

Giúp học sinh về:

1.1. KT: Nhận biết được tên gọi, kí hiệu, độ lớn của đề-ca-gam; hec-tô-gam và gam.

1.2. KN: - Biết chuyển đổi đơn vị đo khối lượng.

- Biết thực hiện phép tính với số đo khối lượng.
- Rèn kĩ năng đổi đơn vị đo.
- Vận dụng kiến thức để giải các bài toán có liên quan.

1.3 TD: Giáo dục học sinh rèn tính cẩn thận, chính xác

2.Nhiệm vụ

2.1. Cá nhân: Mỗi Hs làm ít nhất 3 bài toán cô yêu cầu để nắm được 2 đơn vị đo khối lượng Đề ca gam, hec to gam, bảng đơn vị đo khối lượng.

2.2. Nhóm: Tìm hiểu về bảng đơn vị đo khối lượng, mối quan hệ giữa các đơn vị trong bảng đơn vị đo khối lượng.

3.Tổ chức dạy học trên lớp

Hoạt động 1:Giới thiệu đề-ca-gam và hec-tô-gam.

+ **Mục tiêu:** Nhận biết được tên gọi, kí hiệu, độ lớn của đề-ca-gam; hec-tô-gam và gam.

+ **Cách tiến hành:**

- Để đo vật nặng hàng chục gam dùng đơn vị đo đề - ca gam (dag).
 $1 \text{ dag} = 10 \text{ g}; 10 \text{ g} = 1 \text{ dag}$
 - Để đo vật nặng hàng trăm gam ta dùng đơn vị đo là hec - tô -gam (hg).
 $1 \text{ hg} = 100 \text{ g} = 10 \text{ dag}$
- Hs ghi nhớ và nhắc lại.

Hoạt động 2: Giới thiệu bảng đơn vị đo khối lượng. (Hoạt động nhóm)

+ **Mục tiêu:** Lập được bảng đơn vị đo khối lượng

+ **Cách tiến hành:**

- YCHS nêu các đơn vị đo khối lượng đã học
 - Nêu mối quan hệ giữa các đơn vị đo đó.
 - Lập bảng đơn vị đo khối lượng.
- HS trả lời. - Nhận xét chốt kết quả

Hoạt động 3: Thực hành:

+ **Mục tiêu:** - Biết chuyển đổi đơn vị đo khối lượng.

- Biết thực hiện phép tính với số đo khối lượng.
- Rèn kĩ năng đổi đơn vị đo.

+ **Cách tiến hành:**

Bài 1:

- GV viết lên bảng $7 \text{ kg} = \dots \text{ g}$ và yêu cầu HS cả lớp thực hiện đổi .
- GV cho HS đổi đúng , nêu cách làm của mình, sau đó nhận xét.
- GV hướng dẫn lại cho HS cả lớp cách đổi :
- +Mỗi chữ số trong số đo khối lượng đều ứng với 1 đơn vị đo.
- +Ta cần đổi 6kg ra g, tức là đổi từ đơn vị lớn ra đơn vị bé.
- +Đổi bằng cách thêm dần chữ số 0 vào bên phải số 7, mỗi lần thêm lại đọc tên 1 đơn vị đo liền sau nó , thêm cho đến khi gặp đơn vị cần phải đổi thì dừng lại .
- GV cho HS tự làm tiếp các phần còn lại của bài.
- GV chữa bài, nhận xét .

Bài 2:

- GV nhắc HS thực hiện phép tính bình thường, sau đó ghi tên đơn vị vào kết quả.

Bài 3:

- GV nhắc HS muốn so sánh các số đo đại lượng chúng ta phải đổi chúng về cùng một đơn vị đo rồi mới so sánh .
- GV chữa bài .

Bài 4:

- GV gọi HS đọc đề bài .
- Cho HS làm bài .
- GV nhận xét

4. Kiểm tra đánh giá

GV thu vở một số Hs để chấm nhận xét và đánh giá, khen HS

5.Định hướng học tập tiếp theo

- GV tổng kết giờ học .
- Dẫn HS về nhà làm bài tập và chuẩn bị bài tiết sau.
- Tìm hiểu về hai đơn vị đo thời gian Giây và thế kỷ , cách đổi đơn vị đo thời gian

TOÁN

GIÂY, THẾ KỶ

1. **Mục tiêu:**

Giúp học sinh về:

1.1. KT: - Biết đơn vị giây, thế kỉ

- Biết mối quan hệ giữa phút và giây, thế kỉ và năm.

