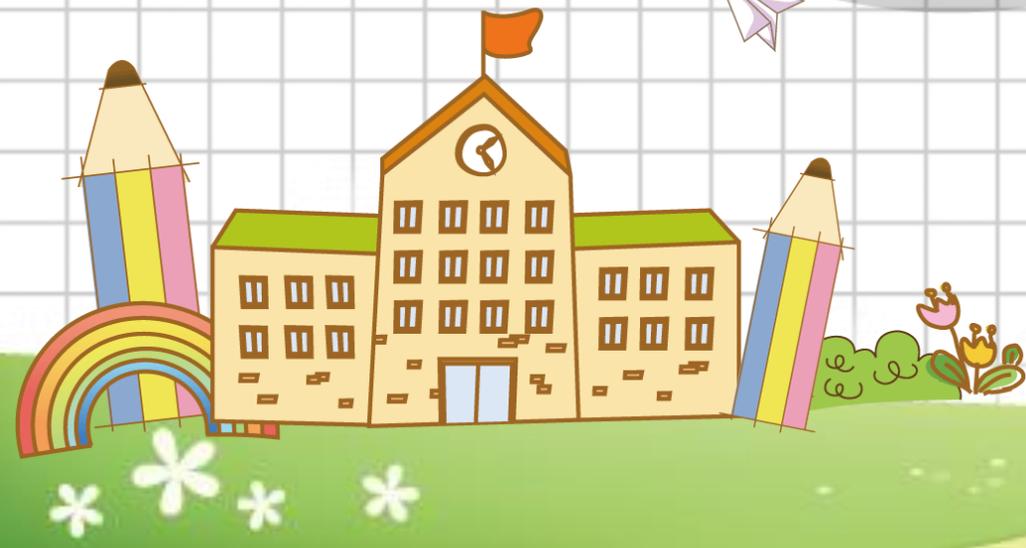
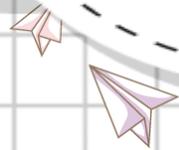
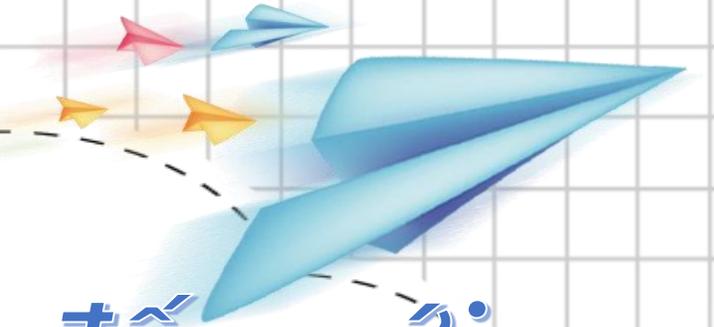
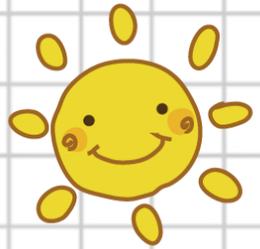


