

Nội dung bài viết

1. [Giải SGK Tự nhiên và Xã hội lớp 1 Bài 10 Ôn tập: Con người và sức khỏe](#)

*Giải SGK Tự nhiên và Xã hội lớp 1 Bài 10 Ôn tập: Con người và sức khỏe*

**Hoạt động 1:**

**Hoạt động liên hệ thực tế và trả lời câu hỏi: Muốn có sức khỏe tốt, bạn phải làm gì? Hãy kể các hoạt động hàng ngày của bạn?**



**Phương pháp giải:**

Quan sát bức tranh và nhớ lại hằng ngày em cần làm gì để có một sức khỏe tốt. Hai bức tranh đầu các bạn đang làm gì?. Bức tranh thứ ba có rất nhiều đồ ăn và thực phẩm trên bàn? Bức tranh thứ tư bạn nhỏ đang làm gì nhỉ?

**Lời giải chi tiết:**

- Để có một sức khỏe tốt con cần:
  - + Tập thể dục hàng ngày
  - + Vui chơi lành mạnh các trò chơi bổ ích: nhảy dây, đá cầu, bơi
  - + Ăn uống điều độ và đủ chất
  - + Vệ sinh cá nhân sạch sẽ
- Hằng ngày, em thường đi tập thể dục cùng với bố vào buổi sáng, ăn bữa sáng cùng với gia đình, vệ sinh thân thể và răng miệng mỗi ngày.

**Hoạt động 2:****Trò chơi học tập Trò chơi: “ Ai gọi tên các bộ phận cơ thể nhanh nhất”**

Con hãy quan sát các bộ phận trên cơ thể mình hoặc bạn bè để liệt kê các bộ phận cơ thể.

**Kiến thức cần nhớ:**

Muốn cho các bộ phận, các giác quan khỏe mạnh, các con phải biết bảo vệ giữ gìn thân thể sạch sẽ. Hằng ngày, các con phải giữ gìn vệ sinh chung các bộ phận trên cơ thể. Các con thực hiện tốt các hoạt động vui chơi lành mạnh.