

TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ
KHOA SƯ PHẠM TRUNG HỌC

Nguyễn Hoài An

KHÓA LUẬN TỐT NGHIỆP

TÍCH HỢP GIÁO DỤC BẢO VỆ SỨC KHOẺ
THÔNG QUA DẠY HỌC CHỦ ĐỀ “SINH HỌC CƠ THỂ NGƯỜI”
MÔN KHOA HỌC TỰ NHIÊN 8

Mã sinh viên: 2652470017

Ngành: Sư phạm Khoa học tự nhiên

NINH BÌNH, 2026

TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ
KHOA SƯ PHẠM TRUNG HỌC

Nguyễn Hoài An

KHÓA LUẬN TỐT NGHIỆP

TÍCH HỢP GIÁO DỤC BẢO VỆ SỨC KHOẺ THÔNG QUA
DẠY HỌC CHỦ ĐỀ “SINH HỌC CƠ THỂ NGƯỜI”
MÔN KHOA HỌC TỰ NHIÊN 8

Mã sinh viên: 2652470017

Ngành: Sư phạm Khoa học tự nhiên

Người hướng dẫn: TS. Nguyễn Thị Loan

NINH BÌNH, 2026

LỜI CAM ĐOAN

Tôi xin cam đoan rằng: Khóa luận tốt nghiệp với đề tài “Tích hợp giáo dục bảo vệ sức khỏe thông qua dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người” môn Khoa học tự nhiên 8” là kết quả nghiên cứu và thực hiện của riêng tôi dưới sự hướng dẫn của Tiến sĩ Nguyễn Thị Loan. Các số liệu, tài liệu, ví dụ, hình ảnh, bảng biểu và nội dung trình bày trong khóa luận là trung thực, có nguồn gốc rõ ràng và chưa từng được sao chép hoặc sử dụng cho bất kỳ công trình nào khác. Tôi xin chân thành cảm ơn sự hướng dẫn tận tình của giảng viên hướng dẫn, sự hỗ trợ của quý thầy cô trong khoa cũng như sự giúp đỡ từ phía bạn bè và các cá nhân, tổ chức liên quan trong quá trình thực hiện đề tài.

Ninh Bình, ngày tháng năm 2026

Người thực hiện

Nguyễn Hoài An

XÁC NHẬN CỦA NGƯỜI HƯỚNG DẪN KHOA HỌC

Đề tài “Tích hợp giáo dục bảo vệ sức khỏe thông qua dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người” môn Khoa học tự nhiên 8” là công trình nghiên cứu của sinh viên Nguyễn Hoài An, nội dung trong đề tài chưa công bố trong bất kỳ công trình nào khác. Trong đề tài có sự tham khảo một số tài liệu có nguồn gốc và được trích dẫn rõ ràng.

Ninh Bình, ngày tháng năm 2026

Người hướng dẫn

TS. Nguyễn Thị Loan

DANH MỤC CÁC CHỮ VIẾT TẮT

STT	Từ viết tắt	Nghĩa
1	GDBVSK	Giáo dục bảo vệ sức khỏe
2	GV	Giáo viên
3	HS	Học sinh
4	KHTN	Khoa học tự nhiên
5	SGK	Sách giáo khoa
6	THCS	Trung học cơ sở
7	WHO	World Health Organization (Tổ chức Y tế Thế giới)

DANH MỤC CÁC BẢNG

Bảng 1.1. Nhu cầu và mong muốn của GV và HS.....	22
Bảng 2.1. Tổng hợp các bài học và mức độ tích hợp GDBVSK thuộc chủ đề “Sinh học cơ thể người”.....	28
Bảng 2.2. Kết quả đánh giá của giáo viên đối về mức độ phù hợp của kế hoạch bài dạy	63
Bảng 2.3. Kết quả đánh giá của giáo viên đối về tính khả thi của kế hoạch bài dạy	63
Bảng 2.4. Kết quả đánh giá của giáo viên đối về tính hiệu quả..... của kế hoạch bài dạy	64
Bảng 2.5. Kết quả điểm trung bình phiếu đánh giá của từng giáo viên.....	65

DANH MỤC HÌNH

Hình 1.1. Biểu đồ về mức độ nhận thức của giáo viên về dạy học tích hợp GDBVSK.....	16
Hình 1.2. Biểu đồ về mức độ tích hợp GDBVSK của giáo viên trong dạy học Sinh học.....	17
Hình 1.5. Biểu đồ về nội dung GDBVSK được tích hợp trong dạy học Sinh học	18
Hình 1.5. Biểu đồ về khó khăn hạn chế trong quá trình dạy học.....	19
Hình 1.6. Biểu đồ về mức độ hứng thú của học sinh về các bài học liên quan đến sức khỏe.....	20
Hình 1.7. Biểu đồ về mức độ tham gia tích cực của học sinh về các bài học liên quan đến sức khỏe	20
Hình 1.8. Biểu đồ về mức độ áp dụng kiến thức đã học vào thực tiễn để bảo vệ sức khỏe của học sinh.....	21

MỤC LỤC

MỞ ĐẦU	1
1. Lý do chọn đề tài.....	1
2. Tổng quan tình hình nghiên cứu	2
3. Mục đích và nhiệm vụ nghiên cứu.....	5
4. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu.....	6
5. Phương pháp nghiên cứu.....	6
6. Ý nghĩa khoa học và ý nghĩa thực tiễn.....	6
Chương 1	8
CƠ SỞ LÝ LUẬN VÀ CƠ SỞ THỰC TIỄN CỦA ĐỀ TÀI.....	8
1.1. Cơ sở lý luận	8
1.1.1. Khái quát về dạy học tích hợp.....	8
1.1.2. Khái quát về giáo dục bảo vệ sức khỏe trong dạy học.....	11
1.1.3. Khái quát về nội dung chủ đề: “Sinh học cơ thể người” môn Khoa học tự nhiên 8	14
1.2. Cơ sở thực tiễn	14
1.2.1. Khái quát về quá trình điều tra dạy học tích hợp GDBVSK.....	14
1.2.2. Kết quả điều tra	16
Tiểu kết chương 1	23
Chương 2	24
TÍCH HỢP GIÁO DỤC BẢO VỆ SỨC KHOẺ THÔNG QUA.....	24
2.1. Nguyên tắc tích hợp GDBVSK trong dạy học.....	24
2.2. Quy trình thiết kế kế hoạch dạy học tích hợp giáo dục sức khỏe trong dạy học chủ đề “ Sinh học cơ thể người ” môn KHTN 8.	26
2.3. Thiết kế kế hoạch dạy học tích hợp GDBVSK trong dạy học chủ đề: “Sinh học cơ thể người” môn KHTN 8.....	28
2.4. Đánh giá hiệu quả kế hoạch dạy học tích hợp GDBVSK trong dạy học chủ đề: “Sinh học cơ thể người” môn KHTN 8.....	60
Tiểu kết chương 2	67
KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ	68
DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO.....	70
PHỤ LỤC	

MỞ ĐẦU

1. Lý do chọn đề tài

Trong những năm qua, Đảng và Nhà nước luôn đặc biệt quan tâm đến sự nghiệp giáo dục đào tạo và công tác bảo vệ, chăm sóc sức khỏe của nhân dân nói chung, sức khỏe học đường nói riêng. Nhằm đáp ứng các yêu cầu trong giai đoạn mới, Bộ Chính trị đã ban hành Kết luận số 91-KL/TW ngày 12/8/2024 về tiếp tục thực hiện đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo. Văn kiện mang tính thời sự này nhấn mạnh mục tiêu chuyển mạnh từ mô hình giáo dục chủ yếu truyền thụ kiến thức sang phát triển toàn diện cả về phẩm chất, năng lực, thể chất và tinh thần của người học, đồng thời yêu cầu đổi mới mạnh mẽ phương pháp giảng dạy theo hướng gắn liền lý thuyết với thực tiễn [1].

Trên cơ sở các chủ trương đó, Chương trình Giáo dục phổ thông 2018 (ban hành theo Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT) đã cụ thể hóa bằng việc tăng cường dạy học tích hợp, gắn kiến thức với thực tiễn. Thông tư này quy định rõ việc xây dựng các môn học tích hợp ở cấp THCS, tiêu biểu là môn Khoa học tự nhiên [2]. Song song với đổi mới giáo dục, công tác y tế học đường cũng nhận được sự chỉ đạo quyết liệt từ Chính phủ. Quyết định số 1660/QĐ-TTg của Thủ tướng Chính phủ phê duyệt Chương trình Sức khỏe học đường giai đoạn 2021–2025 là cơ sở cốt lõi khẳng định vai trò then chốt của nhà trường trong việc bảo vệ, nâng cao sức khỏe thể chất và tinh thần cho học sinh [7].

Học sinh THCS là lứa tuổi có nhiều biến đổi mạnh mẽ về thể chất, tâm sinh lý và dễ hình thành các thói quen sinh hoạt ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe lâu dài. Tuy nhiên, nhiều học sinh hiện nay còn thiếu kiến thức và kỹ năng chăm sóc bản thân, dễ mắc các thói quen không lành mạnh như ăn uống thiếu khoa học, lười vận động, vệ sinh cá nhân chưa đúng cách hoặc chưa có ý thức phòng tránh bệnh tật học đường. Thực trạng này đòi hỏi phải có sự can thiệp đồng bộ từ cả hai ngành giáo dục và y tế theo tinh thần của Chương trình số 218/CTr-BGDĐT-BYT về phối hợp thực hiện công tác y tế trường học, chăm sóc sức khỏe trẻ em, học sinh, sinh viên giai đoạn 2022–2026 [6]. Điều này ảnh hưởng tiêu cực đến sự phát triển

toàn diện của các em. Vì vậy, GDBVSK trong nhà trường giữ vai trò cốt lõi trong việc giúp học sinh hình thành kiến thức, kỹ năng và hành vi tự chăm sóc, đặc biệt là nâng cao nhận thức về dinh dưỡng hợp lý theo định hướng của Quyết định số 02/QĐ-TTg về Chiến lược Quốc gia về dinh dưỡng giai đoạn 2021–2030, tầm nhìn đến năm 2045 [15].

Thông qua dạy học, học sinh không chỉ hiểu về cấu tạo và hoạt động của cơ thể người mà còn biết vận dụng kiến thức vào thực tiễn nhằm xây dựng lối sống lành mạnh, phòng tránh bệnh tật và nâng cao chất lượng cuộc sống. Đây cũng là yêu cầu hoàn toàn phù hợp với định hướng phát triển phẩm chất và năng lực của Chương trình Giáo dục phổ thông 2018. Trong chương trình KHTN 8, chủ đề “Sinh học cơ thể người” giữ vai trò đặc biệt quan trọng vì cung cấp cho học sinh những kiến thức nền tảng về cấu tạo, chức năng và sự phối hợp hoạt động của các hệ cơ quan trong cơ thể người như hệ vận động, tuần hoàn, hô hấp, tiêu hoá, bài tiết, thần kinh, giác quan, nội tiết và sinh sản. Đây là những nội dung có tính thực tiễn cao, gắn liền với các vấn đề sức khỏe thực tế, gần gũi với học sinh THCS như phòng tránh cong vẹo cột sống, giữ gìn vệ sinh cá nhân, xây dựng chế độ dinh dưỡng hợp lý, bảo vệ các giác quan, rèn luyện thân thể và chăm sóc sức khỏe vị thành niên.

Bên cạnh việc cung cấp kiến thức khoa học, chủ đề này còn có nhiều tiềm năng trong việc tích hợp GDBVSK nhằm giúp học sinh hình thành năng lực vận dụng kiến thức vào thực tiễn đời sống. Thực tế dạy học hiện nay ở trường THCS cho thấy việc triển khai lồng ghép GDBVSK cho học sinh đã bắt đầu được các nhà trường chú trọng, song vẫn rất cần những giải pháp, biện pháp lồng ghép cụ thể, khoa học mang lại hiệu quả cao hơn. Xuất phát từ những lý do trên, với mong muốn giúp học sinh rèn luyện kỹ năng vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn chăm sóc và bảo vệ sức khỏe bản thân, chúng tôi lựa chọn đề tài nghiên cứu: *“Tích hợp giáo dục bảo vệ sức khỏe thông qua dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người” môn Khoa học Tự nhiên 8”*.

2. Tổng quan tình hình nghiên cứu

2.1. Trên thế giới

Công tác GDBVSK cho học sinh là một phần rất quan trọng của chiến lược phát triển đất nước, là yếu tố cơ bản để nâng cao chất lượng cuộc sống của con người, của từng gia đình và của toàn xã hội. Trên thế giới có một số công trình nghiên cứu đến vấn đề GDBVSK cho HS nói chung và HS THCS nói riêng.

Theo WHO (2016) trường học là nơi chăm sóc, phát triển sức khỏe một cách bền vững cho người học bằng cách cung cấp các chế độ dinh dưỡng hợp lý, phối hợp với gia đình để giáo dục, nâng cao nhận thức của trẻ về các vấn đề sức khỏe như vệ sinh cá nhân, sử dụng nước sạch, sử dụng dụng cụ sạch sẽ, ...trẻ được cải thiện sức khỏe phát triển lành mạnh không chỉ trong hiện tại mà còn cho sức khỏe sau này. WHO cũng nhấn mạnh vai trò của giáo viên và nhà trường trong việc tạo lập môi trường học tập an toàn, hỗ trợ học sinh thực hành các hành vi sức khỏe tích cực. Tuy nhiên, cách tiếp cận này chủ yếu mang tính định hướng chung, chưa cụ thể hóa thành các hình thức tổ chức dạy học trong từng môn học [22].