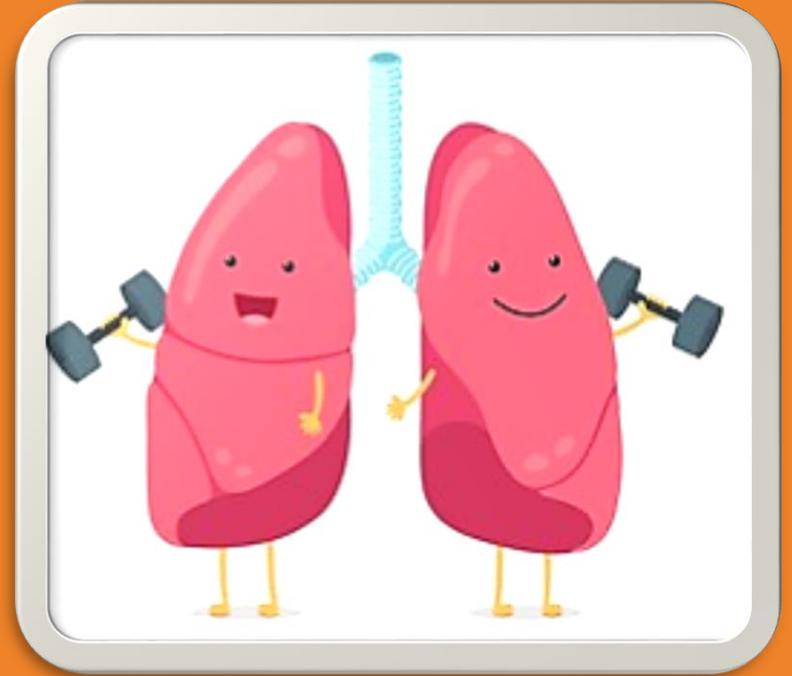
TRƯỜNG TIỂU HỌC NGỌC THỤY

Chào mừng các em đến với
tiết Tự nhiên xã hội



BÀI 24

**CHĂM SÓC, BẢO VỆ
CƠ QUAN HÔ HẤP**





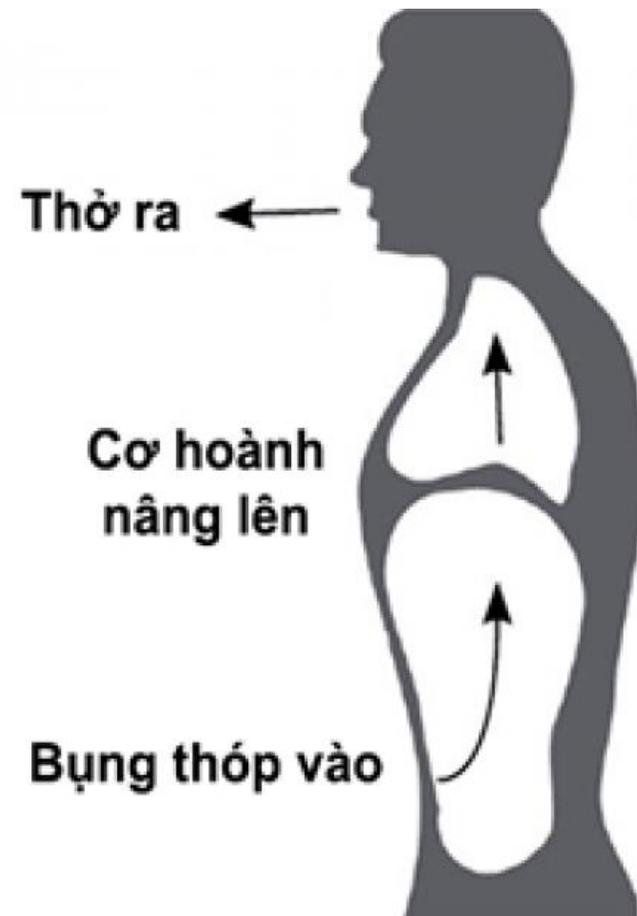
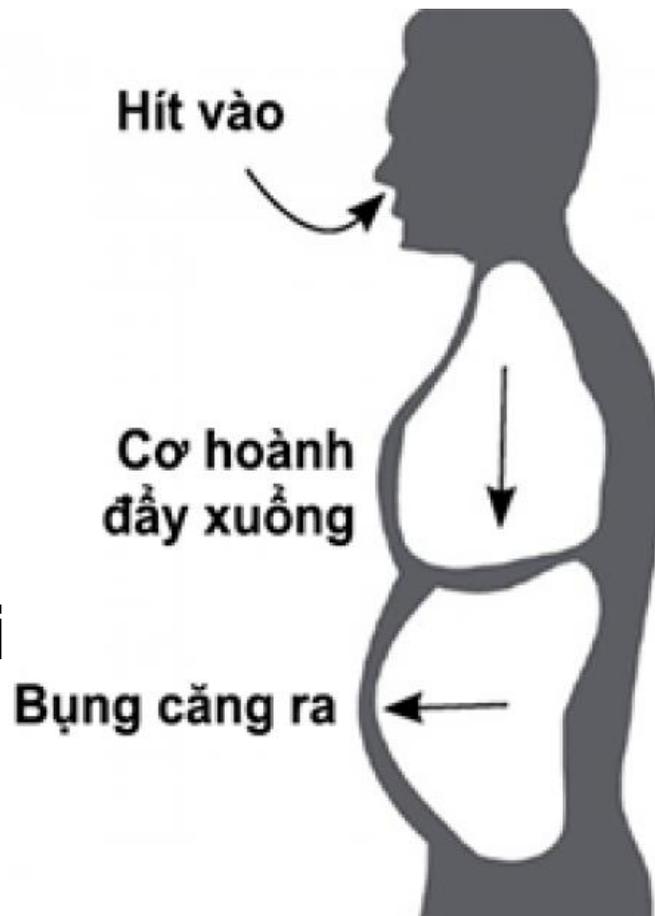
THỰC HÀNH



