

Thứ Năm, ngày 03 tháng 10 năm 2024  
**KĨ NĂNG SỐNG GAIA**  
**PHÒNG TRÁNH VÀ ỨNG PHÓ KHI GẶP THIÊN TAI (TIẾT 1)**

**1. Mục tiêu bài học**

*1.1. Kiến thức:*

- HS nêu được nguyên nhân và hậu quả các hiện tượng thiên tai.
- HS ghi nhớ được các cách để phòng tránh, thoát nạn khi gặp thiên tai.

*1.2. Kỹ năng:*

- HS hình thành kỹ năng tự bảo vệ bản thân

*1.3. Thái độ:*

- HS có ý thức cảnh giác, đề phòng và ứng phó với thiên tai.
- Có thái độ tích cực mong muốn bảo vệ môi trường.

**2. Phương pháp và kĩ thuật giảng dạy**

- Vấn đáp
- Thảo luận nhóm
- Trò chơi
- Phân tích video

**3. Bộ cục giảng dạy**

Tiết	Bước	Mục tiêu	Hoạt động	Thời gian	Phương tiện
1	<b>Khởi động</b>	Dẫn dắt vào bài học.	Trò chơi: Trời, đất, nước.	05 phút	
	<b>Khám phá</b>	Tìm hiểu về thiên tai là gì	Chiếu phim Thiên Tai	05 phút	
		Tìm hiểu về các loại hình thiên tai.	Chọn 1 trong 2 hoạt động - Trò chơi: Tôi là ai - Trò chơi: Ô chữ thiên tai.	10 phút	
	<b>Thực hành</b>	Xác định những nơi nguy hiểm.	- Vẽ tranh thiên tai - Vẽ tranh sơ đồ nguy hiểm.	15 phút	
	<b>Ứng dụng thực tiễn</b>	Nhắc nhở HS	Dặn dò	05 phút	

**4. Bài giảng chi tiết:**

<b>TIẾT 1</b>	
<b>1. Khởi động</b>	
➤ <b>Mục tiêu:</b> Tạo không khí lớp học và dẫn dắt vào bài học	
➤ <b>Cách tiến hành</b> Trò chơi: Trời đất nước	
- GV cho HS đứng dậy cùng tham gia trò chơi.	
- Quản trò hô to “Trời” thì người chơi phải hô “chim” kèm hành động đập cánh tay mô phỏng hành động bay. Quản trò hô: “Đất” thì người chơi phải	

hồ “cây” kèm hành động hai tay giơ cao qua lại mô phỏng hình cây rung. Quản trò hô: “Nước” thì người chơi phải hô “cá” kèm hành động khua tay mô phỏng hành động bơi lội.

- Ngược lại quản trò nói “Chim” thì người được chỉ phải nói là “Trời”... Cứ như thế, nhanh dần tốc độ của trò chơi.
- Lưu ý: Không nói theo đúng quy định hoặc đến lượt mà trả lời chậm thì bị thua.
- 

## 2. Khám phá

- **Mục tiêu:** HS tập nhận biết các loại hình thiên tai và nguyên nhân của nó.
- **Cách tiến hành:** Trò chơi: Gọi tên thiên tai
- GV hỏi đáp với HS: Theo các em thiên tai là gì?

### 2.1. Chiếu phim Thiên tai

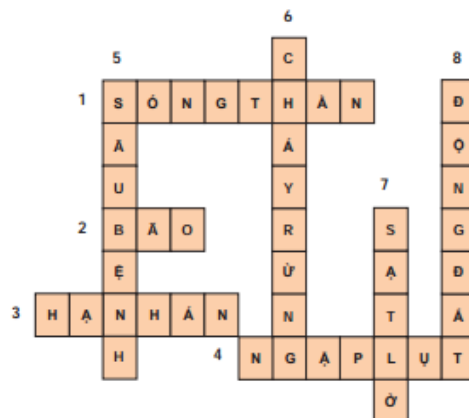
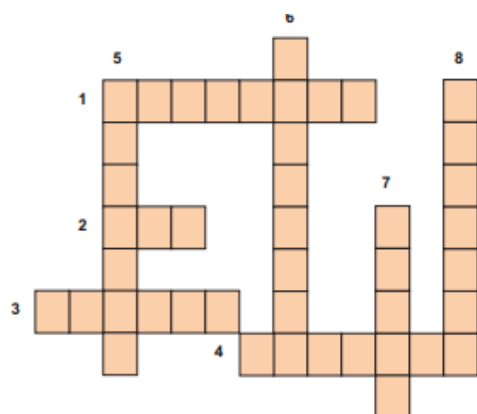
- GV cho HS phim Xã thuận do các HS nơi đây thực hiện.
- <https://www.youtube.com/watch?v=AcycY3VAXCs>
- GV vấn đáp: Cảm nhận của em sau khi xem?
  - + Trong phim các bạn học sinh đã nêu lên những hiện tượng thiên nhiên nào?
  - + Có những thay đổi gì về các hiện tượng thiên nhiên đó?

### 2.2. Tìm hiểu về các loại hình thiên tai: Chọn 1 trong 2 hoạt động

#### • Trò chơi: Tôi là ai

- Lớp được chia thành các nhóm
- Mỗi nhóm sẽ chọn ra 1 bạn đại diện tham gia trò chơi
- Bạn ấy sẽ nhận được các thẻ về thiên tai, sau đó diễn tả lại bằng lời nói và hành động cho các bạn bên dưới đoán đó là tên của loại hình thiên tai nào.
- Lưu ý HS không được dùng các từ có tên của thiên tai/nhân tai đó, kể cả bằng tiếng nước ngoài.
- Thiên tai ghi vào phiếu:
  - + + Động đất
  - + + Núi lửa
  - + + Lũ quét
  - + + Động đất
  - + + Bão
  - + + Sóng thần
- **GV chốt:** Thiên tai là hiệu ứng của một tai biến tự nhiên (ví dụ lũ lụt, bão) phun trào núi lửa, động đất, hay lở đất, lũ lụt) có thể ảnh hưởng tới môi trường và dẫn tới những thiệt hại về tài chính, môi trường hay con người.
- **Ô chữ thiên tai**
- GV chia lớp thành các nhóm
- HS đọc các gợi ý kèm ô chữ và đoán xem ô chữ nói về loại hình thiên tai nào.
- Nhóm nào đoán được nhiều nhất thì sẽ giành chiến thắng.

## Đáp án



### Ngang:

1. Hiện tượng thiên tai xuất hiện ở vùng ven biển, có thể xảy ra sau những trận động đất mạnh hoặc núi lửa phun dưới đáy biển, có sức tàn phá một vùng rộng lớn.
2. Hiện tượng mưa to kèm theo gió mạnh, có thể gây nên ngập nước ở một vùng rộng lớn. (Xem video\_ áp thấp nhiệt đới – bão)
3. Hiện tượng thiếu nước trong thời gian dài khiến đất đai khô cằn, nứt nẻ
4. Hiện tượng nước dâng cao, tràn vào nhà và nhấn chìm mọi vật.

### Dọc

5. Các loài sinh vật khiến cây trồng không phát triển được và chết
6. Lửa bùng phát do hoạt động của con người hoặc do nắng nóng kéo dài ở một nơi có nhiều cây
7. Hiện tượng đất đất chuyển động rất nhanh từ các sườn dốc ở khu vực đồi núi
8. Hiện tượng mặt đất rung chuyển, có thể làm đổ đạc trong nhà lắc lư.

## 3. Thực hành

➤ **Mục tiêu:** HS trình bày về hậu quả của thiên tai

➤ **Cách tiến hành:** Lựa chọn 1 trong 2 hoạt động:

● **Vẽ tranh thiên tai**

- Lớp được chia thành nhiều nhóm. Mỗi nhóm sẽ vẽ 1 loại hình thiên tai và nêu hậu quả của nó đến con người và kinh tế.
- GV cho HS thuyết trình về loại hình thiên tai mà mình chọn vẽ.
- HS nêu cảm nhận của mình về thiên tai.

● **Vẽ sơ đồ nguy hiểm**

- Lớp được chia thành các nhóm. Mỗi nhóm nhận giấy và màu vẽ.
- GV cho HS các nhóm vẽ sơ đồ ngôi trường và đánh dấu ✖ hoặc tô màu ⚠ ở những nơi không an toàn nếu có thiên tai ập đến. HS đánh dấu ✓ hoặc tô màu xanh ở những nơi có thể trú ẩn an toàn.
- HS trình bày trước lớp và giải thích vì sao.

**Gợi ý:** Những nơi an toàn trong trường học có thể trú ẩn được thường là: Phòng học vững chắc, kiên cố, tường nhà không xiêu vẹo, bong tróc, trần nhà chắc chắn không dột, đường dây điện bọc kín, đi âm tường an toàn.

Những nơi không an toàn để trú ẩn trong trường học như: Dưới bóng cây, trụ điện, cột cờ, nhà giữ xe, căn tin, nhà vệ sinh.

#### 4. Ứng dụng thực tiễn

➤ **Mục tiêu:** GV dặn dò HS nắm các đặc điểm của từng loại thiên tai.

➤ **Cách tiến hành:** GV dặn dò HS.

- Các em hãy về nhà vẽ sơ đồ nguy hiểm và sơ đồ thoát hiểm nhà mình để sử dụng khi gặp trường hợp khẩn cấp.
- GV cho HS trả lời các câu hỏi trắc nghiệm sau:

##### 1. Loại hình thiên tai nào thường xuyên xảy ra ở Việt Nam

- A. Bão tuyết
- B. Áp thấp nhiệt đới
- C. Sóng thần
- D. Núi lửa phun trào

##### 2. Trong những hiện tượng thiên tai sau, hiện tượng nào xảy ra bất ngờ, rất nhanh và ít có khả năng dự đoán trước được.