1.2. KN: - Biết xác định một năm cho trước thuộc thế kỉ.

- Vận dụng kiến thức để giải các bài toán có liên quan.

1.3 TD: Giáo dục học sinh rèn tính cẩn thận, chính xác. Yêu quý thời gian

2.Nhiệm vụ

2.1. Cá nhân: Mỗi Hs làm ít nhất 2 bài toán cô yêu cầu để nắm được hai đơn vị đo thời gian Giây và thế kỷ, cách đổi đơn vị đo thời gian.

2.2. Nhóm: Tìm hiểu về hai đơn vị đo thời gian Giây và thế kỷ, cách đổi đơn vị đo thời gian

3.Tổ chức dạy học trên lớp

Hoạt động 1:Giới thiệu đơn vị giây, thế kỉ

+ **Mục tiêu:** Biết đơn vị giây, thế kỉ, mối quan hệ giữa phút và giây, thế kỉ và năm.

+ **Cách tiến hành:**

- Gv cho hs quan sát đồng hồ thật:

 Tìm hiểu về giây

→ **1 phút = 60 giây**

- Để tính những khoảng thời gian dài hàng trăm năm, người ta dùng đơn vị đo là thế kỉ.

→**1 thế kỉ = 100 năm**

Hướng dẫn HS cách tìm thế kỷ

- Hs nêu lại cách tìm thế kỷ

Hoạt động 2: Thực hành

+ **Mục tiêu:** Biết xác định một năm cho trước thuộc thế kỉ.

- Vận dụng kiến thức để giải các bài toán có liên quan.

+ **Cách tiến hành:**

Bài 1:

-GV yêu cầu HS đọc yêu cầu của bài, sau đó tự làm bài. (không làm 7p =...giây, 9 thế kỉ =năm, 1/5 thế kỉ =năm)

- GV yêu cầu HS đổi chéo vở để kiểm tra bài lẫn nhau.

- GV nhận xét và đánh giá HS.

Bài 2:

- GV hướng dẫn HS xác định vị trí tương đối của năm đó trên trục thời gian, sau đó xem năm đó rơi vào khoảng thời gian của thế kỉ nào và làm bài

Bài 3:

-HS làm bài, sau đó đổi chéo vở để kiểm tra bài của nhau.

- GV nhắc HS khi muốn tính khoảng thời gian dài bao lâu chúng ta thực hiện phép tính trừ hai điểm thời gian cho nhau.
- GV yêu cầu HS làm tiếp phần b.
- GV chữa bài

4. Kiểm tra đánh giá

GV thu vở một số Hs để chấm nhận xét và đánh giá, khen HS phần sản phẩm cá nhân và sản phẩm nhóm.

5. Định hướng học tập tiếp theo

Bài tập : Điền số thích hợp vào chỗ chấm

7 thế kỉ =...năm

1/5 thế kỉ =...năm

20 thế kỉ=....năm

1/4 thế kỉ =năm

5 ngày =giờ

1/3 ngày =giờ

512 phút =.....giờ..... phút

1 giờ 12 giây=giây

-GV tổng kết giờ học, dặn HS về nhà làm bài tập và chuẩn bị bài sau.

TẠI SAO CẦN ĂN PHỐI HỢP NHIỀU LOẠI THỨC ĂN ?

1. Mục tiêu:

1.1.Kiến thức

-Hiểu và giải thích được tại sao cần ăn phối hợp nhiều loại thức ăn và thường xuyên thay đổi món.

1.2.Kỹ năng:

-Biết thế nào là một bữa ăn cân đối, các nhóm thức ăn trong tháp dinh dưỡng.

1.3.Thái độ: -Có ý thức ăn nhiều loại thức ăn trong các bữa ăn hàng ngày.

2. Nhiệm vụ học tập thực hiện mục tiêu

2.1. Cá nhân: Tìm hiểu những loại thức ăn đảm bảo sức khỏe của con người

2.2. Nhóm: Tìm hiểu tại sao cần phải ăn phối hợp nhiều loại thức ăn và thường xuyên thay đổi món ? Nhóm thức ăn có trong một bữa ăn cân đối.