The Lancet (2016) cho rằng mặc dù nhiều quốc gia đã quan tâm triển khai giáo dục sức khỏe trong trường học, nhưng việc thực hiện còn thiếu tính đồng bộ và chưa đạt hiệu quả cao. Nghiên cứu nhấn mạnh sự cần thiết của việc quản lý toàn diện và tăng cường phối hợp giữa nhà trường, gia đình và xã hội. Tuy vậy, nội dung nghiên cứu vẫn dừng ở tầm chính sách, chưa đi sâu vào các biện pháp dạy học cụ thể [19].

Tác giả Moore (2019) chỉ ra rằng giáo dục sức khỏe cho học sinh cần được thực hiện thông qua các mối quan hệ với gia đình, thầy cô và bạn bè, qua đó góp phần phát triển thể chất, trí tuệ và cảm xúc cho học sinh. Nghiên cứu đã mở rộng phạm vi giáo dục sức khỏe sang các yếu tố tâm lý – xã hội, song vẫn mang tính tổng quan, chưa gắn trực tiếp với việc tổ chức dạy học trong từng môn học cụ thể [17].

Rosaria Vari (2022) đã xây dựng và triển khai chương trình giáo dục dinh dưỡng MaestraNatura cho học sinh trung học cơ sở tại Italy. Kết quả cho thấy chương trình giúp nâng cao đáng kể kiến thức và kỹ năng về dinh dưỡng, từ đó tác động tích cực đến hành vi ăn uống của học sinh. Tuy nhiên, nghiên cứu chủ yếu tập trung vào một nội dung cụ thể là dinh dưỡng và được thực hiện trong phạm vi hẹp, nên khả năng khái quát chưa cao [20].

Sae Nakaoka (2025), tập trung nghiên cứu việc tích hợp giáo dục sức khỏe vào các môn học ở cấp trung học cơ sở tại Nhật Bản. Kết quả cho thấy khi nội dung sức khỏe được lồng ghép vào bài học, học sinh hiểu sâu hơn và có khả năng vận dụng kiến thức vào thực tiễn tốt hơn. Mặc dù vậy, nghiên cứu vẫn giới hạn trong một bối cảnh cụ thể và chưa xây dựng được mô hình dạy học mang tính hệ thống, có thể áp dụng rộng rãi [18].

Từ các nghiên cứu trên có thể thấy, giáo dục sức khỏe trong nhà trường đã được quan tâm ở nhiều góc độ, từ định hướng chính sách đến các nghiên cứu thực nghiệm. Tuy nhiên, các công trình chủ yếu còn mang tính khái quát hoặc thực hiện trong bối cảnh cụ thể, chưa đi sâu vào dạy học tích hợp trong từng môn học. Vì vậy, cần có những nghiên cứu cụ thể về tích hợp giáo dục sức khỏe trong dạy học chủ đề Sinh học cơ thể người ở cấp trung học cơ sở.

2.2. Việt Nam

Tại Việt Nam, việc GDBVSK cho học sinh THCS đã được một số tác giả nghiên cứu.

Tác giả Phùng Thị Hằng (2017), cho thấy hoạt động giáo dục sức khỏe sinh sản trong các trường THCS đã được triển khai nhưng hiệu quả chưa đồng đều. Nội dung giáo dục chủ yếu tập trung vào kiến thức, trong khi kỹ năng thực hành và tự bảo vệ của học sinh còn hạn chế. Bên cạnh đó, sự phối hợp giữa nhà trường, gia đình và xã hội chưa thực sự chặt chẽ [10].

Nguyễn Thị Mai Hương (2019) tập trung nghiên cứu việc tổ chức dạy học theo nhóm trong nội dung “Cơ thể con người và sức khỏe”, qua đó góp phần phát triển năng lực học tập và nâng cao ý thức bảo vệ sức khỏe cho học sinh THCS [11]. Tuy nhiên, nghiên cứu chủ yếu tiếp cận ở phương pháp dạy học, chưa đi sâu vào tích hợp nội dung giáo dục sức khỏe một cách hệ thống.

Bùi Thị Thanh Diệu và Nguyễn Thị Trâm Anh (2020) nghiên cứu về sức khỏe tâm thần của học sinh THCS tại Đà Nẵng, chỉ ra thực trạng nhiều học sinh gặp áp lực học tập, căng thẳng tâm lý và khó khăn trong giao tiếp. Nghiên cứu cũng chỉ ra rằng việc giáo dục và hỗ trợ sức khỏe tâm thần trong nhà trường còn chưa đồng đều và chưa đáp ứng đầy đủ nhu cầu của học sinh. Từ đó, các tác giả

nhấn mạnh sự cần thiết của việc tăng cường giáo dục sức khoẻ tâm thần và xây dựng môi trường học đường an toàn, thân thiện cho học sinh THCS [8].

Lê Minh Thi (2022), trong nghiên cứu của mình tác giả nhấn mạnh sự cần thiết của việc tăng cường hợp tác giữa ngành y tế và giáo dục nhằm lồng ghép nội dung giáo dục sức khoẻ sinh sản một cách phù hợp, giúp học sinh, nhất là nhóm vị thành niên dễ bị tổn thương, được trang bị kiến thức và kỹ năng sống cần thiết cho sự phát triển toàn diện [14].

Thái Minh Quốc (2024) cho thấy hoạt động giáo dục sức khoẻ tâm thần trong trường học đã được triển khai khá thường xuyên và đạt được một số kết quả tích cực, nhất là trong việc phát triển kỹ năng cảm xúc và quan hệ xã hội cho học sinh [12]. Dù vậy, nghiên cứu vẫn giới hạn trong phạm vi khảo sát cụ thể.

Nhìn chung, các nghiên cứu trong và ngoài nước đều cho thấy xu hướng chuyển từ tiếp cận cung cấp kiến thức sang phát triển năng lực và hành vi bảo vệ sức khoẻ cho học sinh. Tuy nhiên, việc tích hợp giáo dục sức khoẻ trong dạy học các môn học, đặc biệt thông qua chủ đề Sinh học cơ thể người, vẫn có thể tiếp tục được nghiên cứu và làm rõ hơn trong bối cảnh giáo dục hiện nay.

3. Mục đích và nhiệm vụ nghiên cứu

3.1. Mục đích của nghiên cứu

Tích hợp GDBVSK qua chủ đề “Sinh học cơ thể người” (KHTN 8) nhằm góp phần giáo dục toàn diện và nâng cao ý thức chăm sóc sức khoẻ cho học sinh.

3.2. Nhiệm vụ nghiên cứu

- Khái quát cơ sở lý luận và thực tiễn của việc tích hợp GDBVSK thông qua dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người” môn KHTN 8.
- Xây dựng nguyên tắc, quy trình tích hợp GDBVSK trong dạy học thông qua chủ đề “Sinh học cơ thể người” KHTN 8
- Thiết kế hoạch bài dạy tích hợp GDBVSK trong dạy học chủ đề: “Sinh học cơ thể người” KHTN 8
- Đánh giá hiệu quả của kế hoạch bài dạy tích hợp GDBVSK trong dạy học chủ đề: “Sinh học cơ thể người” KHTN 8.

4. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu

4.1. Đối tượng nghiên cứu

Tích hợp GDBVSK trong dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người” môn Khoa học Tự nhiên 8.

4.2. Phạm vi nghiên cứu

- Phạm vi điều tra thực trạng: Tiến hành điều tra, thực trạng vấn đề nghiên cứu trên 15 GV và 100 HS ở một số trường THCS tại Ninh Bình. (Trường THCS Lê Hồng Phong, Trường THCS Trương Hán Siêu, Trường THCS Đinh Tiên Hoàng)

- Thời gian nghiên cứu: Từ tháng 11/2025 đến tháng 4/2026.

5. Phương pháp nghiên cứu

5.1. Phương pháp nghiên cứu lý thuyết

- Tổng hợp các nghiên cứu về GDBVSK trong dạy học chủ đề Sinh học cơ thể người KHTN 8.

- Nghiên cứu chương trình, sách giáo khoa, sách bài tập môn KHTN 8 để xác định yêu cầu cần đạt và nội dung trong chủ đề “Sinh học cơ thể người”.

5.2. Phương pháp nghiên cứu thực tiễn

- Phương pháp điều tra: Tiến hành điều tra GV và HS bằng phiếu khảo sát về thực trạng GDBVSK trong dạy học môn KHTN 8 hiện nay.

- Phương pháp chuyên gia: Xin ý kiến chuyên gia là các thầy cô giáo dạy môn KHTN 8 ở trường THCS để đánh giá chất lượng và hiệu quả của kế hoạch bài dạy tích hợp GDBVSK trong dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người” môn KHTN 8.

5.3. Phương pháp xử lý số liệu bằng thống kê toán học

- Sử dụng phần mềm Excel để xử lý số liệu, vẽ biểu đồ, lập bảng so sánh ... để phân tích kết quả nghiên cứu.

6. Ý nghĩa khoa học và ý nghĩa thực tiễn

6.1. Ý nghĩa khoa học

Hệ thống hóa cơ sở lý luận và cơ sở thực tiễn về tích hợp GDBVSK trong dạy học nói chung và dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người”, KHTN 8 nói riêng.

6.2. Ý nghĩa thực tiễn

Kế hoạch bài dạy tích hợp GDBVSK là nguồn tài liệu tham khảo hữu ích cho giảng viên, sinh viên ngành sư phạm Khoa học tự nhiên Trường Đại học Hoa Lư và giáo viên dạy môn KHTN 8.

Chương 1

CƠ SỞ LÝ LUẬN VÀ CƠ SỞ THỰC TIỄN CỦA ĐỀ TÀI

1.1. Cơ sở lý luận

1.1.1. Khái quát về dạy học tích hợp

1.1.1.1. Khái niệm tích hợp

Theo từ điển Tiếng Việt: “Tích hợp là sự kết hợp những hoạt động, chương trình hoặc các thành phần khác nhau thành một khối chức năng; là sự thống nhất, sự hòa hợp, sự kết hợp” [23].

Theo từ điển Giáo dục học: “Tích hợp là hành động liên kết các đối tượng nghiên cứu, giảng dạy, học tập của cùng một lĩnh vực hoặc vài lĩnh vực khác nhau trong cùng một kế hoạch dạy học” [23].

Tích hợp là một hoạt động mà ở đó cần phải kết hợp, liên hệ, huy động các yếu tố, nội dung gần và giống nhau, có liên quan với nhau của nhiều lĩnh vực để giải quyết, làm sáng tỏ vấn đề và cùng một lúc đạt được nhiều mục tiêu khác nhau [23].

Từ các quan niệm trên, có thể khẳng định rằng tích hợp là quá trình kết hợp và liên kết các nội dung, hoạt động và kiến thức có mối quan hệ gần gũi hoặc tương đồng. Những nội dung này có thể thuộc cùng một lĩnh vực hay nhiều lĩnh vực khác nhau. Qua đó, các yếu tố được huy động và phối hợp hài hòa để giải quyết vấn đề, làm rõ nội dung học tập và đạt được nhiều mục tiêu giáo dục trong cùng một kế hoạch hay hoạt động dạy học.

1.1.1.2. Dạy học tích hợp

Dạy học tích hợp là một quan niệm dạy học nhằm hình thành cho HS năng lực giải quyết các tình huống thực tiễn dựa trên sự huy động nội dung, kiến thức, kỹ năng thuộc nhiều lĩnh vực khác nhau. Điều đó cũng có nghĩa là đảm bảo để mỗi HS biết cách vận dụng kiến thức học được trong nhà trường vào thực tiễn cuộc sống như các hoàn cảnh mới lạ, khó khăn, bất ngờ qua đó hình thành công dân có trách nhiệm và năng lực lao động [23].

Dạy học tích hợp là định hướng về nội dung và phương pháp dạy học, trong đó GV tổ chức, hướng dẫn để HS biết huy động tổng hợp kiến thức, kỹ năng thuộc nhiều lĩnh vực khác nhau nhằm giải quyết các nhiệm vụ học tập, thông qua đó

hình thành những kiến thức, kỹ năng mới, phát triển được những năng lực cần thiết, nhất là năng lực giải quyết vấn đề trong học tập và trong thực tiễn cuộc sống [23].

Từ các quan niệm trên, có thể thấy dạy học tích hợp không chỉ là sự kết hợp đơn thuần giữa các nội dung kiến thức mà còn là cách tiếp cận dạy học hướng đến phát triển năng lực toàn diện cho học sinh. Dạy học tích hợp cần chú trọng đến việc phát triển năng lực vận dụng kiến thức vào đời sống, thay vì chỉ dừng lại ở việc tiếp thu kiến thức một cách riêng lẻ. Việc triển khai hiệu quả dạy học tích hợp sẽ góp phần hình thành cho HS tư duy linh hoạt, khả năng liên hệ thực tiễn và ý thức trách nhiệm trong cuộc sống.

