứng, ngồi và đeo cặp sách như thế nào để phòng tránh cong vẹo cột sống?

Trả lời:

Để tránh cong vẹo cột sống, em cần rèn luyện thói quen:

- Đi và đứng thẳng lưng.
- Ngồi ngay ngắn, đúng tư thế.
- Đeo cặp sách cân bằng hai bên vai.

Đi, đứng, ngồi và đeo cặp sách đúng cách

Thực hành, xử lí tình huống (trang 91)

Câu 1 trang 91 SGK Tự nhiên và Xã hội lớp 2 Cánh diều

Tư thế đi và đứng

Em và các bạn cùng thực hiện đi, đứng đúng cách theo mẫu dưới đây.



Trả lời:

Học sinh thực hiện đi, đứng đúng theo mẫu.

Câu 2 trang 91 SGK Tự nhiên và Xã hội lớp 2 sách Cánh Diều

Tư thế ngồi học và đeo cặp sách

Em và các bạn cùng thực hiện ngồi học, đeo cặp sách đúng cách theo mẫu dưới đây.



Trả lời:

Học sinh thực hiện ngồi học, đeo cặp sách đúng theo mẫu.