- A. Bão
- B. Lũ quét, lốc
- C. Hạn hán
- D. Lũ sông

##### 3. Mùa bão ở Việt Nam diễn ra trong khoảng thời gian nào dưới đây

- A. Từ tháng 11 đến hết tháng 4
- B. Từ cuối tháng 5 đến hết tháng 11
- C. Từ tháng 11 năm trước đến hết tháng 4 năm sau
- D. Từ tháng 12 năm trước đến tháng 3 năm sau

Mùa bão Đại Tây Dương là từ đầu tháng 6 đến hết tháng 11. Mùa bão Thái Bình Dương là từ giữa tháng 5 đến hết tháng 11. Việt Nam chịu tác động khu vực bão Thái Bình Dương. (Nguồn: <http://www/nhc.noaa.gov/>)

##### 4. Sự chuyển động của vỏ Trái Đất thường liên quan đến loại hình thiên tai nào?

- A. Động đất
- B. Bão
- C. Lũ lụt
- D. Lốc xoáy

Động đất, hay địa chấn là một sự rung chuyển hay chuyển động lung lay của mặt đất. Động đất thường là kết quả của sự chuyển động của các tầng địa chất hay những bộ phận đứt gãy trên vỏ của Trái Đất. (Wikipedia)

##### 5. Sức gió mạnh nhất đạt từ cấp mấy trở lên thì được gọi là bão?

- A. 6
- B. 7
- C. 8
- D. 9

##### 6. Lũ ở Việt Nam có thể hình thành do các điều kiện nào dưới đây:

- A. Mưa lớn trên đầu nguồn.

- B. Vỡ hồ, đập nước
- C. Nước biển dâng
- D. **Tất cả các phương án trên**

**Nguồn: Sách Giới thiệu về phòng ngừa thảm họa cho học sinh TH**

- 6. Chặt phá cây rừng có thể dẫn đến những hiện tượng thiên tai nào?**
- A. Sạt lở đất
  - B. Hạn hán
  - C. Lũ lụt
  - D. **Tất cả các phương án trên**

**Nguồn: Sách “Giới thiệu về phòng ngừa thảm họa cho học sinh tiểu học”**

- 7. Sấm sét chỉ đáng sợ chứ không hề nguy hiểm?**
- A. Đúng
  - B. **Sai**
- 8. Hoàn thành câu tục ngữ sau: “Tháng bảy heo may, chuồn chuồn bay thì...”**
- A. **Bão**
  - B. Mưa
  - C. Gió
  - D. Đông
- 9. Tìm hiểu về các hiện tượng thiên nhiên sẽ giúp tăng cường điều gì?**
- A. Thiệt hại
  - B. **Khả năng ứng phó**
  - C. Sợ hãi thiên tai
  - D. Rủi ro thiên tai

### **Chú thích định nghĩa:**

- **Đông:** (danh từ) biến động mạnh của thời tiết biểu hiện bằng hiện tượng phóng điện giữa các đám mây lớn, thường có gió to, sấm sét, mưa rào, đôi khi có cầu vồng.
- **Giông:** (Tính từ) có thể sẽ gặp phải điều không hay về sau, do đầu năm hay sáng sớm đã gặp hay làm phải điều coi là dở, theo tín ngưỡng dân gian.

Theo: <https://vi.wikipedia.org/wiki/D%C3%B4ng>

PHỤ LỤC BÀI TẬP VỀ NHÀ

**CHỌN ĐÁP ÁN ĐÚNG NHẤT**

**1. Loại hình thiên tai nào thường xuyên xảy ra ở Việt Nam**

- A. Bão tuyết  
B. Áp thấp nhiệt đới  
C. Sóng thần  
D. Núi lửa phun trào

**2. Trong những hiện tượng thiên tai sau, hiện tượng nào xảy ra bất ngờ, rất nhanh và ít có khả năng dự đoán trước được.**

- A. Bão  
B. Lũ quét, lốc  
C. Hạn hán  
D. Lũ sông

**3. Mùa bão ở Việt Nam diễn ra trong khoảng thời gian nào dưới đây.**

- A. Từ tháng 11 đến hết tháng 4  
B. Từ cuối tháng 5 đến hết tháng 11  
C. Từ tháng 11 năm trước đến hết tháng 4 năm sau  
D. Từ tháng 12 năm trước đến tháng 3 năm sau

**4. Sự chuyển động của vỏ Trái Đất thường liên quan đến loại hình thiên tai nào?**

- A. Động đất  
B. Bão  
C. Lũ lụt  
D. Lốc xoáy

**5. Sức gió mạnh nhất đạt từ cấp mấy trở lên thì được gọi là bão?**

- A. 6  
B. 7  
C. 8  
D. 9

**6. Lũ ở Việt Nam có s thể hình thành do các điều kiện nào dưới đây:**

- A. Mưa lớn trên đầu nguông  
B. Vỡ hồ, đập nước  
C. Nước biển dâng  
D. Tất cả các phương án trên

**7. Chặt phá cây rừng có thể dẫn đến những hiện tượng thiên tai nào?**

- A. Sạt lở đất  
B. Hạn hán  
C. Lũ lụt  
D. Tất cả các phương án trên

**8. Sấm sét chỉ đáng sợ chứ không hề nguy hiểm?**

- A. Đúng  
B. Sai

**9. Hoàn thành câu tục ngữ sau: Tháng bảy heo may, chuồn chuồn bay thì..."**

- A. Bão  
B. Mưa  
C. Gió  
D. Đông

**10. Tìm hiểu về các hiện tượng thiên nhiên sẽ giúp tăng cường điều gì?**

- a. Thiệt hại  
b. Khả năng ứng phó  
c. Sợ hãi thiên tai  
d. Rủi ro thiên tai

Thứ Năm, ngày 10 tháng 10 năm 2024

**KĨ NĂNG SỐNG GAIA**  
**PHÒNG TRÁNH VÀ ỨNG PHÓ KHI GẶP THIÊN TAI (TIẾT 2)**

**1. Mục tiêu bài học**

*1.1. Kiến thức:*

- HS nêu được nguyên nhân và hậu quả các hiện tượng thiên tai.
- HS tìm hiểu về biến đổi khí hậu và cách phòng chống biến đổi khí hậu.
- HS ghi nhớ được các cách để phòng tránh, thoát nạn khi gặp thiên tai.

*1.2. Kỹ năng:*

- HS hình thành kỹ năng tự bảo vệ bản thân.
- Thực hành phòng chống BDKH.

*1.3. Thái độ:*

- HS có ý thức cảnh giác, đề phòng và ứng phó với thiên tai.
- Có thái độ tích cực mong muốn bảo vệ môi trường.

**2. Phương pháp và kĩ thuật giảng dạy**

- Vấn đáp
- Thảo luận nhóm
- Trò chơi
- Phân tích video

**3. Bộ cục giảng dạy**

Tiết	Bước	Mục tiêu	Hoạt động	Thời gian	Phương tiện	
2	<b>Khởi động</b>	Dẫn dắt vào bài học.	Chọn 1 trong trong số các hoạt động: - Hát múa Em vẽ môi trường màu xanh - Trò chơi: Thuyền trưởng đến.	05 phút		
	<b>Khám phá</b>	Phân biệt thời tiết và khí hậu.	Bài tập điền từ.	05 phút		
		Tìm hiểu về biến đổi khí hậu.	Hỏi đáp Hoạt động truy tìm thủ phạm gây hiệu ứng nhà kính.	05 phút		
		Ứng phó với biến đổi khí hậu.	Xem video	05 phút		
	<b>Thực hành</b>	Giải quyết tình huống	Sắm vai xử lý tình huống.	Vẽ tranh tuyên truyền về biến đổi khí hậu.	10 phút	
<b>Ứng dụng thực tiễn</b>	Dặn dò HS	Bài tập về nhà	05 phút			

#### 4. Bài giảng chi tiết:

### TIẾT 2

#### 1. Khởi động

- **Mục tiêu:** Tạo không khí lớp học và dẫn dắt vào bài học
- **Cách tiến hành: Lựa chọn 1 trong 2 hoạt động:**
  - **Hát múa: Em vẽ môi trường màu xanh**
    - HS hát múa bài hát Em vẽ môi trường màu xanh
  - **Trò chơi: Thuyền trưởng đến**
    - GV cho HS đứng dậy cùng tham gia trò chơi
    - Khi quản trò hô: Thuyền trưởng đến HS giơ tay chào
    - Khi quản trò hô: “Sóng xô mạn phải”: thì HS nhảy sang phải 1 bước
    - Khi quản trò hô: “Sóng xô mạn trái”: thì HS nhảy sang trái 1 bước
    - Khi quản trò hô: “Nước tràn vào tàu” thì ngồi xuống. Nếu ai làm sai hoặc chậm thì sẽ phải ra khỏi hàng.

#### 2. Khám phá

- **Mục tiêu:** HS tìm hiểu về biến đổi khí hậu và cách ứng phó với biến đổi khí hậu
- **Cách tiến hành: Hỏi đáp, Trò chơi:**

##### 2.1. Phân biệt thời tiết và khí hậu

- **Bài tập: Điền từ**
  - GV phát cho mỗi nhóm 1 phiếu bài tập.
  - HS hãy điền từ “thời tiết” và “khí hậu” vào chỗ trống

a..... hôm nay nắng

b. Việt Nam là nước có ..... nhiệt đới

c. Nói “miền Nam có hai mùa là mùa mưa và mùa khô, còn miền Bắc có bốn mùa là xuân, hạ, thu, đông tức là đang nói đến ...

