

Tuần 2,3,4

Ngày soạn: 8/9/2023

Tiết 2,3,4:

BÀI 31: HỆ VẬN ĐỘNG Ở NGƯỜI**(Thời lượng 3 tiết)****I. MỤC TIÊU****1. Kiến thức**

- + Nêu được cấu tạo, chức năng và phân tích được sự phù hợp giữa cấu tạo với chức năng của hệ vận động.
- + Mô tả được cấu tạo sơ lược các cơ quan của hệ vận động. Liên hệ được kiến thức đôn bầy vào hệ vận động. Giải thích sự co cơ, khả năng chịu tải của xương.
- + Trình bày được một số bệnh, tật và bệnh học đường liên quan đến hệ vận động.
- + Nêu được biện pháp bảo vệ các cơ quan của hệ vận động và cách phòng chống bệnh.
- + Nêu được ý nghĩa của tập thể dục, thể thao và chọn phương pháp luyện tập thể thao phù hợp.
- *Đối với HS khuyết tật nghe, nói, trí tuệ: Biết được cơ thể di chuyển được nhờ có xương và cơ thịt) – hệ vận động.*

2. Về năng lực**2.1. Năng lực chung**

- **Tự chủ và tự học:** Tìm kiếm thông tin, đọc sách giáo khoa, quan sát tranh ảnh, sơ đồ để tìm hiểu về hệ vận động ở người.
- **Giao tiếp và hợp tác:** Thảo luận nhóm một cách có hiệu quả theo đúng yêu cầu của GV trong khi tìm hiểu về một số bệnh tật liên quan đến hệ vận động; ý nghĩa của việc rèn luyện thể dục thể thao; thực hành sơ cứu và băng bó người bị gãy xương, hợp tác đảm bảo các thành viên trong nhóm đều được tham gia và trình bày.
- **Giải quyết vấn đề và sáng tạo:** Thảo luận với các thành viên trong nhóm nhằm giải quyết các vấn đề trong bài học để hoàn thành nhiệm vụ học tập và thực hành.

2.2. Năng lực khoa học tự nhiên

- **Nhận thức khoa học tự nhiên:**

- + Nêu được cấu tạo, chức năng và phân tích được sự phù hợp giữa cấu tạo với chức năng của hệ vận động.
- + Mô tả được cấu tạo sơ lược các cơ quan của hệ vận động. Liên hệ được kiến thức đôn bẫy vào hệ vận động. Giải thích sự co cơ, khả năng chịu tải của xương.
- + Trình bày được một số bệnh, tật và bệnh học đường liên quan đến hệ vận động.
- + Nêu được biện pháp bảo vệ các cơ quan của hệ vận động và cách phòng chống bệnh.
- + Nêu được ý nghĩa của tập thể dục, thể thao và chọn phương pháp luyện tập thể thao phù hợp.
- **Tìm hiểu tự nhiên:** Quan sát hình ảnh, liên hệ với cơ thể mình để chỉ ra được vị trí các xương trên cơ thể. Thực hành sơ cứu và băng bó khi bị gãy xương. Tìm hiểu được tình hình mắc các bệnh về hệ vận động trong trường học và khu dân cư.
- **Vận dụng kiến thức, kỹ năng đã học:** Vận dụng hiểu biết về hệ vận động và bệnh học đường để bảo vệ bản thân, tuyên truyền và giúp đỡ người khác.

3. Về phẩm chất

- Chăm học, chịu khó tìm tòi tài liệu và thực hiện các nhiệm vụ cá nhân nhằm tìm hiểu về hệ vận động ở người.
- Có trách nhiệm trong hoạt động nhóm, chủ động nhận và thực hiện nhiệm vụ.
- Có ý thức bảo vệ, chăm sóc sức khỏe của bản thân và người thân trong gia đình.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

1. Giáo viên:

- SGK, SGV, SBT khoa học tự nhiên 8, kế hoạch bài dạy.
- Hình ảnh hoạt động mở đầu, hình ảnh một số xương và cơ của hệ vận động, tư thế co duỗi tay, một số bệnh, tật liên quan đến hệ vận động.
- Video sơ cứu và băng bó khi người khác bị gãy xương.
- Các dụng cụ cần chuẩn bị trong tiết thực hành sơ cứu và băng bó người bị gãy xương.