3. Tổ chức hoạt động dạy học trên lớp

* **Hoạt động 1:** Vì sao cần phải ăn phối hợp nhiều loại thức ăn và thường xuyên thay đổi món ?

+Mục tiêu: Giải thích được lý do cần ăn phối hợp nhiều loại thức ăn và thường xuyên thay đổi món.

+Cách tiến hành:

Bước 1: GV tiến hành cho HS hoạt động nhóm theo định hướng.

-Chia nhóm 4 HS.

-Yêu cầu HS thảo luận và trả lời các câu hỏi:

+Nếu ngày nào cũng chỉ ăn một loại thức ăn và một loại rau thì có ảnh hưởng gì đến hoạt động sống ?

+Để có sức khỏe tốt chúng ta cần ăn như thế nào ?

+Vì sao phải ăn phối hợp nhiều loại thức ăn và thường xuyên thay đổi món.

Bước 2: GV tiến hành hoạt động cả lớp.

-Gọi 2 đến 3 nhóm HS lên trình bày ý kiến của nhóm mình. GV ghi các ý kiến không trùng lên bảng và kết luận ý kiến đúng.

-Gọi 2 HS đọc to mục Bạn cần biết trang 17 / SGK.

-GV chuyển hoạt động: Để có sức khỏe tốt chúng ta cần có những bữa ăn cân đối, hợp lý. Để biết bữa ăn như thế nào là cân đối các em cùng tìm hiểu tiếp bài.

*** Hoạt động 2: Nhóm thức ăn có trong một bữa ăn cân đối.**

+Mục tiêu: Nói tên nhóm thức ăn cần ăn đủ, ăn vừa phải, ăn có mức độ, ăn ít và ăn hạn chế.

+Cách tiến hành:

Bước 1: GV tiến hành hoạt động nhóm theo định hướng.

-Chia nhóm, mỗi nhóm có từ 6 đến 8 HS, phát giấy cho HS.

-Yêu cầu HS quan sát thức ăn trong hình minh hoạ trang 16 và tháp dinh dưỡng cân đối trang 17 để vẽ và tô màu các loại thức ăn nhóm chọn cho 1 bữa ăn.

-Cử người đại diện trình bày tại sao nhóm mình lại chọn loại thức ăn đó.

Bước 2: GV tiến hành hoạt động cả lớp.

-Gọi 2 đến 3 nhóm lên trước lớp trình bày.

-Nhận xét từng nhóm. Yêu cầu bắt buộc trong mỗi bữa ăn phải có đủ chất và hợp lý.

-Yêu cầu HS quan sát kỹ tháp dinh dưỡng và trả lời câu hỏi: Những nhóm thức ăn nào cần: Ăn đủ, ăn vừa phải, ăn có mức độ, ăn ít, ăn hạn chế ?

** **GV kết luận:** Một bữa ăn có nhiều loại thức ăn đủ nhóm: Bột đường, đạm, béo, vi-ta-min, chất khoáng và chất xơ với tỷ lệ hợp lý như tháp dinh dưỡng cân đối chỉ dẫn là một bữa ăn cân đối.*

*** Hoạt động 3: Trò chơi: “Đi chợ”**

+Mục tiêu: Biết lựa chọn các thức ăn cho từng bữa ăn một cách phù hợp và có lợi cho sức khỏe.

+Cách tiến hành:

-Giới thiệu trò chơi: Các em hãy thi xem ai là người đầu bếp giỏi biết chế biến những món ăn tốt cho sức khỏe. Hãy lên thực đơn cho một ngày ăn hợp lý và giải thích tại sao em lại chọn những thức ăn này.

-Phát phiếu thực đơn đi chợ cho từng nhóm.

-Yêu cầu các nhóm lên thực đơn và tập thuyết trình từ 5 đến 7 phút.

-Gọi các nhóm lên trình bày, sau mỗi lần có nhóm trình bày GV gọi nhóm khác bổ sung, nhận xét. GV ghi nhanh các ý kiến nhận xét vào phiếu của mỗi nhóm.