

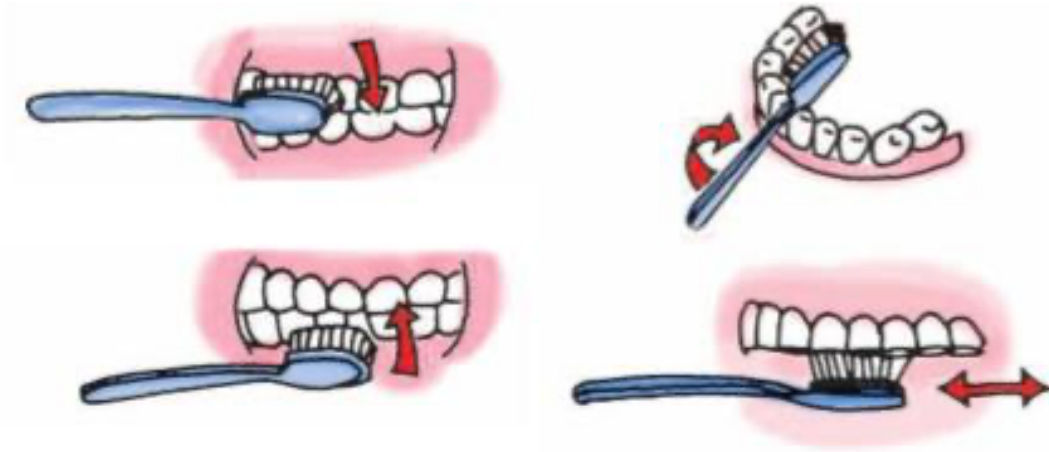
Nội dung bài viết

1. [Giải SGK Tự nhiên và Xã hội lớp 1 Bài 7: Thực hành: Đánh răng và rửa mặt](#)

*Giải SGK Tự nhiên và Xã hội lớp 1 Bài 7: Thực hành: Đánh răng và rửa mặt*

**Hoạt động:**







**Hoạt động 1:**

**Hoạt động liên hệ thực tế và trả lời câu hỏi: Nên đánh răng và rửa mắt vào những lúc nào?**

**Phương pháp giải:**

Quan sát bức tranh và các em nhớ lại hàng ngày chúng ta đánh răng vào lúc nào? Buổi sáng, buổi tối nhỉ?

**Lời giải chi tiết:**

Hàng ngày, chúng ta đánh răng 2 lần:

- Buổi sáng sau khi ngủ dậy.
- Buổi tối trước khi đi ngủ.

**Kiến thức cần nhớ:**

Hàng ngày, chúng ta nên đánh răng hai lần vào buổi sáng sau khi ngủ dậy và buổi tối trước khi đi ngủ để bảo vệ răng miệng luôn được sạch.

Các bước đánh răng như sau:

- Chuẩn bị cốc và nước.
- Lấy kem đánh răng vào bàn chải.
- Chải theo hướng từ trên xuống, từ dưới lên.
- Chải mắt ngoài, mắt trong và mắt nhai.
- Súc miệng kỹ và nhổ ra vài lần.
- Rửa mắt và rửa bàn chải cất vào nơi quy định.