2. Học sinh:

- SGK, SBT khoa học tự nhiên 8.

- Đọc nghiên cứu và tìm hiểu trước bài ở nhà.

III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

1. Hoạt động 1: Mở đầu (7')

a) Mục tiêu:

- Giúp học sinh xác định được vấn đề cần học tập, tạo tâm thế hứng thú, sẵn sàng tìm hiểu kiến thức mới.

b) Nội dung:


- GV chiếu hình ảnh, đặt vấn đề, yêu cầu học sinh thực hiện thảo luận cặp đôi, đưa ra câu trả lời:

+ *Tại sao mỗi người lại có vóc dáng và kích thước khác nhau? Nhờ đâu mà cơ thể người có thể di chuyển, vận động?*

c) Sản phẩm:

- Các câu trả lời của HS (có thể đúng hoặc sai).

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung
<p>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ</p> <p>- GV chiếu hình ảnh minh họa về mỗi người có vóc dáng khác nhau.</p>  <p>Nêu vấn đề, yêu cầu học sinh hoạt động cặp đôi và trả lời câu hỏi:</p>	<p>- Các câu trả lời của HS:</p> <p>* <i>Gợi ý:</i></p> <p>- <i>Mỗi người có vóc dáng và kích thước khác nhau là do bộ xương tạo nên khung cơ thể khác nhau, giúp cơ thể có hình dạng nhất định.</i></p> <p>- <i>Cơ thể người có thể di chuyển, vận động là nhờ có cơ bám vào xương, khi cơ co hay giãn sẽ làm xương cử động, giúp cơ thể di chuyển và vận động.</i></p>

+ Tại sao mỗi người lại có vóc dáng và kích thước khác nhau? Nhờ đâu mà cơ thể người có thể di chuyển, vận động?

- HS tiếp nhận nhiệm vụ.

Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập

- Học sinh chú ý theo dõi, kết hợp kiến thức của bản thân, suy nghĩ và trả lời câu hỏi.

- GV quan sát, định hướng.

Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận

- GV gọi 2 – 3 HS trình bày câu trả lời.

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- GV nhận xét, ghi nhận các ý kiến của HS.

- GV chưa chốt kiến thức mà dẫn dắt vào bài học mới: Để giải thích câu hỏi này đầy đủ và chính xác, chúng ta cùng đi vào bài học ngày hôm nay.

2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới

Tiết 1

Hoạt động 2.1: Tìm hiểu về cấu tạo và chức năng của hệ vận động (37')

a) Mục tiêu:

- Nêu được cấu tạo, chức năng và phân tích được sự phù hợp giữa cấu tạo với chức năng của hệ vận động.

- Mô tả được cấu tạo sơ lược các cơ quan của hệ vận động. Liên hệ được kiến thức đôn bẫy vào hệ vận động. Giải thích sự co cơ, khả năng chịu tải của xương.

b) Nội dung:

- GV yêu cầu học sinh hoạt động cá nhân đọc thông tin mục I SGK trang 125, quan sát hình ảnh, thảo luận nhóm cặp đôi và trả lời các câu hỏi sau:

1. *Nêu cấu tạo của hệ vận động. Quan sát hình 31.1 SGK, phân loại các xương vào ba phần của bộ xương. Chỉ ra vị trí của các xương đó trên cơ thể của em.*

2. *Nêu chức năng của hệ vận động. Quan sát hình 31.2, liên hệ kiến thức về đòn bẩy, cho biết tay ở tư thế nào có khả năng chịu tải tốt hơn.*

c) Sản phẩm:

- Câu trả lời của HS.