Đáp án:

**a. Thời tiết**

**b. Khí hậu**

**c. Khí hậu**

- GV cho HS xem video: Phân biệt thời tiết và khí hậu


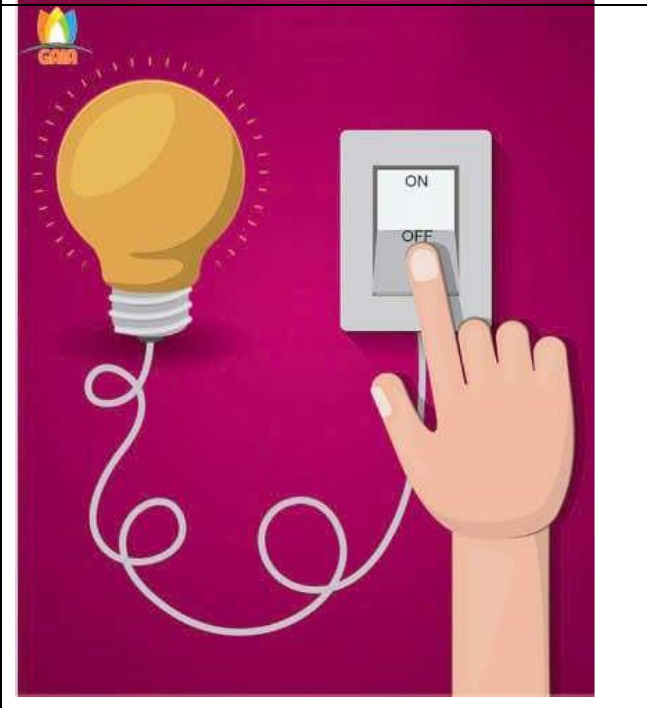
##### 2.2. Biến đổi khí hậu

- **Hỏi đáp**
  - Câu hỏi 1: Theo em, biến đổi khí hậu là gì?
  - GV cho HS xem video “Biến đổi khí hậu”
  - Câu hỏi 2: Theo các em, tại Việt Nam thiên tai có bị tác động bởi BĐKH không? Tác động như thế nào?
  - GV chốt: <https://www.youtube.com/watch?v=k10Ir6tpCKw>
- **Hoạt động Truy tìm thủ phạm tạo ra các khí nhà kính**
  - GV cho HS liệt kê lại những nguyên nhân của hiệu ứng nhà kính theo nhóm sau đó lên viết tiếp sức trên bảng.
  - Thời gian suy nghĩ: 5 phút
  - GV cho HS xem video: Những nguyên nhân khiến trái đất nóng lên.

##### 2.3. 2.3. Ứng phó với biến đổi khí hậu: Nhìn tranh đoán ý



- GV cho HS quan sát các hình ảnh HS liên tưởng đến các việc làm phòng chống biến đổi khí hậu sau đó trình bày.
- HS kể thêm các hành động ứng phó với biến đổi khí hậu.

<b>Tranh</b>	<b>Đáp án</b>
 An illustration on a teal background showing a hand in a yellow sleeve dropping various pieces of trash (a can, a cup, a plate, a fork, a spoon, a tomato) into a yellow recycling bin. The bin has a white recycling symbol on its front. A small logo with a flame and the word 'GAIA' is in the top left corner.	Bỏ rác đúng nơi quy định.
 An illustration on a purple background showing a hand turning off a light switch. To the left is a glowing yellow lightbulb with radiating lines. The switch is a grey rectangular plate with 'ON' and 'OFF' labels. A small logo with a flame and the word 'GAIA' is in the top left corner.	Tiết kiệm điện



Tiết kiệm nước

### 3. Thực hành

- **Mục tiêu:** HS thực hành các cách để ứng phó với biến đổi khí hậu.
- **Cách tiến hành:** Lựa chọn 1 trong 2 hoạt động
- **Xử lý tình huống**
  - Lớp được chia thành các nhóm.
  - Nhiệm vụ các nhóm là đọc các tình huống và nhận xét hành động của các bạn nhỏ ở các tình huống sau đây và đưa ra các biện pháp xử lý phù hợp
    1. Mai dùng nước rửa rau để tưới cây.
    2. Nam hay bỏ quên rác dưới học bàn
    3. Các bạn trong lớp hay quên tắt đèn điện trước khi ra về
    4. Bình xả nước trong khi đang đánh răng
    5. Hoa rất thích ngắt hoa trong vườn trường để chơi trò đi chợ
    6. Nhà Tuấn thay bóng đèn LED để tiết kiệm điện.
  - GV cho HS thảo luận thêm về các hành động em có thể làm để ứng phó với biến đổi khí hậu.
  - HS trình bày trước lớp.
- **Vẽ tranh tuyên truyền về biến đổi khí hậu**
  - GV cho HS xem 1 video: Nỗi sợ của bé.
  - HS xem video và vẽ 1 bức tranh theo nhóm liệt kê các hành động em có thể làm nhằm ứng phó với biến đổi khí hậu.

### 4. Ứng dụng thực tiễn

- **Mục tiêu:** Giúp HS ôn tập ở nhà
  - **Cách tiến hành:** Dặn dò HS.
    - Các em hãy về nhà sưu tầm thêm các câu ca dao về khí hậu hay thời tiết.
    - HS làm bài tập trắc nghiệm về nhà.
    - Nếu làm trên lớp, HS dùng bảng con để viết vào và giơ câu trả lời đồng loạt theo nhóm
- Câu 1: Chọn câu đúng nhất**

**1. Những thay đổi của khí hậu vượt ra khỏi trạng thái trung bình đã được duy trì trong nhiều năm được gọi là gì?**

- A. Nóng lên toàn cầu
- B. Hiệu ứng nhà kính
- C. Biến đổi khí hậu**
- D. Thiên tai

**2. Trong số các hoạt động sau, hoạt động nào không giúp giảm nhẹ biến đổi khí hậu**

- A. Giảm ùn tắc giao thông
- B. Sử dụng điều hoà nhiệt độ để làm mát**
- C. Tiết kiệm điện
- D. Đi xe đạp thay vì đi xe máy

**3. Trong các loại bóng đèn sau, bóng đèn nào tiêu thụ năng lượng hiệu quả nhất**

- A. Bóng đèn sợi đốt
- B. Bóng đèn huỳnh quang
- C. Bóng đèn bán dẫn (đèn LED)**
- D. Bóng đèn cao áp

**Câu 2: Các phát biểu dưới đây đúng hay sai? Đánh dấu ✓ vào ô thích hợp**

	ĐÚNG	SAI
1. Từ xưa tới nay, khí hậu Trái Đất đã thay đổi rất nhiều theo thời gian	✓	
2. Các khí nhà kính giữ lại nhiệt lượng toả ra từ Trái Đất và làm ấm bầu khí quyển	✓	
3. Hiệu ứng nhà kính luôn tác động bất lợi đến con người và các loài sinh vật		✓
4. BĐKH sẽ làm mọi khu vực trên Trái Đất nóng lên		✓

**Câu 3: chọn 2 phương án đúng trong mỗi câu sau:**

**1. Hiện tượng nào sau đây là biểu hiện của BĐKH**

- A. Núi lửa phun trào
- B. Băng tan**
- C. Nhiệt độ trung bình giảm xuống
- D. Mực nước biển dâng lên**

**2. Loại khí nào say đây không phải là khí nhà kính**

- A. Hơi nước
- B. Oxi**
- C. Nitơ**
- D. Cacbondiôxit

**3. Các hoạt động nào sau đây làm gia tăng hiệu ứng nhà kính**

- A. Giao thông vận tải**
- B. Giảm tiêu thụ điện
- C. Chăn nuôi gia súc**
- D. Trồng rừng.

**4. Biến đổi khí hậu có thể làm giảm**

- A. Số lượng các loài động thực vật trên Trái Đất

- B. Nhiệt độ trung bình toàn cầu
- C. Số lượng các cơn bão
- D. Diện tích đất liền

**5. Trong các hoạt động sau, các hoạt động nào sau đây giúp giảm nhẹ BĐKH và tiết kiệm chi phí?**

- A. Để đèn sáng khi ra khỏi nhà
- B. Tự trồng rau quả
- C. Mua nước uống đóng chai
- D. Đi xe buýt

Chú thích định nghĩa:

- **Dông:** (danh từ) biến động mạnh của thời tiết biểu hiện bằng hiện tượng phóng điện giữa các đám mây lớn, thường có gió to, sấm sét, mưa rào, đôi khi có cầu vồng.
- **Giông:** (Tính từ) có thể sẽ gặp phải điều không hay về sau, do đầu năm hay sáng sớm đã gặp hay làm phải điều coi là dở, theo tín ngưỡng dân gian.

Theo: <https://vi.wikipedia.org/wiki/D%C3%B4ng>

## PHỤ LỤC 2 BÀI TẬP VỀ NHÀ

### Câu 1: Chọn câu đúng nhất

- Những thay đổi của khí hậu vượt ra khỏi trạng thái trung bình đã được duy trì trong nhiều năm được gọi là gì?**
  - Nóng lên toàn cầu
  - Hiệu ứng nhà kính
  - Biến đổi khí hậu
  - Thiên tai
- Trong số các hoạt động sau, hoạt động nào không giúp giảm nhẹ biến đổi khí hậu**
  - Giảm ùn tắc giao thông
  - Sử dụng điều hoà nhiệt độ để làm mát
  - Tiết kiệm điện
  - Đi xe đạp thay vì đi xe máy
- Trong các loại bóng đèn sau, bóng đèn nào tiêu thụ năng lượng hiệu quả nhất**
  - Bóng đèn sợi đốt
  - Bóng đèn huỳnh quang
  - Bóng đèn bán dẫn (đèn LED)
  - Bóng đèn cao áp

### Câu 2: Các phát biểu dưới đây đúng hay sai? Đánh dấu ✓ vào ô thích hợp

	ĐÚNG	SAI
1. Từ xưa tới nay, khí hậu Trái Đất đã thay đổi rất nhiều theo thời gian		
2. Các khí nhà kính giữ lại nhiệt lượng toả ra từ Trái Đất và làm ấm bầu khí quyển		
3. Hiệu ứng nhà kính luôn tác động bất lợi đến con người và các loài sinh vật		
4. BĐKH sẽ làm mọi khu vực trên Trái Đất nóng lên		

### Câu 3: chọn 2 phương án đúng trong mỗi câu sau:

- Hiện tượng nào sau đây là biểu hiện của BĐKH**
  - Núi lửa phun trào
  - Băng tan**
  - Nhiệt độ trung bình giảm xuống
  - Mực nước biển dâng lên**
- Loại khí nào say đây không phải là khí nhà kính**
  - Hơi nước
  - Oxi**
  - Nitơ**
  - Cacbondioxit

**3. Các hoạt động nào sau đây làm gia tăng hiệu ứng nhà kính**

- A. Giao thông vận tải
- B. Giảm tiêu thụ điện
- C. Chăn nuôi gia súc
- D. Trồng rừng.

**4. Biến đổi khí hậu có thể làm giảm**

- A. Số lượng các loài động thực vật trên Trái Đất
- B. Nhiệt độ trung bình toàn cầu
- C. Số lượng các cơn bão
- D. Diện tích đất liền

**5. Trong các hoạt động sau, các hoạt động nào sau đây giúp giảm nhẹ BĐKH và tiết kiệm chi phí?**

- A. Để đèn sáng khi ra khỏi nhà
- B. Tự trồng rau quả
- C. Mua nước uống đóng chai
- D. Đi xe buýt



**ĐÁP ÁN PHIẾU BÀI TẬP ĐIỀN TỪ  
PHÂN BIỆT “THỜI TIẾT” VÀ “KHÍ HẬU”**



Em hãy điền từ “thời tiết” hoặc “khí hậu”  
vào chỗ trống thích hợp.