1.1.1.3. Vai trò của dạy học tích hợp trong giáo dục

Dạy học tích hợp giữ vai trò quan trọng trong đổi mới giáo dục phổ thông hiện nay, góp phần nâng cao chất lượng dạy học và đáp ứng yêu cầu phát triển toàn diện học sinh. Trước hết, dạy học tích hợp góp phần nâng cao chất lượng học tập thông qua việc kết nối các kiến thức có liên quan trong cùng môn học hoặc giữa các môn học khác nhau, qua đó học sinh hiểu sâu bản chất vấn đề và vận dụng kiến thức vào thực tiễn. Việc tổ chức các hoạt động học tập tích hợp hạn chế tình trạng học tập rời rạc, ghi nhớ máy móc, từ đó tạo hứng thú và nâng cao hiệu quả học tập của học sinh [2].

Bên cạnh đó, dạy học tích hợp tạo điều kiện phát triển năng lực và phẩm chất của học sinh. Thông qua các tình huống học tập gắn với thực tiễn, học sinh được rèn luyện các năng lực chung như tự học, giải quyết vấn đề, giao tiếp và hợp tác; đồng thời hình thành và phát triển các phẩm chất chủ yếu như chăm chỉ, trách nhiệm, trung thực và nhân ái. Dạy học tích hợp cũng góp phần phát triển năng lực vận dụng kiến thức khoa học vào đời sống, phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý và nhu cầu học tập của học sinh trung học cơ sở [2].

Ngoài ra, dạy học tích hợp phù hợp với định hướng của Chương trình Giáo dục phổ thông 2018, trong đó nhấn mạnh việc chuyển từ dạy học theo hướng truyền thụ kiến thức sang phát triển phẩm chất và năng lực người học. Việc thực hiện dạy học tích hợp không chỉ đáp ứng yêu cầu đổi mới phương pháp dạy học

mà còn góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện, tạo nền tảng cho học sinh tiếp tục học tập và thích ứng với những yêu cầu của xã hội hiện đại [2].

1.1.1.4. Các hình thức và mức độ tích hợp cơ bản trong dạy học

**** Các hình thức tích hợp***

Tích hợp trong nội bộ môn học: là tổng hợp trong một đơn vị học, thậm chí trong một tiết học hay trong một bài tập nhiều mảng kiến thức, kỹ năng liên quan đến nhau, nhằm tăng cường hiệu quả giáo dục và tiết kiệm thời gian cho người học. Có thể tích hợp theo chiều ngang hoặc theo chiều dọc. Tích hợp theo chiều ngang là tích hợp các mảng kiến thức, kỹ năng trong môn học theo nguyên tắc đồng quy. Tích hợp các kiến thức, kỹ năng thuộc mạch, phân môn này với mạch, phân môn khác. Tích hợp theo chiều dọc là tích hợp một đơn vị kiến thức, kỹ năng mới với những kiến thức, kỹ năng trước đó theo nguyên tắc đồng tâm. Cụ thể là: Kiến thức của lớp trên, bậc học trên bao hàm kiến thức, kỹ năng của lớp dưới, cấp học dưới [23].

Tích hợp đa môn: Tích hợp đa môn được thực hiện theo cách tổ chức từ các môn học xoay quanh một chủ đề, đề tài, dự án, tạo điều kiện cho người học vận dụng tổng hợp kiến thức của các môn học có liên quan [23].

Tích hợp liên môn: Tích hợp liên môn trong đó nhiều môn học liên quan được kết lại thành một môn học mới với hệ thống những chủ đề nhất định xuyên suốt qua nhiều lớp. Ví dụ: Địa lý, Lịch sử, Giáo dục công dân được tích hợp thành môn Khoa học xã hội; Sinh học, Hóa học, Vật lý được tích hợp thành môn Khoa học tự nhiên [23].

Tích hợp xuyên môn: Học sinh phát triển kỹ năng sống khi áp dụng các kỹ năng môn học và tích hợp vào bối cảnh thực tế. Có thể coi tích hợp xuyên môn là đỉnh cao của tích hợp, khi mà ranh giới giữa các môn học bị xóa nhòa [23].

**** Các mức độ tích hợp***

Tích hợp giáo dục được thể hiện ở 3 mức độ đó là:

- Mức độ toàn phần: tức là nội dung của chủ đề trong chương trình hoặc bài học phù hợp với nội dung giáo dục.

- Mức độ bộ phận: chỉ một phần của chủ đề hoặc bài học có nội dung gắn với nội dung giáo dục.

- Mức độ liên hệ: nội dung giáo dục không được thể hiện trực tiếp trong chương trình hoặc bài học nhưng có thể được liên hệ một cách tự nhiên trong quá trình dạy học [9].

1.1.2. Khái quát về giáo dục bảo vệ sức khỏe trong dạy học

1.1.2.1. Khái niệm sức khỏe và giáo dục bảo vệ sức khỏe

**** Khái niệm sức khỏe***

Theo Hiến chương của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), sức khỏe được hiểu là trạng thái hoàn toàn khỏe mạnh về thể chất, tinh thần và xã hội, chứ không chỉ đơn thuần là sự vắng mặt của bệnh tật hay suy yếu [21].

**** Khái niệm giáo dục bảo vệ sức khỏe trong nhà trường***

GDBVSK trong nhà trường là một bộ phận quan trọng của giáo dục toàn diện. Theo Bộ Giáo dục và Đào tạo, GDBVSK là các hoạt động dạy học về chủ đề sức khỏe, nhằm trang bị cho học sinh kiến thức, kỹ năng phòng bệnh, bảo vệ và nâng cao sức khỏe cho bản thân và cộng đồng [4].

Truyền thông giáo dục sức khỏe có vai trò quan trọng trong việc bảo vệ và nâng cao sức khỏe học sinh trong thời gian được nuôi dạy và học tập ở trường... nhằm trang bị cho học sinh kiến thức về các chủ đề sức khỏe, bệnh tật, dịch bệnh thường gặp, cách thức phòng tránh bệnh tật, rèn luyện kỹ năng bảo vệ sức khỏe, nâng cao sức khỏe bản thân... giúp nâng cao kiến thức, thay đổi thái độ, hành vi của học sinh từ hành vi có hại sang thực hiện và duy trì các hành vi có lợi cho sức khỏe [4].

1.1.2.2. Mục tiêu của GDBVSK cho học sinh trung học cơ sở

GDBVSK cho học sinh THCS nhằm góp phần hình thành thể hệ trẻ phát triển toàn diện, có khả năng tự chăm sóc và bảo vệ sức khỏe bản thân trong học tập và sinh hoạt. Trước hết, mục tiêu quan trọng của GDBVSK là trang bị cho học sinh những kiến thức cơ bản, khoa học về sức khỏe, bao gồm hiểu biết về cơ thể người, vệ sinh cá nhân, dinh dưỡng hợp lý, phòng tránh bệnh tật. Những kiến thức

này giúp học sinh nhận thức đúng đắn về vai trò của sức khỏe đối với học tập và cuộc sống [4].

Bên cạnh đó, GDBVSK còn hướng tới hình thành thái độ đúng đắn đối với vấn đề sức khỏe. Học sinh cần có ý thức coi trọng sức khỏe, biết tự bảo vệ bản thân, tôn trọng sức khỏe của người khác và có trách nhiệm với cộng đồng. Việc hình thành thái độ tích cực giúp học sinh chủ động phòng tránh các hành vi, thói quen có hại cho sức khỏe, đồng thời sẵn sàng tham gia các hoạt động nâng cao sức khỏe trong nhà trường và xã hội [4].

Cuối cùng, một mục tiêu quan trọng của GDBVSK là rèn luyện hành vi và hình thành các thói quen sống lành mạnh cho học sinh. Thông qua các hoạt động giáo dục, học sinh từng bước hình thành thói quen vệ sinh cá nhân, ăn uống điều độ, luyện tập thể dục thể thao thường xuyên và biết điều chỉnh hành vi phù hợp để bảo vệ sức khỏe lâu dài [4].

1.1.2.3. Nội dung GDBVSK trong trường học

GDBVSK trong trường học là một bộ phận quan trọng của giáo dục toàn diện, góp phần hình thành cho học sinh những kiến thức, thái độ và hành vi đúng đắn nhằm duy trì và nâng cao sức khỏe thể chất cũng như tinh thần. Đối với học sinh THCS, việc GDBVSK cần được triển khai thông qua những nội dung thiết thực, phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý lứa tuổi và gắn liền với các môn học, đặc biệt là môn KHTN.

Dinh dưỡng hợp lý là một nội dung cốt lõi của giáo dục sức khỏe học đường. Ở lứa tuổi THCS, học sinh có nhu cầu cao về năng lượng và các chất dinh dưỡng để phục vụ quá trình phát triển. Việc cung cấp đầy đủ và cân đối các nhóm chất dinh dưỡng giúp đảm bảo sự phát triển toàn diện của cơ thể [5]. Nội dung này có thể được tích hợp trong môn KHTN thông qua các kiến thức về trao đổi chất và vai trò của các chất dinh dưỡng, góp phần hình thành thói quen ăn uống khoa học cho học sinh.

Giáo dục vệ sinh cá nhân và vệ sinh môi trường có vai trò quan trọng trong phòng ngừa bệnh tật. Các hành vi như giữ gìn vệ sinh cơ thể, rửa tay đúng cách, chăm sóc răng miệng và đảm bảo an toàn thực phẩm góp phần hạn chế nguy cơ

mắc các bệnh truyền nhiễm [3]. Thông qua môn KHTN, học sinh hiểu được mối liên hệ giữa vi sinh vật, môi trường và sức khỏe, từ đó hình thành ý thức giữ gìn vệ sinh cá nhân và cộng đồng.

Giáo dục phòng tránh bệnh tật giúp học sinh nhận thức được nguyên nhân, con đường lây truyền và các biện pháp phòng ngừa bệnh [16]. Việc tích hợp nội dung này trong dạy học KHTN thông qua các kiến thức về vi sinh vật và hệ miễn dịch góp phần nâng cao ý thức chủ động bảo vệ sức khỏe, đặc biệt trong bối cảnh dịch bệnh hiện nay.

Giáo dục sức khỏe sinh sản vị thành niên là nội dung cần thiết trong nhà trường. Ở giai đoạn này, HS có nhiều thay đổi về thể chất và tâm sinh lý, do đó cần được trang bị kiến thức đúng đắn về sự phát triển cơ thể và các biện pháp bảo vệ sức khỏe sinh sản [24]. Nội dung này có thể được tích hợp thông qua các bài học về cơ thể người, góp phần hình thành thái độ và hành vi phù hợp ở HS.

Như vậy, các nội dung GDBVSK trong nhà trường có tính thiết thực, gắn liền với đời sống và có khả năng tích hợp hiệu quả trong dạy học môn KHTN.

1.1.2.4. Ý nghĩa của việc tích hợp GDBVSK trong dạy học.

Việc tích hợp GDBVSK trong dạy học, đặc biệt trong môn KHTN, có ý nghĩa quan trọng trong việc gắn kiến thức khoa học với đời sống thực tiễn của học sinh. Thông qua các nội dung liên quan đến dinh dưỡng, vệ sinh cá nhân, phòng chống bệnh tật hay bảo vệ sức khỏe sinh sản, học sinh không chỉ tiếp thu kiến thức lý thuyết mà còn biết vận dụng vào các tình huống cụ thể trong cuộc sống hằng ngày. Đồng thời nâng cao hiệu quả học tập, giúp kiến thức trở nên thiết thực, có ý nghĩa và dễ ghi nhớ hơn [2].

Bên cạnh đó, tích hợp GDBVSK còn giúp nâng cao ý thức tự chăm sóc và bảo vệ sức khỏe của học sinh. Khi được trang bị kiến thức khoa học một cách hệ thống và gắn với thực tiễn, học sinh dần hình thành thói quen sống lành mạnh, biết phòng tránh các nguy cơ ảnh hưởng đến sức khỏe bản thân và cộng đồng.

Ngoài ra, việc tích hợp GDBVSK trong dạy học còn góp phần hình thành nhân cách toàn diện cho học sinh. Thông qua các hoạt động học tập tích hợp, học sinh được rèn luyện ý thức trách nhiệm đối với bản thân, gia đình và xã hội, đồng

thời phát triển các phẩm chất như tự chủ, chăm sóc bản thân và hợp tác trong học tập. Đây là những yêu cầu phù hợp với mục tiêu phát triển phẩm chất và năng lực người học theo định hướng của Chương trình Giáo dục phổ thông 2018 [2].

1.1.3. Khái quát về nội dung chủ đề: “Sinh học cơ thể người” môn Khoa học tự nhiên 8

Chủ đề “Sinh học cơ thể người” trong chương trình Khoa học tự nhiên lớp 8 được xây dựng theo định hướng phát triển năng lực, hướng tới giúp học sinh vận dụng kiến thức vào thực tiễn và hình thành ý thức chăm sóc sức khỏe.