1. *Hệ vận động ở người có cấu tạo gồm bộ xương và hệ cơ.*

Phân loại các xương vào 3 phần của bộ xương:

- *Xương đầu: Xương sọ não, xương sọ mặt.*

- *Xương thân: Xương ức, xương sườn, xương sống.*

- *Xương chi: Xương tay, xương chân.*



(HS tự chỉ ra vị trí của các xương trên cơ thể mình)

2. *Bộ xương tạo nên khung cơ thể, giúp cơ thể có hình dạng nhất định và bảo vệ cơ thể. Cơ bám vào xương, khi cơ co hay giãn sẽ làm xương cử động, giúp cơ thể di chuyển và vận động.*

- *Tay ở tư thế co có khả năng chịu tải tốt hơn, do khớp xương tạo kết nối kiểu đòn bẩy giữa các xương. Khớp xương tạo nên điểm tựa, sự co cơ tạo nên lực kéo, nhờ vậy xương có khả năng chịu tải cao khi vận động.*

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung kiến thức
<p>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</p> <p>- GV yêu cầu học sinh hoạt động cá nhân đọc thông tin mục I SGK trang 125, quan sát hình ảnh, thảo luận nhóm cặp đôi và trả lời các câu hỏi sau:</p> <p>1. <i>Nêu cấu tạo của hệ vận động. Quan sát hình 31.1 SGK, phân loại các xương vào ba phần của bộ xương. Chỉ ra vị trí của các xương đó trên cơ thể của em.</i></p>	<p>I. Cấu tạo và chức năng của hệ vận động</p> <p>1. Cấu tạo của hệ vận động</p> <p>- Hệ vận động ở người có cấu tạo gồm bộ xương và hệ cơ.</p> <p>- Xương được cấu tạo từ chất hữu cơ và chất khoáng. Bộ xương người trưởng thành chia làm ba phần:</p>

 <p>Hình 31.1 Một số xương và cơ của hệ vận động</p>	<p>xương đầu, xương thân, xương chi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cơ bám vào xương nhờ các mô liên kết như dây chằng, gân. <p>2. Chức năng của hệ vận động</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bộ xương tạo nên khung cơ thể, giúp cơ thể có hình dạng nhất định và bảo vệ cơ thể. Cơ bám vào xương, khi cơ co hay giãn sẽ làm xương cử động, giúp cơ thể di chuyển và vận động.
<p>2. Nêu chức năng của hệ vận động. Quan sát hình 31.2, liên hệ kiến thức về đòn bẩy, cho biết tay ở tư thế nào có khả năng chịu tải tốt hơn.</p>  <p>Hình 31.2 Tư thế co, duỗi tay</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - HS tiếp nhận nhiệm vụ. <p>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS quan sát hình ảnh, đọc thông tin, thảo luận và trả lời câu hỏi. - GV quan sát, định hướng, hỗ trợ HS nếu cần thiết. <p>Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV mời ngẫu nhiên HS báo cáo câu trả lời. - Các HS khác lắng nghe, nhận xét và bổ 	

<p>sung ý kiến.</p> <p>Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh nhận xét, bổ sung, đánh giá. - Giáo viên nhận xét, đánh giá và chốt nội dung về cấu tạo và chức năng của hệ vận động. - Giải quyết câu hỏi mở đầu. 	
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Tiết 2

Hoạt động 2.2: Tìm hiểu về một số bệnh, tật liên quan đến hệ vận động (23')

a) Mục tiêu:

- Trình bày được một số bệnh, tật và bệnh học đường liên quan đến hệ vận động.
- Nêu được biện pháp bảo vệ các cơ quan của hệ vận động và cách phòng chống bệnh.
- Tìm hiểu được tình hình mắc các bệnh về hệ vận động trong trường học và khu dân cư.

b) Nội dung:

- GV chia lớp thành 4 nhóm, yêu cầu HS quan sát hình ảnh, đọc thông tin SGK và dựa vào kiến thức thực tế, hoạt động nhóm để tìm hiểu về một số bệnh, tật liên quan đến hệ vận động.