- A.** \_\_\_\_\_ hôm nay nóng.
- B.** Việt Nam là nước có \_\_\_\_\_ nhiệt đới.
- C.** Nói “Miền Nam có 2 mùa là mùa mưa và mùa khô,  
còn miền Bắc có 4 mùa là xuân, hạ, thu, đông  
tức là đang nói đến \_\_\_\_\_



Thứ Năm, ngày 17 tháng 10 năm 2024

## KĨ NĂNG SỐNG GAIA

### NGOÀI SÂN - PHÒNG TRÁNH VÀ ỨNG PHÓ KHI GẶP THIÊN TAI (TIẾT 3)

#### 1. Mục tiêu bài học

##### 1.1. Kiến thức

- HS biết cách bảo vệ bản thân khi có thiên tai xảy ra.
- HS biết tầm quan trọng của rừng, và chung tay bảo vệ rừng.

##### 1.2. Kỹ năng

- HS rèn luyện kỹ năng bảo vệ bản thân khi có sấm chớp, động đất xảy ra.

##### 1.3. Thái độ

- HS nâng cao ý thức bảo vệ bản thân khi có thiên tai.

#### 2. Phương pháp và kĩ thuật giảng dạy

- Vận động ngoài trời
- Hoạt động trải nghiệm
- Trò chơi giáo dục

#### 3. Chuẩn bị

- Giáo cụ, thiết bị đầy đủ
- Sân bãi, khu vực triển khai hoạt động

#### 4. Bố cục giảng dạy

Phần	Mục tiêu	Hoạt động	Thời gian	Phương tiện
<b>Hoạt động 1</b>	Tạo không khí vui nhộn, dẫn dắt vào bài học.	Trò chơi: “Nhận diện thiên tai”	05 phút	
<b>Hoạt động 2</b>	HS nhận biết tầm quan trọng của rừng và tham gia bảo vệ rừng.	Trò chơi: “Kiểm lâm bắt lâm tặc”	10 phút	4 cây xanh mô hình
<b>Hoạt động 3</b>	HS rèn luyện cách phòng tránh sấm sét.	Hoạt động: “Thực hành các tư thế phòng tránh sét”	20 phút	

## 5. Bài giảng chi tiết

### Hoạt động 1

➤ **Mục tiêu:** Tạo không khí vui nhộn, dẫn dắt vào bài học

➤ **Cách tiến hành: Trò chơi: “Nhận diện thiên tai”**

- Lớp xếp thành vòng tròn.
- GV hô tên các loại thiên tai, HS đáp lại âm thanh và hành động tương ứng với loại thiên tai đó.
- GV làm hành động tia chớp, hô: “Sấm chớp” - HS làm tia chớp, hô: “Rầm rầm”.
- GV giậm chân, hô: “Động đất” - HS giậm chân, hô: “Ầm ầm”.
- GV làm tay lượn sóng, hô: “Lũ lụt” - HS làm tay lượn sóng, hô: “Ào Ào”.

#### Lưu ý:

- + HS sẽ bị loại khi: thực hiện sai yêu cầu hoặc thực hiện chậm động lệnh.
- + GV Có thể thay đổi đội hình thành hàng ngang, hàng dọc, hoặc chữ U... tùy theo số lượng HS của lớp.
- + Để tăng độ khó cho trò chơi GV có thể thực hiện ở các lượt, lượt đầu tiên, GV cho HS nói và làm theo hành động của mình. Lượt thứ 2, HS chỉ làm theo lời nói, không làm theo hành động của giáo viên.
- Thời gian: 5 phút.



#### Minh họa động tác “sấm chớp”

- **GV chốt nội dung:** Xung quanh chúng ta có rất nhiều hiện tượng thiên nhiên, bên cạnh đó là các thiên tai, gây ra thiệt hại nghiêm trọng về tài sản và tính mạng của con người, như: Động đất, lũ lụt, sấm chớp, sóng thần, lở đất, lốc xoáy, hạn hán,...

### Hoạt động 2

➤ **Mục tiêu:** HS nhận biết tầm quan trọng của rừng và tham gia bảo vệ rừng

➤ **Cách tiến hành: Trò chơi: “Kiểm lâm bắt lâm tặc”**

- Giáo viên chuẩn bị: 4 mô hình cây xanh hoặc cờ.



- GV chia lớp thành 2 nhóm, các nhóm bốc thăm chọn nhân vật: Kiểm lâm và Lâm tặc.
  - Nhiệm vụ của nhóm Lâm tặc là vượt qua thành viên nhóm Kiểm lâm và chạm được vào mô hình cây xanh.
  - Nhiệm vụ của nhóm Kiểm lâm là ngăn cản không cho nhóm Lâm tặc chạm vào mô hình cây xanh.
  - Khi thành viên nhóm Lâm tặc chạm được vào cây xanh, phần thắng sẽ thuộc về nhóm Lâm tặc.
  - Khi thành viên nhóm Kiểm lâm ngăn không cho thành viên nhóm Lâm tặc chạm được vào cây xanh trong vòng 01 phút, phần thắng sẽ thuộc về nhóm Kiểm lâm.
  - GV gọi số lượng thành viên các nhóm theo từng lượt như sau:
- + Lượt 1: số lượng Kiểm lâm và Lâm tặc bằng nhau
  - + Lượt 2: số lượng Kiểm lâm gấp đôi số lượng Lâm tặc
  - + Lượt 3: số lượng Lâm tặc gấp đôi số lượng Kiểm lâm

***Lưu ý:***

- GV có thể sử dụng vật dụng an toàn khác thay thế cho mô hình cây.
- Thành viên của nhóm Lâm tặc chỉ cần chạm vào cây xanh sẽ được tính điểm, tuyệt đối không xô xát hay níu giữ người hoặc quần áo của nhau.
- Giáo viên có thể đặt câu hỏi cho HS về ý nghĩa của từng lượt thi đấu thông qua số lượng kiểm lâm và Lâm tặc được gọi.
- Thời gian: 10 phút.



*Mô hình cây xanh*

➤ **GV chốt nội dung:**

- Ở Lượt 1: số lượng thành viên nhóm Kiểm lâm và Lâm tặc ngang nhau, khả năng của nhóm Lâm tặc chạm được vào cây xanh là 50%.
- Lượt 2: số lượng Kiểm lâm gấp đôi Lâm tặc, nên Kiểm lâm hoàn toàn có thể kiểm soát và ngăn không cho Lâm tặc chạm vào cây.

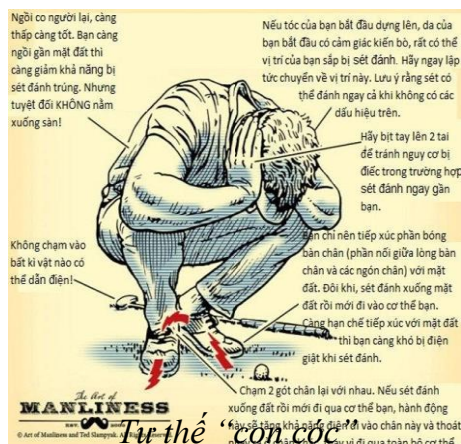
- Lượt 3: số lượng Lâm tặc gấp đôi Kiềm lâm, nên Lâm tặc dễ dàng chặt cây và giành chiến thắng.

=> **Bảo vệ rừng là bảo vệ cuộc sống của chúng ta.**

**Bảo vệ rừng là trách nhiệm của mọi người - Hãy hành động ngay hôm nay.**

### Hoạt động 3

- **Mục tiêu:** HS rèn luyện cách phòng tránh sét sét.
- **Cách tiến hành: Hoạt động: “Thực hành tư thế phòng tránh sét sét”.**
- GV hướng dẫn HS tư thế “con cóc” phòng tránh sét.
- Học sinh thi đua thực hiện đúng tư thế và giữ cân bằng trong 3 phút.
- **Lưu ý:**
  - + Trong lúc tiến hành trò chơi, học sinh bị loại khi: thực hiện sai tư thế, gót chân không chạm với nhau, tay đặt sai vị trí, không co người, mất cân bằng hoặc ngã.
  - + Thời gian giữ thăng bằng tư thế cóc con là 3 phút. Sau thời gian trên học sinh nào còn giữ đúng tư thế sẽ giành chiến thắng.
- Thời gian: 20 phút.
- Trong quá trình thực hiện thầy cô có thể hỏi đáp mở rộng kiến thức cho học sinh như: Tại sao phải ngò tư thế cóc con để phòng tránh sét sét?



- **Giáo viên chốt nội dung: Tư thế ngò kiểu cóc con tránh sét**
- 1/ Ngò co người lại, càng thấp càng tốt. Càng ngò gần mặt đất thì càng giảm khả năng bị sét sét trúng.
- 2/ Bít tay lên 2 tai để tránh nguy cơ điếc trong trường hợp sét sét đánh gần.
- 3/ Nên chạm 2 gót chân lại với nhau. Nếu sét sét đánh xuống đất rồi mới đi qua thể

bạn, hành động này sẽ tăng khả năng điện đi vào chân này thoát ngay ra chân khác, thay vì đi qua toàn bộ cơ thể.

4/ Nhón gót chân lên: Đôi khi sét đánh xuống mặt đất mới vào cơ thể, càng hạn chế tiếp xúc với mặt đất thì bạn càng khó bị điện giật khi bị sét đánh. Tuyệt đối không nằm xuống đất.

Thứ Năm, ngày 24 tháng 10 năm 2024

## KĨ NĂNG SỐNG GAIA

### TRONG LỚP - PHÒNG TRÁNH VÀ ỨNG PHÓ KHI GẶP THIÊN TAI

#### (Tiết 3)

#### 1. Mục tiêu bài học

##### 1.1. Kiến thức:

- HS nêu được nguyên nhân và hậu quả các hiện tượng thiên tai.
- HS ghi nhớ được các cách để phòng tránh, thoát nạn khi gặp thiên tai.