Học sinh cần nắm được cấu tạo và chức năng của các hệ cơ quan trong cơ thể người như: vận động, tiêu hóa, tuần hoàn, hô hấp, bài tiết, thần kinh, nội tiết và sinh sản; đồng thời hiểu được mối quan hệ giữa cấu tạo và chức năng, giải thích một số hiện tượng sinh lý thường gặp. Bên cạnh đó, học sinh nhận thức được vai trò của dinh dưỡng, vệ sinh và lối sống khoa học đối với sức khỏe, từ đó biết vận dụng vào việc xây dựng chế độ ăn uống hợp lý, rèn luyện thân thể và phòng tránh bệnh tật [2].

Nội dung chủ đề gồm các bài học từ Bài 30 đến Bài 40, được sắp xếp theo trình tự logic và có sự liên kết chặt chẽ: từ khái quát cơ thể và hệ vận động; đến các hệ đảm nhiệm trao đổi chất như tiêu hóa, tuần hoàn, hô hấp, bài tiết; tiếp theo là các cơ chế điều hòa hoạt động cơ thể như hệ thần kinh, nội tiết, da và giác quan; và cuối cùng là sinh sản ở người [13].

Các nội dung này bổ trợ lẫn nhau, giúp học sinh hình thành nhận thức toàn diện về cơ thể người, phát triển kỹ năng vận dụng kiến thức vào thực tiễn, đồng thời xây dựng thói quen sống lành mạnh và ý thức bảo vệ sức khỏe cho bản thân, gia đình và cộng đồng.

1.2. Cơ sở thực tiễn

1.2.1. Khái quát về quá trình điều tra dạy học tích hợp GDBVSK

1.2.1.1. Mục đích điều tra

Việc điều tra được tiến hành nhằm khảo sát thực trạng dạy học tích hợp GDBVSK trong môn KHTN ở trường THCS, bao gồm nhận thức của giáo viên, mức độ và cách thức triển khai, nội dung tích hợp và những khó khăn trong quá

trình thực hiện. Đồng thời, tìm hiểu mức độ hứng thú, sự tham gia và khả năng vận dụng kiến thức của học sinh, cũng như nhu cầu của GV và HS, làm cơ sở đánh giá hiệu quả dạy học.

1.2.1.2. Đối tượng điều tra

- Đối tượng điều tra: 15 GV đang giảng dạy môn KHTN và 100 HS lớp 8 tại một số trường THCS trên địa bàn phường Hoa Lư, tỉnh Ninh Bình.

- Phạm vi điều tra: Trường THCS Lê Hồng Phong, Trường THCS Trương Hán Siêu, Trường THCS Đinh Tiên Hoàng.

- Thời gian điều tra: tháng 03/2026 – tháng 04/2026

1.2.1.3. Nội dung điều tra

Để đánh giá thực trạng dạy học tích hợp GDBVSK trong môn Sinh học, nội dung điều tra tập trung vào các vấn đề sau:

- Đối với GV

+ Nhận thức về dạy học tích hợp GDBVSK.

- Thực trạng tích hợp GDBVSK trong dạy học.

- Nội dung GDBVSK được tích hợp.

- Khó khăn trong thực hiện.

- Đối với HS

+ Mức độ hứng thú và tham gia học tập liên quan đến GDBVSK.

- Khả năng vận dụng kiến thức vào thực tiễn.

- Nhu cầu, mong muốn trong dạy và học.

1.2.1.4. Các phương pháp điều tra

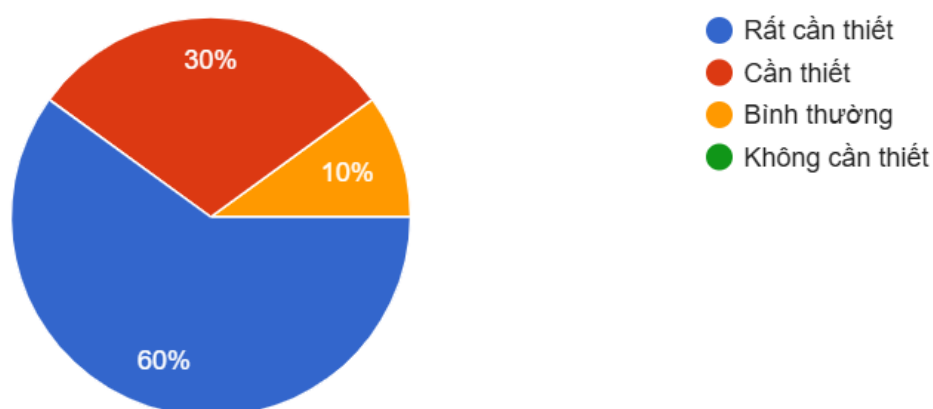
Để thu thập thông tin, đề tài sử dụng phương pháp khảo sát bằng phiếu hỏi đối với giáo viên và học sinh trong dạy học môn KHTN 8, kết hợp với trao đổi, phỏng vấn và quan sát một số tiết học thuộc chủ đề “Sinh học cơ thể người”. Sau khi thu thập, các số liệu được tổng hợp và xử lý bằng các phương pháp thống kê toán học cơ bản, đồng thời trình bày dưới dạng biểu đồ nhằm giúp việc phân tích, so sánh và rút ra nhận xét trở nên trực quan và dễ hiểu hơn..

1.2.2. Kết quả điều tra

Kết quả khảo sát thực trạng dạy học tích hợp GDBVSK trong môn KHTN cho thấy việc triển khai nội dung này đã bước đầu được thực hiện trong nhà trường, tuy nhiên mức độ và hiệu quả còn khác biệt giữa các giáo viên và chưa thực sự đồng đều.

A. Nội dung điều tra đối với giáo viên

- *Nhận thức của giáo viên về dạy học tích hợp GDBVSK. (Câu 1 phụ lục 1)*



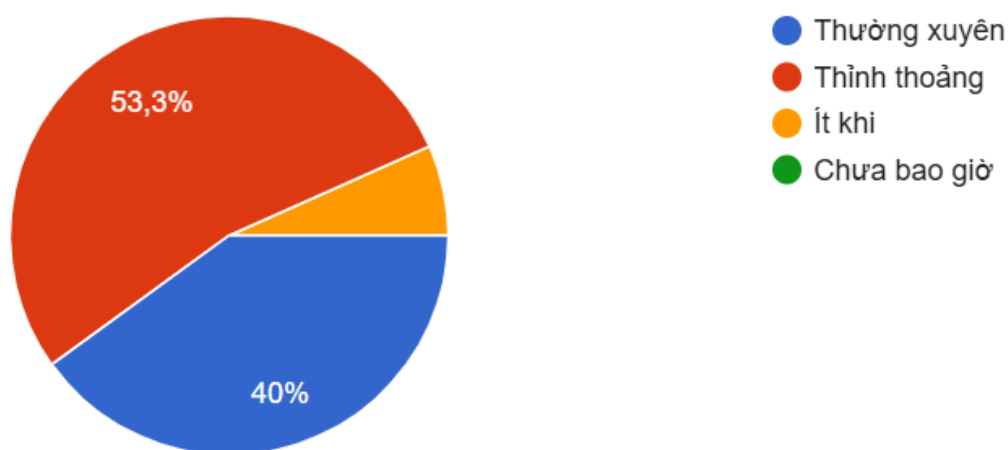
Hình 1.1. Biểu đồ về mức độ nhận thức của giáo viên về dạy học tích hợp GDBVSK

Kết quả khảo sát cho thấy đa số giáo viên đều có nhận thức tích cực về vai trò của việc tích hợp giáo dục sức khỏe trong dạy học. Cụ thể, 60% giáo viên đánh giá “rất cần thiết”, 30% cho rằng “cần thiết” và 10% ở mức “bình thường”, không có ý kiến “không cần thiết”. Điều này cho thấy sự đồng thuận cao của giáo viên (100% từ mức “bình thường” trở lên), phản ánh nhận thức đúng đắn về ý nghĩa của việc tích hợp giáo dục sức khỏe trong việc hình thành kiến thức, kỹ năng và lối sống lành mạnh cho học sinh. Đây là điều kiện thuận lợi để triển khai dạy học tích hợp trong thực tế.

Tuy nhiên, nhận thức tích cực chưa đồng nghĩa với việc triển khai hiệu quả, vì vậy cần tiếp tục xem xét các yếu tố như phương pháp và điều kiện dạy học để nâng cao chất lượng thực hiện.

- *Thực trạng tích hợp GDBVSK trong dạy học. (Câu 2 phụ lục 1)*

Bên cạnh nhận thức của giáo viên, mức độ thực hiện dạy học tích hợp giáo dục sức khoẻ trong quá trình giảng dạy cũng là một yếu tố quan trọng phản ánh thực trạng triển khai nội dung này trong nhà trường. Do đó, đề tài tiến hành khảo sát tần suất giáo viên áp dụng việc tích hợp giáo dục sức khoẻ trong các giờ học.

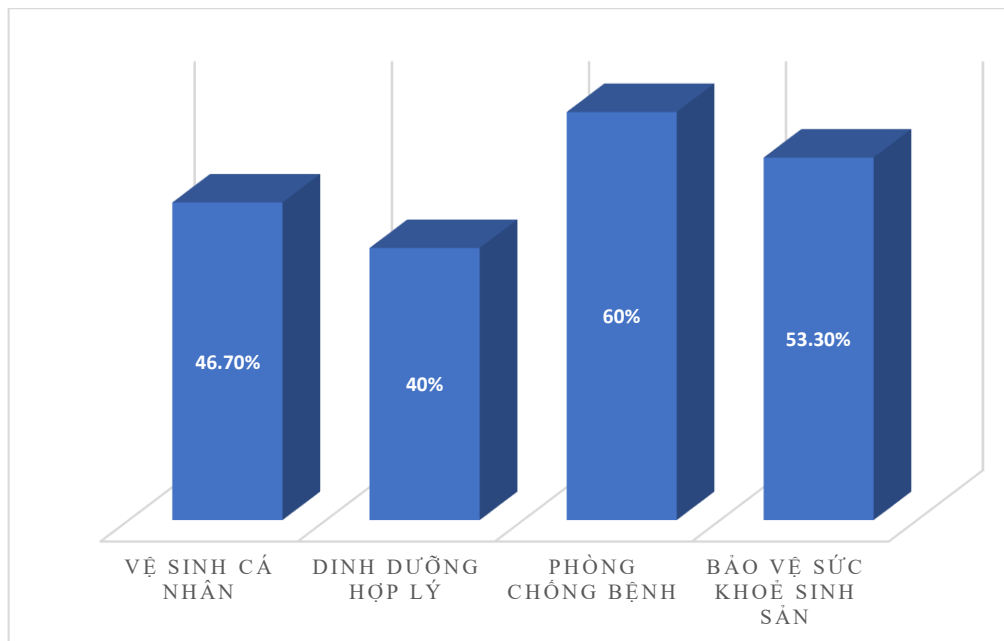


Hình 1.2. Biểu đồ về mức độ tích hợp GDBVSK của giáo viên trong dạy học Sinh học

Dựa vào số liệu của biểu đồ trên có thể thấy, giáo viên đã quan tâm và triển khai việc dạy học tích hợp giáo dục sức khoẻ trong quá trình giảng dạy, tuy nhiên mức độ thực hiện chưa đồng đều. Cụ thể, có 53,3% giáo viên thực hiện ở mức “Thành thạo”, 40% ở mức “Thường xuyên” và 6,7% ở mức “Ít khi”, không có giáo viên nào lựa chọn mức “Chưa bao giờ”. Điều này cho thấy hoạt động tích hợp đã được triển khai trong thực tế dạy học, song chưa thực sự ổn định và chưa trở thành hoạt động thường xuyên ở tất cả giáo viên.

- *Nội dung GDBVSK được tích hợp.* (Câu 3 phụ lục 1)

Nội dung giáo dục sức khoẻ là một trong những yếu tố quan trọng được tích hợp trong dạy học, góp phần hình thành kiến thức, kỹ năng và thói quen sống lành mạnh cho học sinh. Do đó, đề tài tiến hành khảo sát các nội dung giáo dục sức khoẻ mà giáo viên thường lồng ghép trong quá trình giảng dạy.