+ *Nhóm 1,2: Tìm hiểu về tật cong vẹo cột sống. Tìm hiểu trong lớp có bao nhiêu bạn mắc tật cong vẹo cột sống.*



+ *Nhóm 3, 4: Tìm hiểu về bệnh loãng xương. Quan sát hình 31.4 và dự đoán xương nào bị giòn, dễ gãy. Từ đó nêu tác hại của bệnh loãng xương.*

- GV giao nhiệm vụ về nhà cho HS: *Tìm hiểu các bệnh về hệ vận động (nguyên nhân, số lượng người mắc) trong trường học và khu dân cư; đề xuất và tuyên truyền biện pháp phòng bệnh, bảo vệ hệ vận động.*

c) Sản phẩm:

- Phần trình bày hoạt động nhóm của HS.

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung kiến thức
<p>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</p> <p>- GV chia lớp thành 4 nhóm, yêu cầu HS quan sát hình ảnh, đọc thông tin SGK và dựa vào kiến thức thực tế, hoạt động nhóm để tìm hiểu về một số bệnh, tật liên quan đến hệ vận động.</p> <p>+ <i>Nhóm 1,2: Tìm hiểu về tật cong vẹo cột sống. Tìm hiểu trong lớp có bao nhiêu bạn mắc tật cong vẹo cột sống.</i></p>  <p>Hình 31.3 Cột sống bình thường (a) cột sống cong vẹo (b)</p> <p>+ <i>Nhóm 3, 4: Tìm hiểu về bệnh loãng xương. Quan sát hình 31.4 và dự đoán xương nào bị giòn, dễ gãy. Từ đó nêu tác hại của bệnh loãng xương.</i></p>  <p>Hình 31.4 Xương của người bình thường (a) và của người mắc bệnh loãng xương (b)</p> <p>- GV giao nhiệm vụ về nhà cho HS và báo cáo vào tiết học sau: <i>Tìm hiểu các bệnh về hệ vận động</i></p>	<p>II. Một số bệnh, tật liên quan đến hệ vận động</p> <p>1. Tật cong vẹo cột sống</p> <p>- Tật cong vẹo cột sống là tình trạng cột sống không giữ được trạng thái bình thường, các đốt sống bị xoay lệch về một bên, cong quá mức, cong quá mức về phía trước hay phía sau.</p> <p>- Cong vẹo cột sống có thể do tư thế hoạt động không đúng trong thời gian dài, mang vác vật nặng thường xuyên, do tai nạn hay còi xương.</p> <p>2. Bệnh loãng xương</p> <p>- Cơ thể thiếu calcium và phosphorus sẽ thiếu nguyên liệu để kiến tạo xương nên mật độ chất khoáng trong xương thưa dần, dẫn đến bệnh loãng xương.</p> <p>- Bệnh này thường gặp ở người cao tuổi. Khi bị chấn thương, người mắc bệnh loãng xương có nguy cơ gãy xương cao hơn người không mắc bệnh.</p>

(nguyên nhân, số lượng người mắc) trong trường học và khu dân cư; đề xuất và tuyên truyền biện pháp phòng bệnh, bảo vệ hệ vận động.

- HS tiếp nhận nhiệm vụ.

Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập

- HS hoạt động nhóm, thực hiện nhiệm vụ học tập.

- HS về nhà thực hiện nhiệm vụ.

Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận

- GV đại diện các nhóm trình bày phần tìm hiểu của nhóm.

- Các nhóm khác lắng nghe, nhận xét, góp ý và đặt câu hỏi nếu có.

- HS báo cáo bài tập về nhà vào tiết sau.

Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ

- Học sinh nhận xét, bổ sung, đánh giá.