##### 1.2. Kỹ năng:

- HS hình thành kỹ năng tự bảo vệ bản thân

##### 1.3. Thái độ:

- HS có ý thức cảnh giác, đề phòng và ứng phó với thiên tai.
- Có thái độ tích cực mong muốn bảo vệ môi trường.

#### 2. Phương pháp và kĩ thuật giảng dạy

- Vấn đáp
- Thảo luận nhóm
- Trò chơi
- Phân tích video

#### 3. Bộ cục giảng dạy

Tiết	Bước	Mục tiêu	Hoạt động	Thời gian	Phương tiện
3	<b>Khởi động</b>	Dẫn dắt vào bài	Chọn 1 trong 2 trò chơi: - Mưa nhỏ, gió to - Chuyển đồ trước khi lũ đến.	05 phút	
	<b>Khám phá</b>	HS biết cách ứng phó, giảm nhẹ rủi ro thiên tai do biến đổi khí hậu.	Xem video và trả lời câu hỏi trắc nghiệm	15 phút	

<b>Thực hành</b>	HS thực hành	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sắm vai xử lý tình huống</li> <li>- Thực hiện các hành động.</li> </ul>	10 phút	
<b>Ứng dụng thực tiễn</b>	Dặn dò	Học phòng tránh thiên tai qua các làn điệu dân ca.	05 phút	

#### 4. Bài giảng chi tiết:

<b>TIẾT 3</b>
<p><b>1. Khởi động</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Mục tiêu:</b> Dẫn dắt HS vào bài học</li> <li>➤ <b>Cách tiến hành:</b> Chọn 1 trong 2 hoạt động</li> <li>• <b>Trò chơi: Mưa nhỏ, gió to</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- GV chia lớp thành từng nhóm</li> <li>- Khi quản trò hô: “Mưa nhỏ” thì HS làm động tác gõ hai ngón trỏ vào nhau rồi hô: “Tí tách, tí tách”</li> </ul> </li> </ul>

- Khi quản trò hô “gió to” thì HS làm động tác giơ tay lên cao, vẫy qua trái, vẫy qua phải, rồi nói to: “ào ào, ào ào”
- Khi quản trò hô: “Mưa lớn” thì HS làm động tác giậm chân tại chỗ và nói to: “Lộp bộp, lộp bộp”
- Khi quản trò hô: “sấm chớp” thì HS làm động tác nắm tay, gõ xuống bàn và nói to “đùng đùng, đùng đùng”
- Khi quản trò hô: “sấm sét” thì HS làm động tác xoè lòng bàn tay giơ ra phía trước và hô “đoàng đoàng”
- Quản trò có thể hoán đổi thứ tự các câ hô để xem HS có phản xạ kịp không.
- GV giới thiệu các hiện tượng trên được gọi là thời tiết.
- **Trò chơi: Chuyển đồ trước khi lũ đến**
  - GV chia lớp thành từng nhóm. Mỗi nhóm xếp thành 1 hàng dọc.
  - Mỗi nhóm chuẩn bị một số dụng cụ học tập tượng trưng cho đồ cần chuyển với số lượng bằng nhau ở các nhóm. Ví dụ: cặp, sách, mũ (nón), sách giáo khoa, vở, tập...
  - Khi có hiệu lệnh bắt đầu, thành viên đứng đầu mỗi hàng sẽ chuyển đồ bằng cách đội lên đầu và đi nhanh về phía vạch đích mà không để rơi. Sau đó để đồ vật tại vạch đích, chạy lại về hàng, vỗ tay vào bạn tiếp theo sau đó đứng ở cuối hàng. Các bạn tiếp theo lần lượt như thế sau khi hết 3 phút hoặc hết đồ đạc.
  - Đồ dùng nào rơi trong lúc chuyển sẽ không được tính.

## 2. Khám phá

- **Mục tiêu:** HS biết cách ứng phó, giảm nhẹ rủi ro thiên tai do biến đổi khí hậu.
- **Cách tiến hành:**
  - HS lựa chọn 3 video để xem và trả lời các câu hỏi trắc nghiệm:
- a. Ứng phó với bão**
  - HS xem video trả lời các câu hỏi trắc nghiệm sau
  - 1. Trước khi có bão cần làm những việc gì sau đây?**
    - A. Thường xuyên theo dõi thông tin dự báo thời tiết qua tivi, đài phát thanh.
    - B. Chèn chống nhà cửa, dự trữ lương thực, thuốc men.
    - C. Chuẩn bị túi dự phòng khi có trường hợp khẩn cấp
    - D. Tất cả các ý trên.**
  - 2. Em nên làm điều gì sau đây để phòng tránh bão**
    - A. Cùng bạn bè và thầy cô vẽ sơ đồ rủi ro thiên tai của trường học và xóm làng mình.**
    - B. Chơi ở nơi cột điện ngã đổ
    - C. Chơi ở ngoài trời khi có bão
    - D. Tất cả các ý trên
  - 3. Hành động nào sau đây không nên làm khi có bão**
    - A. Trú mưa dưới cây to khi trời mưa lớn**
    - B. Ngồi kiểu xồm kiểu cóc con hai tay ôm đầu để giảm nguy cơ bị sét đánh.
    - C. Tìm nơi trú ẩn an toàn như nhà ở kiên cố, trường học, uỷ ban
    - D. Mặc áo mưa để tránh bị cảm lạnh.
  - 4. Khi bão đi qua nên**

- A. Để bố mẹ kiểm tra an toàn các thiết bị điện trước khi sử dụng
- B. Kiểm tra nguồn nước an toàn trước khi uống.
- C. Dọn dẹp vệ sinh
- D. **Tất cả các ý trên**

### **b. Ứng phó với lũ lụt**

- HS xem video và trả lời các câu hỏi trắc nghiệm sau:
  1. **Để phòng tránh lũ lụt, việc làm nào dưới đây đúng?**
    - A. Thường xuyên theo dõi thông tin cảnh báo mưa lũ trên truyền hình.
    - B. Học bơi.
    - C. Chuẩn bị túi dự phòng với những vật dụng cần thiết.
    - D. **Tất cả đáp án trên**
  2. **Khi có lũ lụt, việc làm nào sau đây chưa đúng?**
    - A. Di dời đến nơi có vị trí cao
    - B. **Lội xuống nước khi có dây điện rơi xuống nước.**
    - C. Tránh xa các bờ sông và suối
    - D. Tắt hết các nguồn điện
  3. **Đây là loại thuốc dùng để khử trùng nguồn nước bị nhiễm bẩn?**
    - A. Chloramines B
    - B. Chloramines T
    - C. Viên Aquatabs
    - D. **Tất cả đáp án trên**
  4. **Sau khi lũ lụt, việc em cần làm là gì?**
    - A. Ăn chín uống sôi.
    - B. Mặc màn/mùng khi ngủ kể cả ban ngày hay ban đêm.
    - C. Dọn dẹp vệ sinh ở nhà và trường học.
    - D. **Tất cả các đáp án trên đều đúng.**

### **c. Phòng tránh động đất**

- HS xem video và trả lời các câu hỏi trắc nghiệm sau:
  1. Em cần làm gì khi xảy ra động đất khi đang ở trong nhà/lớp học kiên cố:
    - A. **Ở yên trong nhà hoặc lớp học kiên cố, ngay lập tức chui xuống gầm bàn ghế, hoặc giường chắc chắn để tránh các đồ vật rơi xuống làm bị thương.**
    - B. Thoát ra ngoài và tìm nơi trú ẩn.
  2. Khi động đất xảy ra em sẽ làm gì khi ở nơi không có bàn hoặc giường chắc chắn
    - A. Chạy ngay ra khỏi nhà
    - B. **Che kín mặt, đầu và nép người vào góc nhà; tránh xa các cửa sổ, cửa ra vào đồ vật bằng kính.**
  3. Khi xảy ra động đất bé có được sử dụng thang máy không?
    - A. Được phép sử dụng thang máy
    - B. **Tuyệt đối không sử dụng thang máy vì có thể mất điện và bị kẹt trong đó**
  4. Khi động đất xảy ra em sẽ làm gì khi đi ở ngoài trời
    - A. **Tìm một vị trí an toàn để trú ẩn như bãi đất trống, bãi cỏ rộng. Tránh cây to, cột điện và nhà cao tầng**

B. Tìm chỗ ẩn dưới chân cầu hay dưới gốc cây to.

### 3. Thực hành

➤ **Mục tiêu:** HS thực hiện mô phỏng các tình huống thoát hiểm khi xảy ra thiên tai.

➤ **Cách tiến hành:**

#### 3.1. Sắm vai xử lý tình huống

- Lớp chia thành nhiều nhóm.
- HS giả định, diễn tập các tình huống sơ tán khi xảy ra lốc xoáy theo các bước sau:
  - + Nhà trường có thông báo có lốc xoáy sắp tiến đến gần trường
  - + HS ngay lập tức thực hiện sơ tán, ôm đầu, cúi thấp và chạy vào các lớp học kiên cố.
  - + GV ngắt các thiết bị điện, gas
  - + Trong lớp HS chui xuống gầm bàn, gầm ghế. Tráng xa cửa sổ và cửa ra vào. Những em không chui được xuống bàn ghế, thì quỳ và cúi sát xuống đất, hai tay ôm đầu.
  - + HS và GV cùng đóng cửa lại để tránh lốc xoáy.
  - + Khi lốc xoáy qua GV và HS kiểm tra lại số lượng HS, nếu có em bị thương sẽ sơ cứu tại chỗ và chờ đến cơ sở y tế.
  - + HS cùng GV thu gom dọn vệ sinh và sắp xếp lại bàn ghế.

#### 3.2. Thực hiện các hành động mô phỏng

🚦 **Ứng phó khi xảy ra động đất: Đọc thơ: Rầm Rầm Rầm**

- HS đọc băng reo: Rầm rầm rầm và mô phỏng hành động ứng phó khi xảy ra động đất.