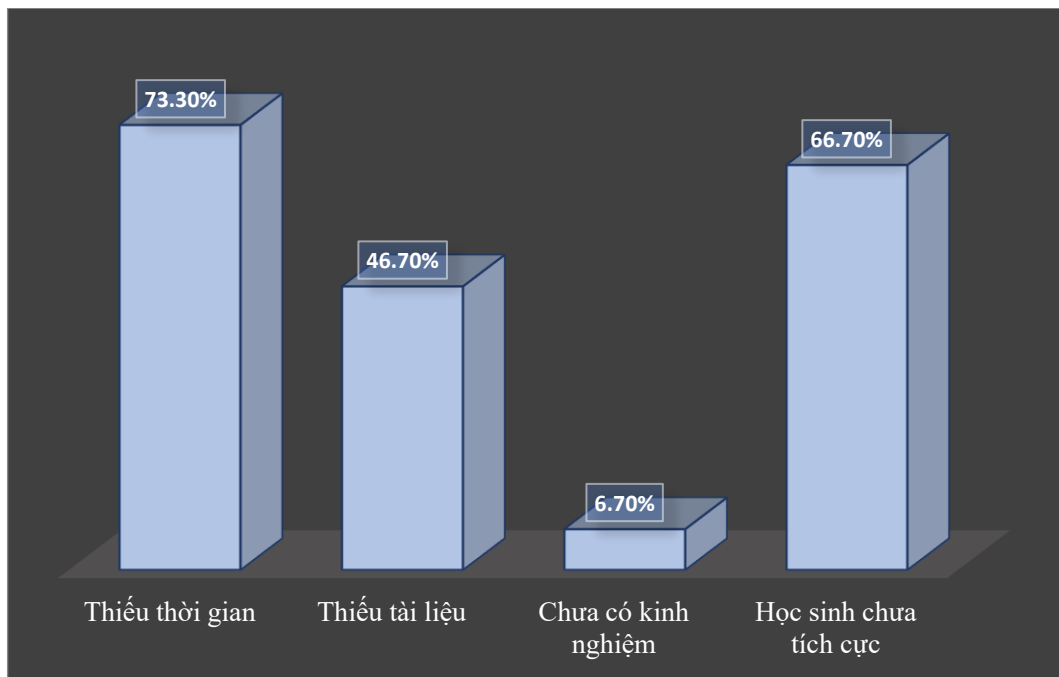


Hình 1.5. Biểu đồ về nội dung GDBVSK được tích hợp trong dạy học Sinh học

Kết quả khảo sát cho thấy các nội dung giáo dục sức khỏe được tích hợp trong dạy học có sự phân bố chưa đồng đều, phản ánh mức độ quan tâm khác nhau của giáo viên trong thực tiễn giảng dạy.

Nội dung phòng chống bệnh đạt tỉ lệ cao nhất (60%), cho thấy đây là chủ đề được nhiều giáo viên ưu tiên lựa chọn do tính thực tiễn và dễ liên hệ trong bài học. Nội dung bảo vệ sức khỏe sinh sản đạt 53,3%, thể hiện sự quan tâm ở mức tương đối, phù hợp với đặc điểm lứa tuổi học sinh trung học cơ sở. Trong khi đó, nội dung vệ sinh cá nhân đạt 46,7% và dinh dưỡng hợp lý chỉ đạt 40%, ở mức thấp hơn. Điều này cho thấy các nội dung mang tính hình thành thói quen và hành vi sức khỏe hằng ngày chưa được chú trọng đúng mức trong quá trình dạy học tích hợp. Nhìn chung, giáo viên có xu hướng tập trung vào các nội dung dễ lồng ghép và có tính trực quan, trong khi các nội dung liên quan đến hình thành lối sống và kỹ năng chăm sóc sức khỏe vẫn cần được quan tâm hơn trong dạy học.

- *Những khó khăn và hạn chế trong quá trình thực hiện.* (Câu 4 phụ lục 1)



Hình 1.5. Biểu đồ về khó khăn hạn chế trong quá trình dạy học

Kết quả khảo sát cho thấy giáo viên gặp nhiều khó khăn trong quá trình thực hiện dạy học tích hợp giáo dục sức khỏe. Trong đó, khó khăn lớn nhất là thiếu thời gian (73,3%), cho thấy áp lực về chương trình và thời lượng dạy học là rào cản chính. Bên cạnh đó, tỉ lệ học sinh chưa tích cực tham gia học tập cũng khá cao (66,7%), ảnh hưởng đến hiệu quả tổ chức các hoạt động tích hợp.

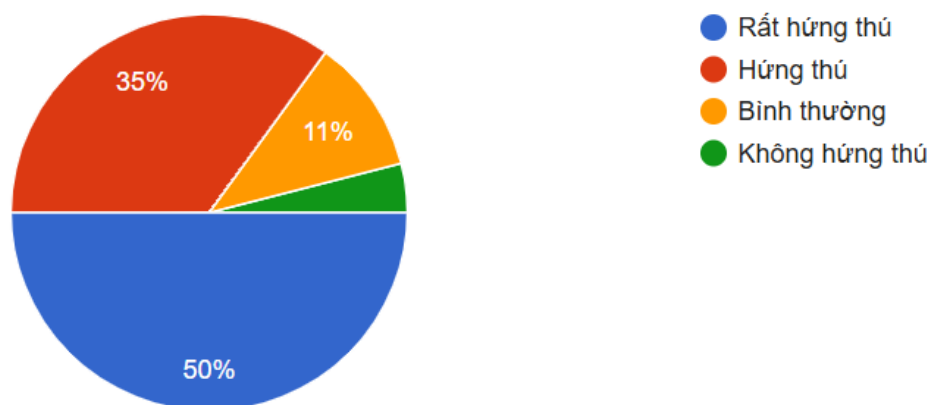
Ngoài ra, một số giáo viên còn gặp khó khăn về tài liệu giảng dạy (46,7%), cho thấy nguồn học liệu hỗ trợ chưa thực sự đầy đủ. Trong khi đó, yếu tố chưa có kinh nghiệm chiếm tỉ lệ thấp (6,7%), chứng tỏ phần lớn giáo viên đã có bước đầu làm quen với việc tích hợp trong dạy học. Nhìn chung, các khó khăn chủ yếu tập trung vào điều kiện tổ chức dạy học và sự tham gia của học sinh, đòi hỏi cần có giải pháp phù hợp nhằm nâng cao hiệu quả triển khai trong thực tế.

B. Nội dung điều tra đối với học sinh

Để có cái nhìn toàn diện hơn về thực trạng tích hợp giáo dục sức khỏe trong dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người”, đề tài cũng tiến hành khảo sát đối với học sinh lớp 8 nhằm tìm hiểu mức độ tiếp thu và tham gia của các em trong quá trình học tập chủ đề này.

- Thực trạng mức độ hứng thú của học sinh về các bài học liên quan đến sức khỏe.

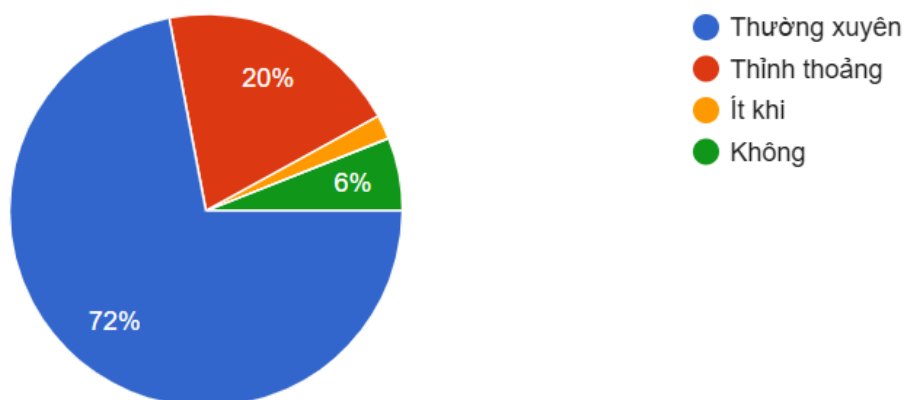
(Câu 1 phụ lục 2)



Hình 1.6. Biểu đồ về mức độ hứng thú của học sinh về các bài học liên quan đến sức khỏe

Kết quả khảo sát cho thấy mức độ hứng thú của học sinh đối với các bài học liên quan đến sức khỏe nhìn chung là khá cao, đồng thời vẫn tồn tại sự phân hóa nhất định. Cụ thể, 50% học sinh rất hứng thú và 35% hứng thú, chiếm tổng cộng 85%, phản ánh sự quan tâm rõ rệt của học sinh đối với các nội dung gắn với sức khỏe. Tuy nhiên, vẫn còn 11% học sinh cảm thấy bình thường và 4% không hứng thú, cho thấy chưa phải tất cả học sinh đều bị cuốn hút bởi nội dung học tập. Có thể thấy mức độ hấp dẫn của bài học còn phụ thuộc vào phương pháp dạy học, hình thức tổ chức cũng như mức độ gắn kết với trải nghiệm thực tế của học sinh.

- *Thực trạng mức độ tham gia vào các hoạt động học tập của học sinh.* (Câu 2 phụ lục 2)

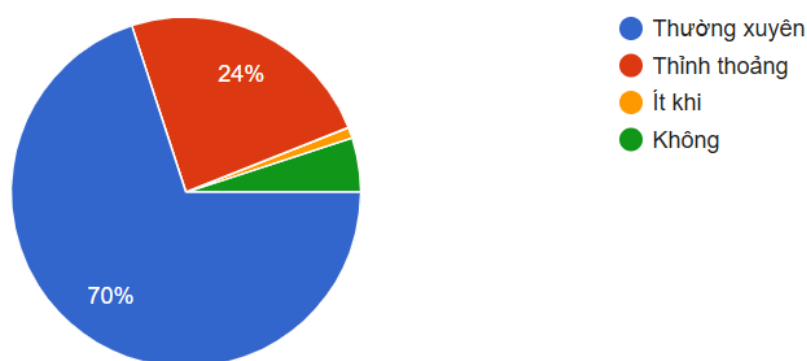


Hình 1.7. Biểu đồ về mức độ tham gia tích cực của học sinh về các bài học liên quan đến sức khỏe

Không dừng lại ở mức độ hứng thú, kết quả khảo sát về mức độ tham gia của học sinh trong các hoạt động học tập tiếp tục phản ánh rõ chất lượng của quá trình dạy học. Cụ thể, 72% học sinh tham gia thường xuyên, thể hiện tinh thần chủ động và sự hợp tác tích cực của phần lớn học sinh. Tuy nhiên, sự phân hóa vẫn tồn tại khi có 20% học sinh chỉ tham gia thỉnh thoảng, 2% ít khi và 6% không tham gia. Mặc dù mức độ tham gia nhìn chung là khá cao, nhưng chưa thực sự đồng đều giữa các đối tượng học sinh, vẫn còn một bộ phận học sinh thụ động hoặc chưa tích cực trong quá trình học tập.

- *Thực trạng khả năng vận dụng kiến thức đã học của học sinh vào đời sống.* (Câu 3 phụ lục 2)

Khả năng vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn là một trong những mục tiêu quan trọng của dạy học, đặc biệt trong môn Khoa học tự nhiên. Vì vậy, đề tài tiến hành khảo sát mức độ học sinh áp dụng kiến thức đã học trong chủ đề “Sinh học cơ thể người” vào đời sống hằng ngày.



Hình 1.8. Biểu đồ về mức độ áp dụng kiến thức đã học vào thực tiễn để bảo vệ sức khỏe của học sinh

Kết quả khảo sát về mức độ áp dụng kiến thức vào thực tiễn để bảo vệ sức khỏe cho thấy xu hướng tương đối tích cực, đồng thời cũng phản ánh những khoảng trống nhất định cần được quan tâm. Cụ thể, 70% học sinh thực hiện thường xuyên, cho thấy phần lớn học sinh không chỉ dừng lại ở việc tiếp thu kiến thức mà đã bước đầu hình thành thói quen vận dụng vào đời sống hằng ngày. Tuy nhiên, vẫn tồn tại sự phân hóa khi có 24% học sinh chỉ áp dụng thỉnh thoảng, 1%

ít khi và 5% không áp dụng, cho thấy một bộ phận học sinh chưa thực sự chuyển hóa kiến thức thành hành vi thực tiễn một cách thường xuyên và bền vững.

Từ kết quả khảo sát có thể thấy, việc nâng cao hiệu quả giáo dục sức khỏe không chỉ dừng lại ở việc cung cấp kiến thức mà cần chú trọng tăng cường các hoạt động thực hành và trải nghiệm cho học sinh. Đồng thời, cần có sự phối hợp chặt chẽ giữa nhà trường, gia đình và xã hội nhằm tạo môi trường thuận lợi cho học sinh vận dụng kiến thức vào thực tiễn. Khi học sinh được đặt trong các tình huống gần gũi với đời sống và được khuyến khích thực hành thường xuyên, kiến thức sẽ được chuyển hóa thành hành vi một cách hiệu quả, góp phần nâng cao ý thức và năng lực bảo vệ sức khỏe cá nhân.

- *Nhu cầu và mong muốn của GV và HS.* (Câu 5 phụ lục 1,2)

Bảng 1.1. Nhu cầu và mong muốn của GV và HS

Nhóm	Nhu cầu – mong muốn
Giáo viên	Đổi mới phương pháp, tích hợp linh hoạt, tăng hoạt động trải nghiệm
Học sinh	Học thực tế, dễ hiểu, nhiều hoạt động, ứng dụng vào đời sống

Từ kết quả khảo sát có thể nhận thấy giáo viên có những nhu cầu rõ ràng trong việc nâng cao hiệu quả dạy học tích hợp GDBVSK. Nhu cầu nổi bật là được hỗ trợ về phương pháp và học liệu nhằm tích hợp nội dung sức khỏe vào bài học một cách tự nhiên, linh hoạt và không gây quá tải. Giáo viên có xu hướng ưu tiên sử dụng các phương pháp dạy học tích cực như thảo luận nhóm, dạy học theo tình huống, dạy học dự án, đồng thời gắn kiến thức Sinh học với các vấn đề thực tiễn như dinh dưỡng, phòng tránh bệnh tật và xây dựng lối sống lành mạnh. Bên cạnh đó, việc tăng cường phối hợp liên môn và tổ chức các hoạt động ngoại khóa, câu lạc bộ thể dục thể thao cũng được xem là những hướng đi hiệu quả nhằm mở rộng không gian GDBVSK ngoài phạm vi lớp học.