- Giáo viên nhận xét, đánh giá và chốt nội dung về một số bệnh, tật liên quan đến hệ vận động.

Hoạt động 2.3: Tìm hiểu về ý nghĩa của tập thể dục, thể thao (15')

a) Mục tiêu:

- Nêu được ý nghĩa của tập thể dục, thể thao và chọn phương pháp luyện tập thể thao phù hợp.

b) Nội dung:

- GV yêu cầu HS đọc thông tin SGK và dựa vào kiến thức thực tế để nêu ý nghĩa của luyện tập thể dục, thể thao.

c) Sản phẩm:

- Các câu trả lời của HS.

Tập thể dục thể thao có vai trò kích thích tăng chiều dài và chu vi của xương, cơ bắp nở nang và rắn chắc, tăng cường sự dẻo dai của cơ thể.

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung kiến thức
<p>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV yêu cầu HS đọc thông tin SGK và dựa vào kiến thức thực tế để nêu ý nghĩa của luyện tập thể dục, thể thao. + Ở nhà, em đã và đang luyện tập bộ môn thể dục, thể thao nào? - HS tiếp nhận nhiệm vụ. <p>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS hoạt động nhóm, thực hiện nhiệm vụ học tập. - GV quan sát và hỗ trợ HS nếu cần thiết. <p>Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV đại diện các nhóm trình bày phân tích tìm hiểu của nhóm. - Các nhóm khác lắng nghe, nhận xét, góp ý và đặt câu hỏi nếu có. <p>Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh nhận xét, bổ sung, đánh giá. - Giáo viên nhận xét, đánh giá và chốt nội dung về ý nghĩa của tập thể dục, thể thao. 	<p>III. Ý nghĩa của tập thể dục, thể thao</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tập thể dục thể thao có vai trò kích thích tăng chiều dài và chu vi của xương, cơ bắp nở nang và rắn chắc, tăng cường sự dẻo dai của cơ thể.

Tiết 3**Hoạt động 2.4: Thực hành: Sơ cứu và băng bó khi người khác bị gãy xương (35')****a) Mục tiêu:**

- Thực hiện được sơ cứu và băng bó khi người khác bị gãy xương.

b) Nội dung:

- GV đưa ra câu hỏi dẫn dắt:

1. Những nguyên nhân nào có thể dẫn đến gãy xương? Khi bị gãy xương chúng ta cần phải làm gì?

- GV yêu cầu HS tìm hiểu các dụng cụ cần chuẩn bị và các bước tiến hành sơ cứu và băng bó người bị gãy xương.

- GV yêu cầu HS quan sát chiếu video hướng dẫn sơ cứu hoặc GV thực hiện sơ cứu trực tiếp. Chia lớp thành 4 – 6 nhóm nhỏ, mỗi nhóm có 1 HS đóng vai người bị thương, 1 HS hỗ trợ, 1 HS thực hiện sơ cứu. Thực hiện theo vòng tròn.

- HS thực hành, sau đó thảo luận trả lời câu hỏi.

c) Sản phẩm:

- Các câu trả lời của HS:

1. Có nhiều nguyên nhân dẫn đến gãy xương như tai nạn giao thông, tai nạn thể thao,... Khi bị gãy xương cần phải thực hiện sơ cứu đúng cách, không nên nắn bóp bừa bãi.

2. Khi thực hiện buộc cố định nẹp cần lưu ý:

- Chiều dài nẹp dùng để cố định xương gãy phải đủ dài để bắt động các khớp trên và dưới ổ gãy.

- Lót bông/ gạc y tế hoặc miếng vải sạch phía trong nẹp trước khi buộc.

- Dây cố định nẹp phải buộc ở vị trí trên và dưới chỗ gãy, khớp trên và dưới chỗ gãy.