Rầm rầm rầm rầm rầm rầm rầm rầm

Khi ông trời nổi cơn động đất

Quan trọng là không lãn ra ngất Chui

xuống bàn là chui xuống bàn Chui

xuống bàn nắm lấy chân bàn Còn

tay kia thì ôm lấy đầu

Nắm chân bàn, ôm lấy đầu

Động đất ơi ta không sợ mà đâu Rầm

rầm rầm rầm rầm rầm rầm rầm

🚦 **Ứng phó khi xảy ra dông sét ngoài trời: Trò chơi: Sấm sét**

- GV quy định luật chơi với cả lớp. Cả lớp có thể đứng thành vòng tròn.
- Khi quản trò hô: “sấm sét” và chỉ vào một bạn nào đó dưới lớp. Hai bạn bên cạnh bạn đó ngay lập tức vào bạn đó và hô: “Đùng”. Bạn đó sẽ phải ngồi kiểu ếch con ngay lập tức.
- GV hướng dẫn HS ngồi kiểu ếch con như hình bên dưới.





- Bạn nào phản xạ chậm sẽ phải thực hiện 1 thử thách.

### 3.1. Trò chơi Yes hay No (có hay không)

- GV đọc các hoạt động nên không nên làm trước, trong và sau khi xảy ra thiên tai.
  - Khi GV đọc những câu không nên làm HS sẽ phải trả lời No và ngược lại. Khi GV đọc những hành động nên làm HS sẽ đồng thanh trả lời Yes.
  - Cách chơi khác: Khi GV đọc những hành động không nên làm HS sẽ im lặng khoát tay hoặc lắc đầu. Khi GV đọc những hành động nên làm HS sẽ hô yes và giơ tay lên cao.
- + Theo dõi thông tin về thời tiết (YES)
  - + Cảnh thận khi ra ngoài lúc có lũ lụt (YES)
  - + Chơi đùa ở những nơi sạt lở gần bờ sông (NO)
  - + Lội nước lụt (NO)
  - + Uống nước lũ (NO)
  - + Đua nghịch khi đang ở trên thuyền NO
  - + Mặc áo phao khi đi thuyền YES
  - + Ở trong nhà lúc có bão YES
  - + Nấp dưới gốc cây to hay cột điện lúc có sấm sét NO
  - + Nghe điện thoại hoặc mở tivi lúc dông sét NO
  - + Cảnh thận khi sử dụng điện lúc có gió bão lũ lụt (YES)
  - + Báo cho người lớn biết khi có bạn bị đuối nước (YES)
  - + Chơi gần những ngôi nhà xiêu vẹo NO
  - + Cho đồ dùng học tập vào túi ni lông khi có bão lũ (YES)
  - + Ở nhà khi có dông sét (NO)
    - + Vội vã về nhà khi có lũ hoặc mưa to (NO)--> Nên tìm nơi ẩn nấp kịp thời, đừng cố về nhà lũ để cuốn đi.
  - + Bình tĩnh chờ bố mẹ hay người lớn đưa về khi có lũ hoặc mưa to YES
  - + Chơi đùa gần bờ sông. (NO)
  - + Tắm sông một mình (NO)
  - Không lội qua dòng nước chảy mạnh (YES)

### 4. Ứng dụng thực tiễn

- **Mục tiêu:** HS biết ứng dụng vào đời sống thực tiễn
  - **Cách tiến hành:** Dặn dò
    - HS học ứng phó thiên tai qua các bài hát dựa trên các làn điệu dân ca.
- + Hò chống bão lũ – Hát theo điệu “Lý quạ kêu” – Dân ca Nam bộ

- + Em ơi nhớ nhé – Hát theo điệu: “Hò dô ta”
- + Ngồi kiêu ếch con- Trịnh Nhật Hưng
- + Nhớ lời thầy cô – Hát theo điệu Lý cây bông – Dân ca nam bộ

Thứ Năm, ngày 31 tháng 10 năm 2024

## KĨ NĂNG SỐNG GAIA

### KỸ NĂNG ĐI DU LỊCH DÃ NGOẠI

#### I. MỤC TIÊU BÀI HỌC

##### 1. Yêu cầu cần đạt:

- Hiểu được những hành động giúp giữ an toàn cho bản thân khi đi du lịch, dã ngoại.
- Biết cách ứng phó với các trường hợp khẩn cấp: bị rắn cắn, bị gai đâm chảy máu...
- Ghi nhớ cách xử lý tình huống tai nạn thương tích.
- Biết cách chọn trang phục phù hợp để đi dã ngoại.
- Ghi nhớ cách di chuyển an toàn bằng xe khách, tàu hỏa, ...

##### 2. Định hướng phát triển:

- Phẩm chất: Trung thực và trách nhiệm.
- Năng lực: Tự chủ tự học và giải quyết vấn đề.

#### II. PHƯƠNG PHÁP / KỸ THUẬT GIẢNG DẠY

- Phương pháp vấn đáp
- Phương pháp thảo luận nhóm
- Phương pháp động não
- Phương pháp trò chơi
- Phương pháp giải quyết vấn đề

#### III. BỐ CỤC BÀI GIẢNG

TIẾT 1				
BƯỚC	MỤC TIÊU	HOẠT ĐỘNG	THỜI GIAN	PHƯƠNG TIỆN
Khởi động	Tạo không khí dẫn dắt vào bài.	Trò chơi: Câu cá	05 phút	
Khám phá	Ghi nhớ những lưu ý để dã ngoại an toàn	Trò chơi: Bubu chuẩn bị đi dã ngoại	05 phút	
		Trò chơi: Bubu di chuyển an toàn.	05 phút	
		Trò chơi: Bubu an toàn ở nơi dã ngoại	05 phút	
Thực hành	Xử lý được các tình huống tai nạn khi đi du lịch, dã ngoại	Hoạt động: Xử lý tình huống	10 phút	
Ứng dụng thực tiễn	Mở rộng kiến thức	Hoạt động: Gấp mũ ca lô	05 phút	

#### IV. BÀI GIẢNG CHI TIẾT

TIẾT 1	
<b>1. KHỞI ĐỘNG</b>	
➤ <b>Mục tiêu:</b>	Tạo không khí dẫn dắt vào bài.
➤ <b>Cách tiến hành:</b>	Trò chơi.

- **Trò chơi: Câu cá**

- Lớp được chia thành các nhóm.
- HS quan sát một đàn cá và sẽ phải chọn câu cá theo yêu cầu. Nếu chọn đúng trong thời gian 20 giây thì chiến thắng.
- Lưu ý: Có 3 lượt liên tiếp.
- Hướng dẫn: Em hãy bấm chuột vào con cá theo đề bài yêu cầu nhé!
- + Lượt 1: Chọn cá có đuôi màu xanh và vây màu đỏ.
- + Lượt 2: Chọn cá khác biệt nhất.
- + Lượt 3: Chọn cá có đuôi 3 màu.

## 2. KHÁM PHÁ

➤ **Mục tiêu:** HS tìm hiểu các cách đảm bảo an toàn khi đi dã ngoại.

➤ **Cách tiến hành:**

🚦 **Bu bu dã ngoại an toàn:**

- **Trò chơi: Bu bu chuẩn bị đi dã ngoại**

- Lớp được chia thành các nhóm
- HS quan sát các vật dụng và cùng chọn những vật dụng cần thiết để Bubu đi dã ngoại an toàn.
- Hướng dẫn: Em hãy kéo các vật dụng tối thiểu cần mang theo vào vali nhé!
- + Quần áo
- + Giày/dép
- + Mũ/nón
- + Đồ dùng vệ sinh cá nhân: Bàn chải đánh răng, sữa tắm, dầu gội và khăn.
- + Kem chống nắng
- + Đồ sơ cứu cá nhân
- + Máy ảnh
- ❖ **GV chốt nội dung:**

### **Những vật dụng cần thiết mang theo khi đi du lịch**

Để có một chuyến du lịch tuyệt vời bên người thân, bạn bè và gia đình, bạn đừng quên mang theo những vật dụng sau nhé!

1. Trang phục: Như quần, áo, đồ lót, mũ/nón, giày dép, kính mát là những vật dụng không thể thiếu cho chuyến đi. Số lượng và yêu cầu trang phục sẽ phụ thuộc vào từng điểm đến cụ thể.
2. Đồ dùng vệ sinh cá nhân: Hãy đảm bảo rằng em mang đầy đủ đồ dùng cá nhân cần thiết như: bàn chải đánh răng, sữa tắm, dầu gội và các loại khăn như khăn ướt, khăn giấy, khăn bông,... em sẽ cần dùng chúng và tiết kiệm chi phí nếu mua mới ở địa điểm du lịch.
3. Quần áo và giày dép: Khi đi du lịch, tốt nhất em nên mặc quần áo co giãn, gọn gàng để tiện di chuyển, nhất là những nơi có địa hình đồi núi khó đi lại. Bên cạnh đó cũng phải quan tâm tới thời tiết ở nơi sẽ đến, nhiệt độ cao hay thấp để mang theo quần áo cho phù hợp.
4. Đồ sơ cứu cá nhân: Để đề phòng tai nạn thương tích xảy ra trong suốt hành trình chúng ta cần phải chuẩn bị một ít đồ sơ cứu cá nhân. Như băng gạc và thuốc sát trùng. Sự chuẩn bị chu đáo chưa bao giờ là thừa cả.

5. Máy ảnh hay điện thoại: Các thiết bị công nghệ là không thể thiếu để ghi lại các khoảnh khắc của chuyến đi. Cần có túi bọc để tránh bị ướt hoặc va đập.

• **Trò chơi: Bu bu đi chuyến an toàn**

- Lớp được chia thành các nhóm.
- Các nhóm xem video sau đó trả lời các câu hỏi trắc nghiệm.

**a) Bubu đi chuyến bằng tàu lửa:**

- HS xem video và trả lời câu hỏi.
- Nội dung video:

**Đi tàu lửa an toàn**

Đi đến nơi dã ngoại hoặc du lịch bằng tàu lửa là một trải nghiệm thú vị, tuy nhiên để đảm bảo an toàn, chúng ta cũng cần hết sức lưu ý.