Tiểu kết chương 1

Chương 1 đã trình bày các cơ sở lý luận và thực tiễn liên quan đến việc tích hợp GDBVSK thông qua dạy học chủ đề: “Sinh học cơ thể người” môn KHTN 8. Trên cơ sở các nội dung đã nghiên cứu, có thể rút ra một số kết luận quan trọng như sau:

Về mặt lý luận, đề tài đã làm rõ các khái niệm liên quan đến dạy học tích hợp và vai trò của GDBVSK trong giáo dục THCS. Qua đó khẳng định việc lồng ghép GDBVSK vào dạy học là cần thiết, phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý lứa tuổi học sinh, đồng thời đáp ứng mục tiêu phát triển phẩm chất và năng lực theo định hướng của Chương trình Giáo dục phổ thông 2018.

Về mặt thực tiễn, thông qua khảo sát 15 GV và 100 HS, kết quả cho thấy GV đã nhận thức được tầm quan trọng của việc tích hợp GDBVSK và bước đầu triển khai trong dạy học. Tuy nhiên, quá trình này vẫn còn gặp một số khó khăn như áp lực thời gian, hạn chế về cơ sở vật chất và thiếu học liệu.

Kết quả khảo sát cũng cho thấy học sinh có hứng thú với các nội dung liên quan đến sức khỏe, nhưng khả năng tham gia và vận dụng kiến thức vào thực tiễn chưa thực sự đồng đều.

Từ những cơ sở lý luận và thực tiễn trên, có thể thấy việc đổi mới dạy học theo hướng tích hợp GDBVSK trong chủ đề “Sinh học cơ thể người” là cần thiết. Đây là cơ sở để đề tài tiếp tục đề xuất các nguyên tắc, quy trình và thiết kế kế hoạch bài dạy ở Chương 2, nhằm nâng cao hiệu quả dạy học và góp phần phát triển toàn diện cho học sinh.

Chương 2

TÍCH HỢP GIÁO DỤC BẢO VỆ SỨC KHOẺ THÔNG QUA DẠY HỌC CHỦ ĐỀ “ SINH HỌC CƠ THỂ NGƯỜI – MÔN KHOA HỌC TỰ NHIÊN 8

2.1. Nguyên tắc tích hợp GDBVSK trong dạy học

GDBVSK cho HS là một trong những nội dung quan trọng của giáo dục phổ thông hiện nay, góp phần hình thành lối sống lành mạnh, nâng cao chất lượng cuộc sống và phát triển con người toàn diện. Theo Chương trình Giáo dục phổ thông 2018, GDBVSK không được tổ chức thành một môn học độc lập mà được thực hiện thông qua việc tích hợp trong các môn học và hoạt động giáo dục, trong đó môn KHTN giữ vai trò quan trọng ở cấp THCS [2].

Với chương trình lớp 8, chủ đề “Sinh học cơ thể người” trong môn KHTN theo bộ sách Kết nối tri thức với cuộc sống cung cấp hệ thống kiến thức về cấu tạo và chức năng của các hệ cơ quan trong cơ thể người, tạo điều kiện thuận lợi cho việc tích hợp GDBVSK cho học sinh. Để việc tích hợp đạt hiệu quả, GV cần dựa trên những nguyên tắc khoa học và sư phạm phù hợp nhằm đảm bảo tính khoa học, tính sư phạm và hiệu quả giáo dục. Những nguyên tắc này giúp định hướng việc lựa chọn nội dung, phương pháp và hình thức tổ chức dạy học, đồng thời đảm bảo sự hài hòa giữa mục tiêu môn học và mục tiêu giáo dục sức khỏe.

Từ những cơ sở trên, việc tích hợp giáo dục sức khỏe trong dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người”, môn Khoa học tự nhiên lớp 8 cần tuân thủ các nguyên tắc cơ bản sau:

- Nguyên tắc đảm bảo mục tiêu giáo dục

Chương trình Giáo dục phổ thông 2018 xác định mục tiêu giáo dục không chỉ là trang bị kiến thức mà còn phát triển phẩm chất và năng lực người học, trong đó nhấn mạnh năng lực tự chủ, tự học và năng lực vận dụng kiến thức vào thực tiễn [2]. Việc tích hợp cần đảm bảo thực hiện song song mục tiêu của môn học và mục tiêu giáo dục sức khỏe cho HS. Không chỉ dừng lại ở việc giúp HS nắm kiến thức lý thuyết, GV cần tổ chức các hoạt động thực hành và trải nghiệm để HS vận dụng kiến thức vào thực tiễn. Qua đó, góp phần hình thành và phát triển ý thức,

hành vi chăm sóc, bảo vệ sức khỏe cũng như xây dựng thói quen sống lành mạnh cho bản thân.

Ví dụ: Trong bài học về hệ hô hấp, giáo viên tổ chức cho học sinh thảo luận về tác hại của khói bụi, thuốc lá đối với phổi, qua đó giúp học sinh vừa nắm kiến thức vừa hình thành ý thức bảo vệ sức khỏe.

- Nguyên tắc đảm bảo tính khoa học và chính xác

Nội dung tích hợp cần đảm bảo tính chính xác, khoa học và phù hợp với tri thức khoa học hiện đại. Đồng thời, cách trình bày phải rõ ràng, dễ hiểu, phù hợp với đặc điểm nhận thức và tâm sinh lý của HS, tránh cung cấp những thông tin sai lệch dễ dẫn đến hiểu sai hoặc hình thành nhận thức không đúng về sức khỏe.

Ví dụ: Khi dạy về dinh dưỡng, giáo viên cung cấp thông tin đúng về các nhóm chất và hướng dẫn xây dựng khẩu phần ăn hợp lý, tránh đưa ra các quan niệm sai lệch về ăn kiêng hoặc giảm cân.

- Nguyên tắc phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý của học sinh THCS

Việc tích hợp GDBVSK cần phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý học sinh THCS, đặc biệt ở giai đoạn dậy thì, nên GV cần lựa chọn nội dung và cách diễn đạt khoa học, tế nhị, phù hợp với lứa tuổi. Đồng thời, nội dung tích hợp cần đảm bảo tính vừa sức, được sắp xếp theo mạch logic và tăng dần về mức độ để HS dễ tiếp thu, vận dụng vào thực tiễn và hình thành lối sống lành mạnh.

Ví dụ: Trong nội dung về dậy thì, giáo viên sử dụng ngôn ngữ khoa học, tế nhị và tổ chức hình thức hỏi – đáp ẩn danh để giải đáp thắc mắc, phù hợp với tâm lý lứa tuổi.

- Nguyên tắc gắn với thực tiễn cuộc sống

Việc tích hợp giáo dục sức khỏe cần được thực hiện linh hoạt, tự nhiên, phù hợp với nội dung bài học, tránh gượng ép và không làm ảnh hưởng đến trọng tâm kiến thức. Nội dung tích hợp nên gắn với thực tiễn đời sống như dinh dưỡng, vệ sinh cá nhân, rèn luyện sức khỏe và phòng tránh bệnh tật, giúp học sinh vận dụng kiến thức vào chăm sóc bản thân, gia đình và cộng đồng, đồng thời hình thành thói quen sống lành mạnh và kỹ năng thực tiễn.

Ví dụ: Trong bài học về hệ tiêu hóa, học sinh được yêu cầu xây dựng thực đơn ăn uống hằng ngày hợp lý, từ đó vận dụng kiến thức vào thực tiễn.

- Nguyên tắc phát huy tính tích cực của học sinh

Việc tích hợp giáo dục sức khỏe trong dạy học cần gắn với việc sử dụng các phương pháp dạy học tích cực, tạo điều kiện để HS được tham gia và trải nghiệm trong quá trình học tập. Điều này góp phần nâng cao hiệu quả tiếp thu kiến thức cũng như ý thức bảo vệ sức khỏe của các em. Để thực hiện hiệu quả, GV nên ưu tiên tổ chức các hoạt động như trò chơi học tập, đóng vai xử lý tình huống hoặc sử dụng các phương tiện trực quan sinh động.

Ví dụ: Trong bài học về phòng chống bệnh truyền nhiễm, giáo viên tổ chức hoạt động đóng vai xử lý tình huống nhằm giúp học sinh chủ động tham gia và nâng cao ý thức bảo vệ sức khỏe.

Như vậy, việc tuân thủ các nguyên tắc trên là cơ sở quan trọng giúp GV tổ chức dạy học tích hợp GDBVSK một cách khoa học và hiệu quả. Đây cũng là nền tảng để đề tài tiếp tục xây dựng các kế hoạch bài dạy cụ thể ở phần tiếp theo.

2.2. Quy trình thiết kế kế hoạch dạy học tích hợp giáo dục sức khỏe trong dạy học chủ đề “ Sinh học cơ thể người ” môn KHTN 8.

Việc tích hợp GDBVSK vào dạy học môn KHTN 8 cần được tiến hành theo một quy trình khoa học, có hệ thống nhằm đảm bảo tính phù hợp với mục tiêu bài học, nội dung chương trình và đặc điểm tâm sinh lý của HS THCS. Quy trình tích hợp không chỉ giúp GV chủ động thiết kế bài dạy mà còn góp phần nâng cao hiệu quả giáo dục, tránh tình trạng tích hợp mang tính hình thức hoặc gượng ép. Trên cơ sở các nguyên tắc tích hợp đã trình bày ở mục 2.1, quy trình tích hợp GDBVSK trong dạy học KHTN 8 được đề xuất gồm các bước sau:

Bước 1: Xác định mục tiêu dạy học

GV cần xác định rõ mục tiêu dạy học về kiến thức, năng lực và phẩm chất, đồng thời phân tích những nội dung có thể liên hệ với GDBVSK, nhằm đảm bảo tích hợp hợp lý, thống nhất và không làm loãng kiến thức cốt lõi của bài học.

Bước 2: Phân tích nội dung kiến thức có khả năng tích hợp GDBVSK

Trên cơ sở mục tiêu đã xác định, GV tiến hành rà soát để lựa chọn những đơn vị kiến thức có khả năng tích hợp GDBVSK.

Trong chương trình KHTN 8, nhiều nội dung thuộc chủ đề “Sinh học cơ thể người” có tiềm năng tích hợp cao như: hệ vận động, tiêu hóa, hô hấp, bài tiết, thần kinh, da và sinh sản. Nội dung được chọn phải bảo đảm tính khoa học, thiết thực và gắn liền với các tình huống sức khỏe thường gặp trong đời sống thực tiễn.

Bước 3: Xác định mức độ tích hợp

Từ nội dung đã lựa chọn, giáo viên cần xác định mức độ tích hợp phù hợp, bao gồm: tích hợp ở mức liên hệ (chỉ nhắc đến hoặc liên hệ ngắn gọn nội dung sức khỏe), tích hợp bộ phận (lồng ghép một phần nội dung sức khỏe vào bài học) và tích hợp toàn phần (tổ chức bài học hoặc hoạt động học tập xoay quanh vấn đề sức khỏe một cách trọn vẹn).

Bước 4: Thiết kế hoạt động dạy học tích hợp GDBVSK

Giáo viên hiện thực hóa toàn bộ ý tưởng, hình thức và phương pháp dạy học đã xác định vào cấu trúc của một kế hoạch bài dạy cụ thể. Tiến trình dạy học trong giáo án cần được thiết kế thành chuỗi các hoạt động học tập từ Chuyên giao nhiệm vụ → Thực hiện nhiệm vụ → Báo cáo thảo luận → Kết luận, nhận định.

Điểm quan trọng khi thiết kế kế hoạch bài dạy tích hợp là giáo viên phải lồng ghép khéo léo các nhiệm vụ gắn liền với GDBVSK thực tiễn vào các hoạt động trong tiến trình dạy học.

Bước 5: Xây dựng công cụ đánh giá

Bước cuối cùng là thiết kế bộ công cụ để dự kiến đo lường hiệu quả của hoạt động dạy học. Việc thiết kế công cụ cần hướng tới hai khía cạnh:

Công cụ đánh giá người học: Xây dựng hệ thống câu hỏi bài tập, các Rubric (tiêu chí đánh giá sản phẩm dự án/thực hành), và bảng kiểm (checklist) quan sát hành vi nhằm đo lường sự thay đổi về nhận thức, thái độ và thói quen bảo vệ sức khỏe của học sinh.

Công cụ đánh giá kịch bản dạy học: Chuẩn bị các phiếu phản hồi hoặc thang đo để học sinh đánh giá mức độ hấp dẫn của tiết học. Qua đó, giáo viên có cơ sở

tự phản tỉnh, điều chỉnh nội dung và hình thức tổ chức nhằm tối ưu hóa hiệu quả tích hợp cho các bài học tiếp theo.

2.3. Thiết kế kế hoạch dạy học tích hợp GDBVSK trong dạy học chủ đề:

“Sinh học cơ thể người” môn KHTN 8

2.3.1. Xác định các bài học trong SGK Khoa học tự nhiên 8 – bộ Kết nối tri thức với cuộc sống có khả năng tích hợp GDBVSK.