3. Những dụng cụ có thể sử dụng tương tự nẹp và dây vải rộng bản trong điều kiện thực tế khi sơ cứu và băng bó người khác bị gãy xương là:

+ Thước, thanh gỗ, thanh tre, ... có chiều dài phù hợp, là các dụng cụ có thể sử dụng tương tự nẹp.

+ Vải hoặc quần áo sạch có thể sử dụng tương tự như dây vải bản rộng.

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung kiến thức
<i>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</i>	IV. Thực hành: Sơ cứu và băng bó khi

<p>- GV đưa ra câu hỏi dẫn dắt:</p> <p>1. <i>Những nguyên nhân nào có thể dẫn đến gãy xương? Khi bị gãy xương chúng ta cần phải làm gì?</i></p> <p>- GV yêu cầu HS tìm hiểu các dụng cụ cần chuẩn bị và các bước tiến hành sơ cứu và băng bó người bị gãy xương.</p> <p>- GV yêu cầu HS quan sát chiếu video hướng dẫn sơ cứu hoặc GV thực hiện sơ cứu trực tiếp. Chia lớp thành 4 – 6 nhóm nhỏ, mỗi nhóm có 1 HS đóng vai người bị thương, 1 HS hỗ trợ, 1 HS thực hiện sơ cứu. Thực hiện theo vòng tròn.</p> <p>- Sau đó trả lời các câu hỏi:</p> <p>2. <i>Khi thực hiện buộc cố định nẹp cần lưu ý những điều gì?</i></p> <p>3. <i>Có thể sử dụng những dụng cụ nào tương tự nẹp và dây vải rộng bản trong điều kiện thực tế khi sơ cứu và băng bó người khác bị gãy xương?</i></p> <p>- HS tiếp nhận nhiệm vụ.</p> <p>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <p>- HS trả lời câu hỏi.</p> <p>- HS hoạt động nhóm, thực hành theo hướng dẫn của GV.</p> <p>- GV quản lí HS, hỗ trợ HS trong quá trình thực hành.</p> <p>Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận</p> <p>- GV đại diện các nhóm trình bày phần tìm hiểu của nhóm.</p>	<p>người khác bị gãy xương</p> <p>Cách tiến hành</p> <p>a) Sơ cứu gãy xương cẳng tay</p> <p>Bước 1: Đặt tay bị gãy vào sát thân nạn nhân.</p> <p>Bước 2: Đặt hai nẹp vào hai phía của cẳng tay, nẹp dài từ khuỷu tay tới cổ tay, đồng thời lót bông/ gạc y tế hoặc miếng vải sạch vào phía trong nẹp.</p> <p>Bước 3: Dùng dây vải rộng bản/ băng y tế buộc cố định nẹp.</p> <p>Bước 4: Dùng khăn vải làm dây đeo vào cổ để đỡ cẳng tay treo trước ngực, cẳng tay vuông góc với cánh tay.</p> <p>b) Sơ cứu gãy xương chân</p> <p>Bước 1: Đặt nạn nhân nằm trên mặt phẳng, duỗi chân thẳng, bàn chân vuông góc với cẳng chân.</p> <p>Bước 2: Dùng hai nẹp đặt phía trong và ngoài của chân bị gãy, đồng thời lót bông hoặc miếng vải sạch ở vị trí tiếp giáp giữa chân và nẹp.</p> <p>Bước 3: Dùng dây vải rộng bản/ băng y tế buộc cố định hai nẹp với nhau ở các vị trí trên và dưới vùng gãy để cố định chỗ chân bị gãy.</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>- Các nhóm nhận xét về kết quả băng bó của nhóm mình và các nhóm khác.</p> <p>Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ</p> <p>- Học sinh nhận xét, bổ sung, đánh giá.</p> <p>- Giáo viên nhận xét, đánh giá.</p>	
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

3. Hoạt động 3: Luyện tập (10')

a) Mục tiêu:

- Cung cố cho HS kiến thức về hệ vận động ở người, khắc sâu mục tiêu bài học.

b) Nội dung:

- GV tổ chức trò chơi “nhanh như chớp”, yêu cầu HS trả lời một số câu hỏi trắc nghiệm sau:

1. Hệ vận động ở người có cấu tạo gồm

- | | |
|-----------------------|-----------------------------|
| A. cơ đầu và cơ thân. | B. xương thân và xương chi. |
| C. bộ xương và hệ cơ. | D. xương thân và hệ cơ. |

2. Chất nào trong xương có vai trò làm xương bền chắc?

- | | |
|------------------|------------------|
| A. Chất hữu cơ. | B. Chất khoáng. |
| C. Chất vitamin. | D. Chất hóa học. |

3. Xương sườn thuộc phần nào của bộ xương?

- | | |
|----------------|----------------|
| A. Xương đầu. | B. Xương chi. |
| C. Xương thân. | D. Xương bụng. |

4. Nguyên nhân nào dưới đây thường gây bệnh loãng xương?

- A. Tư thế hoạt động không đúng cách trong thời gian ngắn.
- B. Cơ thể thiếu calcium và phosphorus.
- C. Do tai nạn giao thông.
- D. Cơ thể thiếu cholesterol và vitamin.

5. Để cơ và xương phát triển tốt cần

A. có một chế độ dinh dưỡng hợp lí.
thao.

B. không nên tập thể dục thể

C. lao động quá sức.

D. ngủ nhiều.

c) Sản phẩm:

- Các câu trả lời của HS.

1. C	2. B	3. C	4. B	5. D
------	------	------	------	------

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung
<p>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</p> <p>- GV tổ chức trò chơi “nhanh như chớp”, yêu cầu HS trả lời một số câu hỏi trắc nghiệm. HS nào nhanh tay và trả lời đúng sẽ được tuyên dương hoặc nhận quà.</p> <p>- HS tiếp nhận nhiệm vụ.</p> <p>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <p>- HS thực hiện theo yêu cầu của GV.</p> <p>Bước 3: Báo cáo kết quả</p> <p>- GV mời HS xung phong trả lời.</p> <p>- Các HS còn lại lắng nghe, nhận xét.</p> <p>Bước 4: Kết luận, đánh giá</p> <p>- GV nhận xét, đánh giá và khái quát kiến thức bài học. Ghi điểm cho HS có câu trả lời đúng, đồng thời khích lệ HS còn chậm tiến bộ.</p>	<p>- Các câu trả lời của HS.</p>

4. Hoạt động 4: Vận dụng (8')

a) Mục tiêu:

- Vận dụng hiểu biết về hệ vận động và bệnh học đường để bảo vệ bản thân, tuyên truyền và giúp đỡ người khác.

b) Nội dung:

- Dựa vào kiến thức đã học về hệ vận động, hoạt động cá nhân và trả lời câu hỏi sau:

1. Lựa chọn phương pháp luyện tập thể dục, thể thao phù hợp với lứa tuổi.

c) Sản phẩm:

- Các câu trả lời của HS.

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung
<p>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</p> <p>- Dựa vào kiến thức đã học về hệ vận động, hoạt động cá nhân và trả lời câu hỏi sau. (<i>Nếu không còn thời gian GV có thể giao về nhà và yêu cầu HS trình bày vào tiết sau</i>).</p> <p>1. Lựa chọn phương pháp luyện tập thể dục, thể thao phù hợp với lứa tuổi.</p> <p>- HS tiếp nhận nhiệm vụ học tập.</p> <p>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</p> <p>- HS thực hiện cá nhân và trả lời câu hỏi (<i>Nếu không đủ thời gian, GV sẽ giao về nhà</i>).</p> <p>Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận</p> <p>- GV mời một số HS đưa ra câu trả lời.</p> <p>Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ</p> <p>- GV nhận xét, góp ý và kết thúc bài học.</p>	<p>- Các câu trả lời của HS.</p>

*Rút kinh nghiệm

.....

.....