Hít thở đúng cách

Bước 1: Hít chậm và sâu bằng mũi cho đến khi bụng phồng lên.

Bước 2: Thở ra chậm để không khí từ từ đi qua mũi cho đến khi bụng xẹp xuống.



THỰC HÀNH



**Sau khi luyện tập cách hít thở
đúng em cảm thấy như thế nào?**

Vui chơi ở nơi
có khói thuốc



1

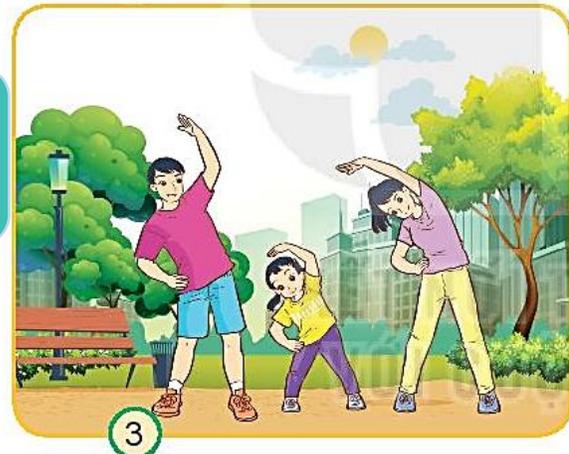


2

Đeo khẩu trang
khi ra đường



Tập thể dục
thể thao



3



4

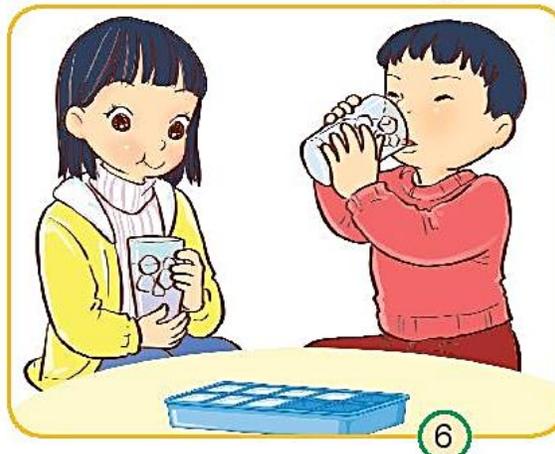
Phòng bữa bãi,
bẩn thỉu



Cho tay lên
ngóáy mũi



5



6

Uống nước đá



VẬN DỤNG



Em đã làm được việc nào dưới đây?
Giải thích tác dụng của việc đó.