Bước đầu tiên và quan trọng nhất trong quy trình thiết kế kế hoạch bài dạy tích hợp là xác định chính xác các nội dung có khả năng tích hợp. Nghiên cứu cấu trúc và nội dung các bài học thuộc chủ đề "Sinh học cơ thể người", môn KHTN 8. Kết quả cho thấy, hầu hết các bài học trong chủ đề này đều cung cấp nền tảng kiến thức khoa học thuận lợi để tích hợp các kỹ năng chăm sóc, bảo vệ cơ thể. Để tạo cơ sở vững chắc cho việc thiết kế kế hoạch dạy học ở các phần sau, đề tài lựa chọn và hệ thống hóa các nội dung giáo dục sức khỏe có khả năng tích hợp cao cùng với mức độ tích hợp tương ứng được trình bày trong Bảng 2.1 dưới đây

Bảng 2.1. Tổng hợp các bài học và mức độ tích hợp GDBVSK thuộc chủ đề “Sinh học cơ thể người”.

STT	Bài	Nội dung GDBVSK	Mức độ tích hợp
1	Bài 31: Hệ vận động ở người	Giáo dục bảo vệ hệ vận động thông qua việc tìm hiểu một số bệnh, tật, ý nghĩa của việc rèn luyện thể dục thể thao và chế độ dinh dưỡng hợp lý; từ đó hình thành thói quen vận động và ăn uống khoa học.	Bộ phận
2	Bài 32: Dinh dưỡng và tiêu hóa ở người	Giáo dục dinh dưỡng hợp lý thông qua việc tìm hiểu vai trò các chất dinh dưỡng, nhu cầu năng lượng và xây dựng chế độ ăn cân đối; đồng thời liên hệ một số bệnh do dinh dưỡng nhằm hình thành thói quen ăn uống khoa học.	Bộ phận
3	Bài 33: Máu và hệ tuần	Giáo dục bảo vệ hệ tuần hoàn thông qua việc tìm hiểu cấu tạo, chức năng và liên hệ	Bộ phận

	hoàn của cơ thể người	một số bệnh; từ đó hình thành ý thức phòng tránh và tinh thần hiến máu nhân đạo.	
4	Bài 34: Hệ hô hấp ở người	Giáo dục bảo vệ hệ hô hấp thông qua việc tìm hiểu một số bệnh đường hô hấp (viêm đường hô hấp, viêm phổi, lao phổi) và nguyên nhân; từ đó hình thành ý thức và kỹ năng phòng tránh.	Liên hệ
5	Bài 35: Hệ bài tiết ở người	Giáo dục vệ sinh hệ bài tiết thông qua việc liên hệ một số bệnh (viêm cầu thận, sỏi thận) và xây dựng thói quen uống đủ nước, không nhịn tiểu để phòng tránh.	Liên hệ
6	Bài 37: Hệ thần kinh và các giác quan ở người	Giáo dục bảo vệ thị giác thông qua việc tìm hiểu cấu tạo và chức năng của mắt; đồng thời liên hệ một số tật, bệnh về mắt (cận thị, viễn thị) và cách phòng tránh, từ đó hình thành thói quen sử dụng thiết bị điện tử hợp lý.	Liên hệ
7	Bài 40: Sinh sản ở người	Giáo dục sức khỏe sinh sản thông qua việc tìm hiểu kinh nguyệt, biện pháp tránh thai và một số bệnh lây truyền qua đường sinh dục; từ đó hình thành thái độ, hành vi phù hợp.	Bộ phận

2.3.2. Vận dụng quy trình 5 bước thiết kế minh họa các kế hoạch dạy học tích hợp GDBVSK

2.3.2.1. Ví dụ minh họa Bài 31. Hệ vận động ở người (Tiết 2)

a. Bước 1 - Xác định mục tiêu dạy học

❖ Về năng lực chung

- Năng lực tự chủ và tự học: chủ động, tích cực thực hiện các nhiệm vụ được giao; tự tìm tòi các thông tin về các bệnh, tật liên quan đến hệ vận động.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: biết sử dụng phương tiện giao tiếp bằng lời nói để trình bày hiểu biết của mình về một số bệnh, tật liên quan đến hệ vận động; Biết cách làm việc theo nhóm, hoàn thành nhiệm vụ của mình, giúp đỡ các thành viên khác cùng hoàn thành nhiệm vụ của nhóm.

- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: vận dụng linh hoạt kiến thức đã học để giải thích cơ sở khoa học của một số bệnh, tật gây hại đến hệ vận động; mối quan hệ giữa chế độ dinh dưỡng với bệnh, tật ở con người.

❖ Về năng lực khoa học tự nhiên

- Nhận thức khoa học tự nhiên:

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

- Tìm hiểu tự nhiên: Thông qua các hoạt động quan sát tranh ảnh, thảo luận,... để tìm hiểu về một số bệnh, tật liên quan đến hệ vận động, biện pháp phòng chống; lựa chọn một số phương pháp luyện tập thể dục, thể thao phù hợp với lứa tuổi.

- Vận dụng kiến thức, kỹ năng đã học: Vận dụng các kiến thức để giải thích cơ sở khoa học của các thói quen sinh hoạt gây hại đến hệ vận động; mối quan hệ giữa chế độ dinh dưỡng với bệnh loãng xương ở người cao tuổi.

❖ 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.

❖ Về tích hợp GDBVSK

- Về Dinh dưỡng: Nhận thức được vai trò của các chất khoáng (Calcium, Phosphorus) đối với độ bền chắc của xương để thiết lập chế độ ăn khoa học.

- Về phòng tránh bệnh tật: Đề xuất được các biện pháp chủ động phòng chống bệnh loãng xương và tật cong vẹo cột sống học đường.

b. Bước 2 - Phân tích nội dung kiến thức có khả năng tích hợp GDBVSK

Địa chỉ tích hợp	Nội dung kiến thức trong SGK	Nội dung tích hợp GDBVSK cụ thể
II.1	Tật cong vẹo cột sống (nguyên nhân dẫn đến cong vẹo cột sống)	Giáo dục HS sửa đổi một số thói quen như ngồi thẳng lưng, đeo cặp hai vai, không mang vác đồ quá nặng,... để tránh tật cong vẹo cột sống.
II.2	Bệnh loãng xương (nguyên nhân có thể là do cơ thể thiếu calcium và phosphorus)	Giáo dục HS nhận thức được vai trò của chất khoáng đối với độ bền chắc của xương, từ đó có ý thức xây dựng chế độ ăn uống khoa học, bổ sung các chất khoáng để xương chắc khỏe.
Câu hỏi	Tìm hiểu về các bệnh hệ vận động trong trường học, khu dân cư; đề xuất và tuyên truyền biện pháp phòng bệnh, bảo vệ hệ vận động	Giáo dục HS nhận thức được nguyên nhân, tác hại của một số bệnh về hệ vận động, từ đó chủ động phòng ngừa, tuyên truyền với mọi người cùng bảo vệ hệ vận động.
III	Ý nghĩa của tập luyện thể dục thể thao (câu hỏi thảo luận về ý nghĩa và lựa chọn phương pháp luyện tập thể dục, thể thao)	Giáo dục HS tinh thần chủ động rèn luyện thân thể, biết lựa chọn môn thể thao vừa sức với lứa tuổi để bảo vệ hệ vận động cũng như nâng cao sức khỏe của cơ thể.

c. Bước 3 - Xác định mức độ tích hợp

- Mức độ tích hợp GDBVSK: tích hợp bộ phận

- Vì nội dung GDBVSK không làm thay đổi cấu trúc của bài học, nó được lồng ghép một cách khéo léo vào các tiểu mục kiến thức và hệ thống câu hỏi trong SGK nhằm phục vụ mục tiêu giáo dục toàn diện.

d. Bước 4 - Thiết kế hoạt động dạy học tích hợp GDBVSK

Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (25 phút) 2.1. Tìm hiểu về một số bệnh, tật liên quan đến hệ vận động a. Mục tiêu: Hoạt động này nhằm giúp HS trình bày được một số bệnh, tật liên quan đến hệ vận động. Từ đó, HS biết 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: GV cho HS nghiên cứu thông tin và quan sát hình ảnh trong SGK, thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi. c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS d. Tổ chức thực hiện:	
- GV chia lớp thành các nhóm, mỗi nhóm (4-6 HS) yêu cầu HS đọc thông tin mục II SGK trang 126, thảo luận nhóm (trong 3 phút) và trả lời câu hỏi: + Nêu nguyên nhân, biểu hiện và cách phòng chống các bệnh, tật liên quan đến hệ vận động. + Quan sát hình 31.4 và dự đoán xương nào bị giòn, dễ gãy. - GV gọi đại diện một số nhóm trình bày kết quả	- HS đọc thông tin trong SGK, thảo luận nhóm và thống nhất câu trả lời. - Đại diện một số nhóm trình bày kết quả, nhóm khác lắng nghe, bổ sung (nếu có) + <i>Cong vẹo cột sống:</i> • Nguyên nhân do ngồi sai tư thế, mang cặp lệch • Biểu hiện là lưng cong, lệch vai. • Cách phòng tránh: ngồi đúng tư thế, đeo cặp hai quai, tập thể dục.

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức: + Cong vẹo cột sống và loãng xương là những bệnh thường gặp của hệ vận động. + Nguyên nhân chủ yếu là do tư thế sinh hoạt chưa đúng và chế độ dinh dưỡng chưa hợp lý. Vì vậy, chúng ta cần ngồi học đúng tư thế, đeo cặp bằng hai vai, tập thể dục thường xuyên và ăn uống đầy đủ chất để bảo vệ xương và cột sống khoẻ mạnh. * GV mở rộng, liên hệ: yêu cầu HS làm việc theo nhóm (trong 7 phút) thực hiện các câu hỏi/tình huống sau:	+ <i>Loãng xương</i>: • Nguyên nhân do thiếu: calcium, phosphorus trong khẩu phần ăn hằng ngày • Biểu hiện: xương giòn, dễ gãy, kèm đau nhức. • Cách phòng tránh: ăn đủ chất, vận động phù hợp với lứa tuổi. + Hình 31.4 (b): xương bị giòn, dễ gãy bởi vì mật độ chất khoáng trong xương của người mắc bệnh loãng xương thưa hơn. - HS lắng nghe, ghi chép - HS thảo luận nhóm, thực hiện nhiệm vụ được giao.
--	--

+ Quan sát thực tế trong lớp, em hãy chỉ ra 3 thói quen xấu của các bạn khi ngồi học, đi đứng hoặc đeo cặp sách.

+ Em hãy thực hành và mô tả lại tư thế ngồi học, đi đứng đúng; đồng thời giải thích vì sao cần duy trì các tư thế đó trong học tập và sinh hoạt.

+ Bà bạn Lam khoảng 70 tuổi bị bệnh loãng xương; nếu bà bạn Lam mà bị té ngã thì sẽ phải đối mặt với nguy cơ nào? Em hãy đề xuất cách sắp xếp đồ đạc, giữ vệ sinh nhà cửa và nhà tắm sao cho an toàn, phù hợp với người cao tuổi bị loãng xương.

+ Em hãy xây dựng một thực đơn nhằm bổ sung chất khoáng vào bữa ăn hằng ngày.

- GV gọi đại diện một số nhóm trình bày ý kiến.

- Đại diện một số nhóm trình bày ý kiến, các nhóm khác lắng nghe, nhận xét, bổ sung

+ 3 thói quen xấu của các bạn trong lớp: Ngồi cong lưng; đeo cặp lệch; đi khom người.

+ Thực hành:

- Tư thế ngồi học đúng: lưng thẳng, đầu hơi cúi, mắt cách vở khoảng 25–30 cm, hai chân đặt thoải mái trên sàn, không tì ngực vào bàn.