1. Trước khi lên tàu: Xem kỹ thông tin trên vé để tránh bị nhỡ hay nhầm tàu. Các thông tin chi tiết có ghi trên vé như: Tên chuyến tàu, ngày giờ khởi hành và nơi đến, số toa, số ghế. Khi lên tàu cần chuẩn bị thức ăn nhẹ để tránh bị đói khi di chuyển hoặc em có thể mua trên tàu nhưng với giá cả đắt hơn. Kiểm tra hành lý khi mang lên tàu sao cho gọn gàng và không quá kèn hoặc vượt mức mà nhà ga quy định. Tốt nhất nên mặc tranh phục cơ giản, gọn gàng, thoải mái. Tránh mang trang sức đắt tiền tại nơi đông người để tránh mất cắp. Khi chờ tàu tại nhà ga cần giữ khoảng cách và tránh va chạm với mọi người. em cần luôn theo sát bố mẹ, nếu đi đâu, nên có bố mẹ dẫn đi. Tuyệt đối, không mang hộ hành lý của người lạ với bất cứ lí do gì vì có thể bị lợi dụng mang chất cấm mà không biết.
  2. Lên tàu: Khi bước lên tàu, cần đi theo từng hàng một, giữ tay vịn và để bố mẹ mang hành lý để tránh bị té ngã. Chỉ được lên tàu khi tàu đã dừng hẳn và có hướng dẫn của nhân viên đường sắt. Khi dừng đợi tàu vào ga, đứng cách đường ray ít nhất 2 mét, không được đứng dưới đường ray dù có bất cứ chuyện gì. Cần lên đúng tàu, đúng toa và số ghế, số giường đã ghi trong vé. Người soát vé có thể kiểm tra vé nhiều lần, em đừng quên giữ vé trong suốt hành trình. Sắp xếp hành lý gọn gàng trong phần của mình, không lấn sang chỗ của người khác.
  3. Trong hành trình: Trong suốt hành trình di chuyển em cần luôn giữ vệ sinh chung, vứt rác đúng nơi quy định, không mở nhạc, nói quá to hay làm ồn ảnh hưởng đến người khác. Nếu ngồi cạnh cửa sổ, cần kéo tấm lưới bảo vệ xuống để tránh các vật lạ bay vào làm em bị thương khi tàu chạy tốc độ cao. Nếu muốn đi vệ sinh, em nên đi cùng bố hoặc mẹ và có người trông coi hành lý hộ. Trong hành trình, tàu sẽ dừng tại một số ga, em không nên xuống tàu để tránh nhỡ tàu hoặc gặp người lạ có ý đồ xấu.
  4. Xuống tàu: Khi gần đến ga mà chúng ta cần đến, loa tàu thường thông báo trước, em cần cùng bố mẹ kiểm tra lại hành lý và tư trang để di chuyển xuống tàu. Lưu ý, khi xuống tàu phải cẩn thận kéo trật chân vì khoảng cách giữa tàu và sân ga. Không nên giao hành lý cho người lạ xách hộ dù họ có ý tốt muốn giúp.
- Câu hỏi:

Câu 1: Trước khi lên tàu cần làm gì?

**A. Xem kỹ thông tin ghi trên vé tàu**

B. Nhờ người lạ mang hộ hành lý

C. Mang hành lý công kênh

+ Câu 2: Khi đứng đợi chờ tàu trong sân ga, phải đứng cách đường ray bao nhiêu mét để đảm bảo an toàn:

A. 0,5 mét

B. 1 mét

**C. 2 mét**

+ Câu 3: Điều nào sau đây tuyệt đối không nên làm khi lên tàu.

A. Đi vệ sinh

**B. Mang hay cầm hộ hành lý cho người lạ**

C. Ăn thức ăn được bán trên tàu

+ Câu 4: Điều nào sau đây đúng?

A. Giữ vệ sinh sạch sẽ trên tàu

B. Mang theo tai phone để nghe nhạc tránh làm ồn

**C. Cả 2 ý trên**

**b) Bubu đi chuyển bằng xe khách**

- HS xem video và trả lời câu hỏi.

Nội dung video:

### **An toàn khi đi xe khách hay xe du lịch**

Khi đi du lịch cùng với gia đình hay bạn bè, phương tiện di chuyển thường thấy nhất là xe khách hay xe du lịch. Để có những chuyến đi vui vẻ và an toàn, các bạn nhỏ cần đặc biệt lưu ý các điều sau:

1. Xem kỹ thông tin hãng xe, điểm đón, ngày giờ xuất phát hay biển số xe sắp đi. Cần chuẩn bị và sắp xếp trước hành lý cho thật gọn gàng. Tập trung tại điểm đón ít nhất 30 phút.
2. Khi lên xe: Cần ngồi đúng vị trí số ghế, nếu ngồi tự do cso thể chọn ngồi hàng ghế đầu nếu bị say xe.
3. Khi ngồi trên xe: Nên cài gâ an toàn, tuyệt đối không đứng hay đùa giỡn trên xe vì nếu xe phanh gấp có thể ngã chấn thương.
4. Khi xe dừng tại trạm dừng xuống nghỉ ngơi cần lưu ý nhớ tên hãng xe, màu xe, biển số xe hay số hiệu xe để có thể lên xe đi tiếp, ở trạm dừng không được đi đâu quá xa và lưu ý về thời gian dừng xe. Nếu đi với gia đình các em lưu ý nên theo sát bố mẹ hoặc người thân, hạn chế nói chuyện hay tiếp xúc với người lạ.
5. Khi ăn uống trên xe cần giữ vệ sinh, bỏ rác vào thùng ở trên xe hoặc giữ lại gọn gàng và bỏ rác vào thùng rác ở trạm dừng.
6. Không nên mang trên xe những hàng hóa bốc mùi như sầu riêng hay các loại mắm, có thể để dưới gầm xe, bọc gói cẩn thận.
7. Nếu say xe, hãy tự chuẩn bị các túi nilong hoặc uống thuốc say xe trước khi lên xe 30 phút. Sau khi dùng xong nhớ cột chặt và bỏ vào thùng rác.

Không vứt bừa ra ngoài xe hoặc vứt lung tung trên xe. Nếu có làm bẩn xe nhớ dùng khăn lau sạch.

Khi lên, xuống xe cần xếp hàng, bám vào tay vịn và bước xuống chậm rãi, không nô đùa, xô đẩy khi lên xuống xe. Nhớ kiểm tra hành lý và tư trang cá nhân khi xuống xe. Nếu để dưới gầm xe, đừng quên nhắc tài xế lấy ra hộ. Không nên giao hành lý cho người lạ xách hộ mặc dù họ có ý tốt muốn giúp.

- Câu hỏi:

+ Câu 1: Nên tập trung tại điểm đón xe ít nhất bao nhiêu phút?

A. 5 phút

B. 15 phút

**C. 30 phút**

+ Câu 2: Điều gì nên làm khi ở trên xe:

**A. Thắt dây an toàn**

B. Mang sâu riêng lên xe

C. Mở loa ngoài khi nghe nhạc trên điện thoại.

+ Câu 3: Khi say xe em cần:

A. Uống thuốc say xe 30 phút trước khi lên xe

B. Nên ngồi hàng ghế đầu và mang túi nilong để đựng

**C. Cả 2 ý trên.**

+ Câu 4: Khi xe dừng ở trạm dừng không nên:

A. Ghi nhớ tên hãng, biển số, màu xe hay số hiệu xe.

**B. Đi theo người lạ**

C. Lưu ý giờ xe dừng và xuất phát

❖ **GV chốt nội dung:** Không có gì khó để đi tàu lửa và xe khách/xe du lịch an toàn. Quan trọng là các bạn nhỏ cần luôn tập trung chú ý, cảnh giác và bình tĩnh xử lý các tình huống để đảm bảo an toàn.

• **Trò chơi: Bubu đi dã ngoại an toàn**

- Lớp được chia thành các nhóm. Mỗi nhóm được phát một lá cờ đỏ và xanh.

+ Lá cờ đỏ tương ứng với không nên

+ Lá cờ xanh tương ứng với nên.

- HS quan sát tranh và các nhóm sẽ giơ cờ đỏ (không nên) hoặc xanh (nên).

Hành động	Đáp án
1. Đội mũ nón và bôi kem chống nắng khi sinh hoạt ngoài trời	Nên
2. Nhờ bố mẹ hướng dẫn bản đồ ở công viên hay sở thú để phòng khi bị lạc	Nên
3. Chọc phá tổ côn trùng	Không nên
4. Tránh xa bụi rậm	Nên
5. Chọc phá động vật hoang dã	Không nên
6. Tự ý leo trèo	Không nên
7. Tự ý ra khỏi khu vực dã ngoại đã được quy định	Không nên

8. Luôn mặc áo phao hoặc dùng phao bơi khi chơi các hoạt động dưới nước	Nên
<p>❖ <b>GV chốt nội dung:</b> Điều quan trọng khi đi dã ngoại là em không được tách đoàn hoặc cần luôn ở bên bố mẹ khi đi cùng gia đình. Khi đến nơi nên mang theo mũ nón, áo dài tay, bôi kem chống nắng, kem chống muỗi và mang theo một chai nước nhỏ. Luôn có sẵn dụng cụ sơ cứu đơn giản bên mình như thuốc sát trùng và băng gạc. Không được tự ý leo trèo, chọc phá tổ công trùng hay các hiện vật ở điểm dã ngoại vì có thể gây nguy hiểm cho bản thân. Tránh xa các bụi rậm vì rất dễ bị rấn cắn. Nếu phải đi qua bụi rậm nên dùng gậy chọc vào và rung lắc mạnh. Đặc biệt không được tự ý đi dạo chơi ở khu vực khác khi không có sự đồng ý của bố mẹ hoặc trưởng đoàn. Để đảm bảo an toàn, các em cần luôn mặc áo phao hoặc dùng phao bơi khi chơi các hoạt động dưới nước. Mùa hè này, để đảm bảo an toàn các em nên học bơi để đề phòng đuối nước.</p>	
<p style="text-align: center;"><b>3. THỰC HÀNH</b></p> <p>➤ <b>Mục tiêu:</b> HS thực hành xử lý tình huống nguy hiểm khi đi du lịch, dã ngoại.</p> <p>➤ <b>Cách tiến hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Hoạt động: Xử lý tình huống</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lớp được chia thành các nhóm</li> <li>- HS bốc thăm lựa chọn các tình huống và diễn tả cách ứng phó phù hợp.</li> <li>- Thời gian thảo luận 5 phút.</li> <li>- Tình huống 1: Trong lúc đi dạo, em vô tình bị rấn cắn ở cổ chân, em sẽ xử lý như thế nào?</li> </ul> </li> </ul> <p>➔ <b>Đáp án gợi ý:</b> Xử trí khi bị rấn độc cắn.</p>	
<p>Khi bị rấn độc cắn, các biện pháp cần thực hiện là loại bỏ nọc độc và hạn chế sự lan tràn của nọc độc. Công việc này phải tiến hành càng nhanh càng tốt, thực hiện trong vài phút đầu tiên ngay sau khi bị cắn. Một vài điều cần lưu ý khi xử trí:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Khẩn cấp đặt nạn nhân ở tư thế nằm, kê cao đầu, hướng dẫn nạn nhân nằm yên để hạn chế sự lan truyền của nọc độc. cởi bỏ quần áo, đồ trang sức, ở vùng có vết rấn cắn vì nó có thể gây nên sự chèn ép sau này khi vùng có vết cắn sưng phù lên.</li> <li>2. Cần rửa sạch vết thương bị rấn cắn với nước. Nếu có nước muối hoặc thuốc sát khuẩn, có thể dùng để rửa sạch vết thương nhằm loại bỏ nọc độc.</li> <li>3. Nếu bị vết rấn cắn ở chân hoặc cánh tay, cần băng ép ở phía trên vết thương bằng loại băng thun, băng được cuộn vòng cho tới sát nách hoặc hán. Chú ý, không được thắt dây ga rô như phương pháp cũ trước đây. Sau đó, nên bất động tay/chân bằng nẹp gỗ như trong cách trường hợp bất động gãy xương để làm hạn chế sự lan truyền của nọc độc.</li> <li>4. Phải nhanh chóng chuyển bệnh nhân đến bệnh viện càng sớm càng tốt. Cần giữ cho bệnh nhân nằm yên trong suốt quá trình vận chuyển. Chú ý đề phần vết thương do rấn cắn thấp hơn so với vị trí của tim để hạn chế sự lan tỏa nhanh của nọc độc. Tốt nhất là vận chuyển bằng cáng khiêng.</li> </ol>	