Rửa tay sạch



Dọn dẹp
nhà cửa



Phóng viên nhí

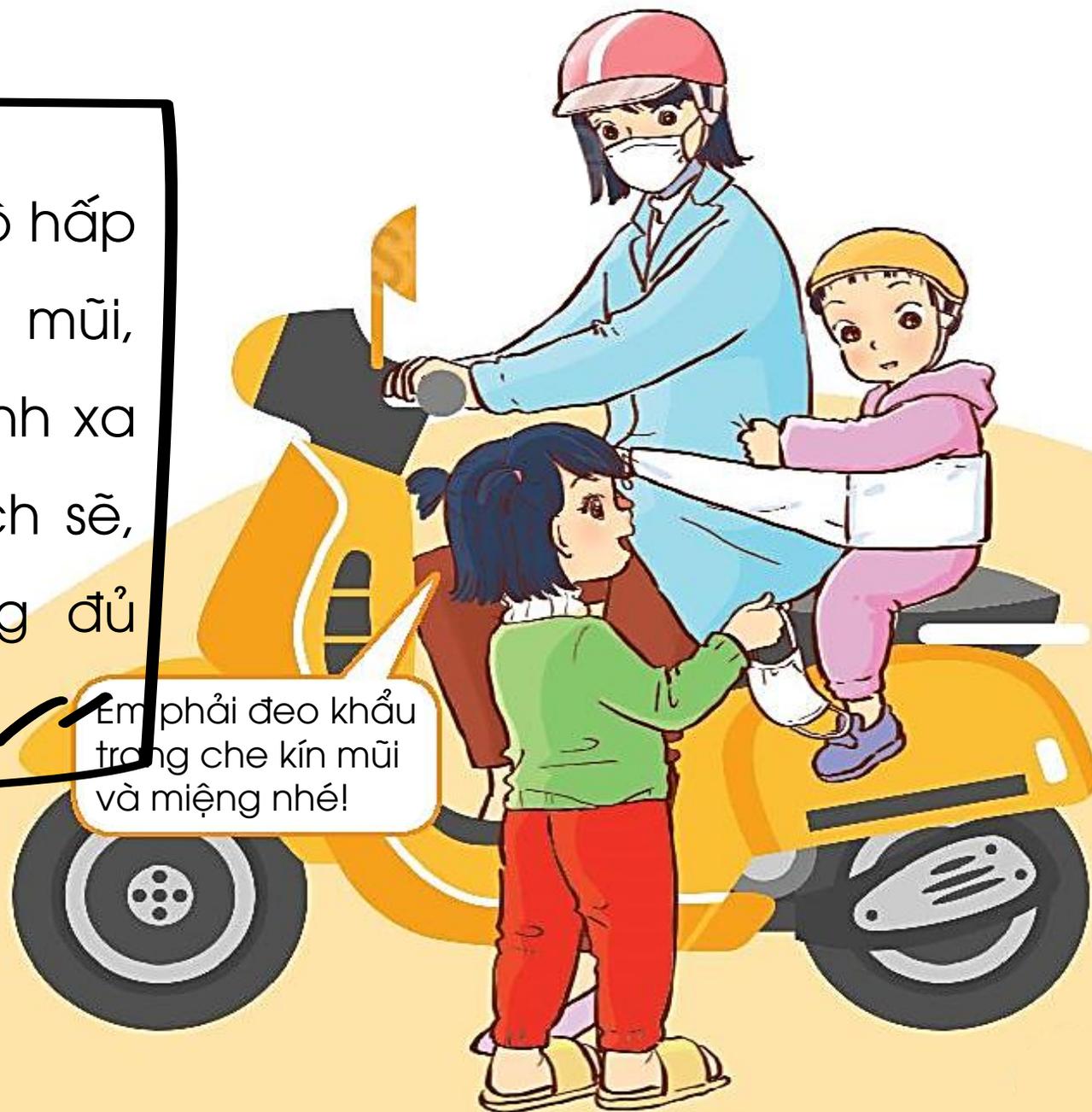
Gợi ý

1. Bạn làm gì để bảo vệ cơ quan hô hấp?
2. Hàng ngày bạn vệ sinh mũi họng như thế nào?
3. Bạn làm gì để phòng bệnh hô hấp?

Ghi nhớ

Chăm sóc, bảo vệ cơ quan hô hấp cần giữ ấm cơ thể; vệ sinh mũi, họng; rửa tay đúng cách; tránh xa nơi khói bụi; giữ gìn nơi ở sạch sẽ, đủ ấm, thoáng khí; ăn uống đủ chất; tập thể dục đều đặn.

Em phải đeo khẩu trang che kín mũi và miệng nhé!



A vibrant, cartoon-style illustration featuring five diverse children standing on a green grassy field. The children are smiling and have their arms raised in a celebratory gesture. From left to right: a boy with orange hair wearing a green shirt and blue shorts; a girl with brown hair in pigtails wearing a pink dress; a boy with brown hair wearing a blue and orange striped shirt; a girl with black hair wearing a yellow dress with pink polka dots; and a boy with black hair wearing an orange shirt. In the background, a bright yellow sun with a smiling face and rosy cheeks is in the top right corner. A multi-colored rainbow arches across the sky. The sky is a light blue with soft, white, wavy clouds. The overall scene is bright and cheerful.

Củng cố bài học