Nếu con rắn bị phát hiện và giết chết sau khi cắn, Cần mang theo con rắn cùng nạn nhân đến bệnh viện để xác định danh tính loại rắn độc và bác sĩ sử dụng loại huyết thanh trung hoàn nọc độc phù hợp. Khi mang rắn cần cẩn thận, vì có đầu rắn cắn rồi vẫn có khả năng cắn người.

Lưu ý: Hầu hết các cách sơ cứu dân gian như rạch ra tại chỗ; nặn bó, châm chọc xâm tại vết cắn; dùng cục đá đen trị rắn cắn; dùng thảo dược, hóa chất; chườm nước đá đều không được khuyến khích vì chúng gây hại nhiều hơn là có lợi. Không buộc ga rô vì ga rô có thể làm tắc nghẽn hoàn toàn động mạch gây đau và rất nguy hiểm, chi rất dễ bị thiếu máu nhanh chóng, dẫn tới hoại tử và phải cắt cụt chi vì ga rô.

- Tình huống 2: Trong lúc chơi, em vô tình em bị gai đâm vào chân chảy máu. Em sẽ xử lý như thế nào?

→ Đáp án gợi ý: Cách xử lý khi đâm phải dị vật gây chảy máu.

1. Xử lý dị vật: Nếu gai nhỏ hơn 1cm, máu chảy ít em có thể dùng nhíp rút gai ra và xử lý vết thương. Lưu ý phải chắc chắn không có bất kì mảnh vụn nào ở vết thương. Còn nếu bị đâm sâu và vết đâm lớn, rút ra ngay sẽ khiến máu chảy nhiều hơn, khó cầm máu. Vì vậy không nên rút dị vật ra, cần ép chặt vết thương lại để ngăn máu bớt chảy. Dùng vải buộc tạm rồi nhanh chóng đến cơ sở y tế gần nhất. Hạn chế tối đa việc vận động mạnh, di chuyển nhiều.
  2. Băng bó vết thương: Sau khi rút dị vật nhỏ ra cần sát trùng bằng nước muối loãng. Lau khô vết thương sau đó dùng một miếng gạc đè lên và băng bó lại. Thay băng mỗi ngày để đảm bảo vết thương sạch và nhanh lành.
  3. Nếu vết thương bất thường:
    - + Vết thương lớn, vật đâm sâu, chảy nhiều máu lâu ngừng.
    - + Sau khi băng bó vài ngày mà huyết tương chảy ra có mùi lạ, vết thương sưng, đỏ, tấy, có mủ.
    - + Mảnh vỡ, dị vật vẫn còn trong vết thương (sờ thấy gai và đau nhói) hoặc mảnh vỡ là mảnh thủy tinh của bóng đèn huỳnh quang.
    - + Đi tiêm phòng uốn ván nếu cần.
- Tình huống 3: Nếu bị lạc ở nơi du lịch/dã ngoại em cần phải làm gì?

→ Đáp án gợi ý:

### **10 ghi nhớ giúp bạn sống sót khi bị lạc trong rừng**

Có những điều bạn nên làm và không nên làm. Nên nhớ nước và nơi trú ẩn là hai điều ưu tiên hàng đầu.

- Điều 1: Khi thấy mình bị lạc hãy đứng yên tại chỗ, người khác sẽ khó thấy bạn nếu bạn liên tục di chuyển.
- Điều 2: Nếu bị lạc theo nhóm, hãy luôn đi cùng nhau.
- Điều 3: Luôn ghi nhớ những điều sau:
  - + Ngồi xuống để bình tĩnh suy xét tình hình.
  - + Suy nghĩ kỹ trước khi định làm gì hoặc đi đâu
  - + Quan sát mọi thứ xung quanh, lắng nghe tiếng động để xem có người hoặc có gần đường xá hay không.

- + Chuẩn bị tâm lý là sẽ lạc khá lâu. Thu nhặt những thứ giúp bạn thấy na toàn và thoải mái như gỗ và cành cây khô nếu bạn biết cách nhóm lửa hãy nhóm ba đồng lửa theo đường thẳng hoặc hình tam giác.
- + Các tín hiệu báo nguy quốc tế (ba tiếng còi, ba đốm lửa hoặc ba lần phản chiếu gương).
- Điều 4: Nếu mang nước theo, hãy uống bất cứ khi nào thấy khát, bạn sẽ có tâm lý tiết kiệm nước hết mức có thể. Nhưng uống nước đúng lúc sẽ giúp bạn giữ sức lực.
- Điều 5: nếu có thể hãy đi tìm nguồn nước sạch để phòng trường hợp bạn đi lạc nhiều hơn 1 ngày. Nếu bị lạc ở trên núi cao, nước ở suối hoặc thác khá an toàn. Tuyệt đối không ăn tuyết mà phải làm tan tuyết để lấy nước vì tuyết có thể làm bạn bị lạnh. Chú ý những nơi nước mưa đọng lại như hốc đá, chú ý những chú chim, chúng có thể chỉ cho bạn nguồn nước. Bình tĩnh thở bằng mũi giúp bạn giữ sức tốt hơn.
- Điều 6: Không ăn thực vật hoang dã như nấm, quả rừng. chúng có thể khiến bạn bị ngộ độc.
- Điều 7: tìm nơi trú ẩn tạm thời ở xung quanh vị trí của bạn. Đừng đi quá xa để tìm một nơi lý tưởng, một chỗ có thể tránh ánh nắng như dưới tán cây hay dưới hốc đá là được nhưng đừng quá khuất tầm nhìn của người đi tìm.
- Điều 8: Trong khi chờ người tới cứu hãy đi nhặt cành cây, lá khô để ủ ấm khi nhiệt độ xuống thấp. Nằm co người như bào thai để giữ nhiệt. Nếu có nhiều người hãy ngồi sát lại nhau.
- Điều 9: Hãy tiết kiệm sức lực, đừng phí sức chặt cây làm chỗ trú, dùng đá để tạo tín hiệu cấp cứu vì chúng sẽ khiến bạn nhanh xuống sức.
- Điều 10: Tạo tiếng động để thu hút sự chú ý của người đi tìm và xua đuổi động vật.

#### 4. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN

- **Mục tiêu:** Mở rộng kiến thức.
- **Cách tiến hành:**
- **Xem video: Cách gấp mũ ca lô khi đi nắng**

- Khi đi chơi, nếu bỏ quên mũ nón ở nhà, các em có thể gấp mũ ca lô bằng giấy báo để đội che nắng tạm. Các bước gấp như sau:
- + Bước 1: gấp chéo giấy báo sao cho cạnh ngắn trùng với cạnh dài. Sau đó cắt bỏ phần dư ta được hình vuông.
- + Bước 2: gấp chéo hình vuông ta được 2 lớp hình tam giác.
- + Bước 3: gấp đôi hình tam giác, miết nhẹ đường gấp và mở ra ta được đường dấu giữa. Tiếp theo, gấp cạnh bên vào sao cho góc nhọn đụng đường dấu giữa.
- + Bước 4: lật mặt kia, cũng gấp cạnh bên vào sao cho góc nhọn đụng đường dấu giữa, ta được vành mũ.
- + Bước 5: Gấp một lớp của tam giác lên vành mũ theo đường dấu gấp.

- + Bước 6: Trở mặt qua bên kia và gấp lớp tam giác bên còn lại lên.
- + Bước 7: gấp đôi theo đường dấu gấp.
- + Bước 8: Mở nếp gấp lên.
- + Bước 9: Gấp ngược ra sau
- + Bước 10: Lật qua mặt bên kia, ta gấp giống như bước 7, 8, 9 ta được mũ ca lô. theo đường dấu gấp vào trong vành mũ, giúp vành mũ thêm chắc.
- Như vậy là em đã có được một chiếc mũ ca lô chữa cháy khi để quên mũ nón ở nhà. Tuy nhiên, chiếc mũ giấy này vẫn không thể thay để được chiếc mũ vải đâu. Vì vậy, đừng quên mang theo mũ nón khi đi dã ngoại bạn nhé!

**KÍ DUYỆT**

*Ngày 5 tháng 10 năm 2024*

**TỔ TRƯỞNG**



**Nguyễn Thị Hoài Thanh**

**KÍ DUYỆT**

*Ngày tháng 10 năm 2024*

**PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

**Nguyễn Thị Thanh Hải**