	• Tư thế đứng và đi đúng: đầu thẳng, vai cân đối, lưng thẳng, bước đi tự nhiên. • Trao đổi và giải thích lợi ích của việc duy trì các tư thế đúng trong học tập và sinh hoạt (giúp bảo vệ cột sống, tránh cong vẹo cột sống, giảm mệt mỏi, hỗ trợ cơ thể phát triển cân đối). + Xử lý tình huống • Bà của Lam bị loãng xương nên khi té ngã có nguy cơ: Gãy xương, Đau đớn, khó vận động,... • Để bảo đảm an toàn cho người cao tuổi bị loãng xương cần: Sắp xếp đồ đạc gọn gàng, tạo lối đi thông thoáng, không để vật cản trên sàn nhà, Bố trí đồ dùng thường xuyên sử dụng ở vị trí dễ lấy, không phải cúi cao hoặc cúi thấp nhiều; Giữ nền nhà và nhà tắm luôn khô ráo, sạch sẽ; ... + Xây dựng thực đơn 1 ngày đảm bảo cung cấp đủ chất khoáng • Bữa sáng: Bánh mì trứng; 1 cốc sữa tươi. • Bữa trưa: Cơm, Cá kho, Canh cua rau đay, 1 quả chuối. • Bữa phụ: Sữa chua.
--	---

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức Để bảo vệ sức khỏe hệ vận động, cần duy trì tư thế ngồi học, đi đứng đúng; thường xuyên vận động, tập luyện thể dục thể thao; xây dựng môi trường sống an toàn cho người cao tuổi; đồng thời thực hiện chế độ dinh dưỡng hợp lý, bổ sung đầy đủ chất khoáng giúp xương và cột sống phát triển khỏe mạnh.	• Bữa tối: Cơm, Tôm hấp, Đậu phụ sốt cà chua, Canh rau ngót nấu thịt - HS lắng nghe, ghi chép
2.2. Tìm hiểu về ý nghĩa của tập thể dục, thể thao a. Mục tiêu: Nêu được ý nghĩa của tập thể dục, thể thao; từ đó, biết chủ động rèn luyện thân thể, biết lựa chọn môn thể thao vừa sức với lứa tuổi để bảo vệ hệ vận động cũng như nâng cao sức khỏe của cơ thể. b. Nội dung: GV cho HS nghiên cứu thông tin và quan sát hình ảnh (nếu có), thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi. c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS d. Tổ chức thực hiện:	
- GV yêu cầu HS đọc thông tin SGK và dựa vào kiến thức thực tế thảo luận nhóm (trong 2 phút) và trả lời câu hỏi: + Ở nhà, em đã và đang luyện tập bộ môn thể dục, thể thao nào? + Nêu ý nghĩa của luyện tập thể dục, thể thao - GV gọi đại diện các nhóm trình bày kết quả.	- HS đọc thông tin trong SGK, thảo luận nhóm và thống nhất câu trả lời. - Đại diện một số nhóm trình bày kết quả, nhóm khác lắng nghe, bổ sung (nếu có)

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức: Tập thể dục, thể thao có ý nghĩa quan trọng đối với sự phát triển và hoạt động của hệ vận động: + kích thích tăng chiều dài và chu vi của xương; + giúp cho cơ và xương phát triển hài hoà: cơ bắp nở nang, rắn chắc; + tăng cường sự dẻo dai của cơ thể, nhất là với HS ở độ tuổi dậy thì. * GV mở rộng, liên hệ: yêu cầu HS làm việc theo nhóm (trong 3 phút) xử lý tình huống sau: Bạn Nam, khoảng 15 tuổi, cân nặng 45kg, muốn tăng sức mạnh của cơ bắp bạn đã đăng ký đi tập gym, khi đến phòng tập bạn đã tự ý chọn môn nâng tạ nặng 50kg và tập liên tục trong vòng 2-3 tiếng/ngày. Theo em , việc làm của bạn Nam là đúng hay sai? Vì sao? Em có thể đưa ra lời khuyên với bạn như thế	Môn thể thao: đá bóng, cầu lông, chạy bộ, nhảy dây Ý nghĩa: Giúp xương dài ra, cơ chắc khoẻ, tăng sức đề kháng, cơ thể dẻo dai - HS lắng nghe, ghi chép - HS thảo luận nhóm, thực hiện nhiệm vụ được giao.
--	--

C. Canxi và vitamin D

D. Đường

Câu 3. Khi mang cặp sách quá nặng trong thời gian dài có thể gây:

A. Tăng chiều cao nhanh

B. Cong vẹo cột sống

C. Giúp cơ khoẻ hơn

D. Không ảnh hưởng

Câu 4. Người cao tuổi cần hạn chế nguy cơ té ngã vì:

A. Khả năng hồi phục nhanh

B. Xương thường yếu, dễ gãy

C. Không bị ảnh hưởng bởi va chạm

D. Cơ thể nhẹ hơn

Câu 5. Hoạt động nào phù hợp với lứa tuổi học sinh THCS?

A. Nâng tạ rất nặng

B. Chạy bộ, đá cầu, bơi lội

C. Ngồi chơi điện tử nhiều giờ

D. Không cần vận động

Câu 6. Giải thích vì sao học sinh THCS dễ bị ảnh hưởng bởi tư thế sai.

Câu 7. Nêu 3 việc làm bảo vệ hệ vận động.

Câu 8. Vì sao cần kết hợp cả chế độ dinh dưỡng và luyện tập thể dục thể thao để bảo vệ hệ vận động?

Câu 9. Hãy nhận xét thói quen sinh hoạt sau: “Ngồi học trên giường, lưng tựa tường, cúi đầu sát vở trong thời gian dài”.

2.3.2.2. Ví dụ minh hoạ Bài 32: Dinh dưỡng và tiêu hoá ở người (Tiết 2)

a. Bước 1 - Xác định mục tiêu dạy học

❖ Về năng lực chung

- Năng lực tự chủ và tự học: Chủ động, tích cực tìm hiểu về dinh dưỡng và tiêu hoá ở người

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Sử dụng ngôn ngữ khoa học nêu một số bệnh về đường tiêu hoá, chế độ dinh dưỡng ở người. Hoạt động nhóm một cách hiệu quả theo đúng yêu cầu của GV, đảm bảo các thành viên trong nhóm đều được tham gia và trình bày ý kiến.

- Năng lực 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.

❖ Về năng lực khoa học tự nhiên

- Nhận thức khoa học tự nhiên:

+ Trình bày được chế độ dinh dưỡng của con người ở các độ tuổi; nêu được nguyên tắc lập khẩu phần ăn cho con người.

+ Nêu được một số bệnh về đường tiêu hóa và cách phòng chống các bệnh đó; vận dụng để phòng chống các bệnh về tiêu hóa cho bản thân và gia đình.

- Tìm hiểu tự nhiên: Thông qua các hoạt động quan sát tranh ảnh, thảo luận,... để tìm hiểu về một số bệnh về đường tiêu hóa và lập khẩu phần ăn phù hợp cho từng lứa tuổi.

- Vận dụng kiến thức, kỹ năng đã học: Xây dựng chế độ dinh dưỡng cho bản thân và những người trong gia đình.

❖ Về phẩm chất

- Chăm học, chịu khó tìm tòi tài liệu và thực hiện các nhiệm vụ cá nhân nhằm tìm hiểu về dinh dưỡng và tiêu hóa 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.

❖ Về tích hợp GDBVSK

- Về dinh dưỡng: Nhận thức được vai trò của các nhóm chất dinh dưỡng đối với cơ thể. Từ đó xây dựng chế độ ăn uống cân đối, hợp lý, phù hợp với lứa tuổi.

- Về phòng bệnh: Hiểu được nguyên nhân gây các bệnh tiêu hóa, chủ động thực hiện các biện pháp phòng bệnh.

b. Bước 2 - Phân tích nội dung kiến thức có khả năng tích hợp GDBVSK

Địa chỉ tích hợp	Nội dung kiến thức trong SGK	Nội dung tích hợp GDBVSK cụ thể
II.1	Sâu răng (nguyên nhân do vi khuẩn, vệ sinh kém, ăn nhiều đồ ngọt)	Giáo dục HS nhận thức nguyên nhân, hình thành thói quen đánh răng đúng cách, hạn chế đồ ngọt, chăm sóc răng miệng
II.2	Bệnh viêm loét dạ dày – tá tràng	Giáo dục HS hiểu nguyên nhân (ăn uống không điều độ, bỏ bữa, căng thẳng) → xây dựng thói quen ăn uống đúng giờ, hạn chế đồ ăn không lành mạnh

III	Chế độ dinh dưỡng hợp lý	Giáo dục HS hiểu vai trò các nhóm chất dinh dưỡng; biết xây dựng khẩu phần ăn cân đối, ăn đa dạng thực phẩm, ăn đúng bữa để bảo vệ hệ tiêu hoá
Câu hỏi	Liên hệ thực tế thói quen ăn uống, sinh hoạt	Giáo dục HS nhận diện thói quen xấu (ăn nhiều đồ ngọt, bỏ bữa, ăn uống thất thường) điều chỉnh hành vi, phòng bệnh tiêu hoá

c. Bước 3 - Xác định mức độ tích hợp

- Mức độ tích hợp GDBVSK: tích hợp bộ phận

- Vì nội dung GDBVSK không làm thay đổi cấu trúc của bài học, nó được lồng ghép một cách khéo léo vào các tiêu mục kiến thức và hệ thống câu hỏi trong SGK nhằm phục vụ mục tiêu giáo dục toàn diện.

d. Bước 4 - Thiết kế hoạt động dạy học tích hợp GDBVSK

Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (25 phút) 2.1. Tìm hiểu về một số bệnh về đường tiêu hoá. a. Mục tiêu: HS nêu được nguyên nhân, biểu hiện và cách phòng tránh một số bệnh thường gặp: sâu răng, viêm loét dạ dày – tá tràng; Hình thành ý thức ăn uống khoa học, vệ sinh răng miệng đúng cách. b. Nội dung: GV cho HS nghiên cứu thông tin và quan sát hình ảnh trong SGK, thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi. c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS d. Tổ chức thực hiện:	
- GV chia lớp thành các nhóm, mỗi nhóm (3-5 HS) yêu cầu HS đọc thông tin mục III thảo luận và trả lời các câu hỏi trong SGK/130. (trong 7 phút) 1. Quan sát Hình 32.2, thảo luận về các giai đoạn hình thành lỗ sâu răng.	- HS đọc thông tin trong SGK thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi.

2. Đề xuất một số biện pháp giúp phòng, chống sâu răng và các việc nên làm để hạn chế những ảnh hưởng tới sức khoẻ khi đã bị sâu răng.

3. Người bị viêm loét dạ dày – tá tràng nên và không nên sử dụng các loại thức ăn, đồ uống nào? Em hãy kể tên và giải thích.

4. Dựa vào thông tin trên, em hãy nêu các biện pháp bảo vệ hệ tiêu hóa và cơ sở khoa học của các biện pháp đó.

- GV gọi đại diện một số nhóm trình bày ý kiến

- Đại diện một số nhóm trình bày ý kiến, các nhóm khác lắng nghe, nhận xét, bổ sung

1. Các giai đoạn sâu răng:
Men răng bị ăn mòn → lan đến ngà răng → viêm tủy răng do vi khuẩn xâm nhập.

2. Phòng chống sâu răng: Đánh răng bằng kem có fluor ít nhất 2 lần/ngày; vệ sinh kẽ răng; hạn chế đồ ngọt; khám răng định kỳ.

3. Dinh dưỡng cho người viêm loét dạ dày: Nên ăn thức ăn mềm, dễ tiêu, giàu vitamin (chuối, sữa chua, rau xanh...); tránh đồ cay, chua, có cồn, nhiều dầu mỡ.

4. Biện pháp bảo vệ hệ tiêu hoá: Ăn chậm, đúng bữa; dinh dưỡng hợp lý;

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức: Một số bệnh về đường tiêu hoá như: sâu răng, viêm loét dạ dày – tá tràng,... Nguyên nhân do chế độ ăn không lành mạnh, lười vận động, do căng thẳng, lo lắng,... * GV mở rộng, liên hệ: yêu cầu HS làm việc theo nhóm (trong 3 phút) thực hiện các câu hỏi/tình huống sau: 1. Theo em, vì sao học sinh hiện nay dễ mắc các bệnh về răng và hệ tiêu hoá? Hãy đề xuất cách thay đổi thói quen sinh hoạt để phòng tránh. 2. Một học sinh hay bỏ bữa sáng, ăn uống thất thường và thường bị đau bụng → Nguyên nhân do đâu? Cần thay đổi thói quen như thế nào? - GV gọi đại diện một số nhóm trình bày ý kiến	đảm bảo vệ sinh thực phẩm; uống đủ nước và vận động phù hợp. - HS lắng nghe, ghi chép - HS thảo luận nhóm, thực hiện nhiệm vụ được giao. - Đại diện một số nhóm trình bày ý kiến, các nhóm khác lắng nghe, nhận xét, bổ sung 1. Nguyên nhân: Ăn nhiều đồ ngọt, đồ ăn nhanh. Vệ sinh răng miệng kém. Ăn uống không đúng giờ, bỏ bữa. Sử dụng nhiều nước ngọt, đồ có cồn Biện pháp: Đánh răng 2 lần/ngày, vệ sinh răng miệng đúng cách. Ăn uống
---	---

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức: Biện pháp phòng ngừa các bệnh đường tiêu hoá: + Ăn đúng cách, khoa học + Uống đủ nước + Lựa chọn thực phẩm lành mạnh + Vận động thường xuyên	điều độ, không bỏ bữa. Hạn chế đồ ngọt, đồ ăn không lành mạnh 2. Nguyên nhân: Bỏ bữa sáng, ăn uống thất thường → dạ dày hoạt động không ổn định → gây đau bụng Cách khắc phục: Ăn đủ 3 bữa/ngày, đúng giờ. Không bỏ bữa sáng. Ăn uống hợp lý, hạn chế đồ ăn có hại - HS lắng nghe và ghi bài vào vở
2.2. Tìm hiểu về chế độ dinh dưỡng ở người a. Mục tiêu: - HS trình bày được khái niệm, vai trò của chế độ dinh dưỡng đối với cơ thể người. Phân tích được các yếu tố ảnh hưởng đến nhu cầu dinh dưỡng (tuổi, giới tính, lao động, tình trạng sức khỏe). Vận dụng để xây dựng chế độ ăn uống hợp lý cho bản thân. b. Nội dung: GV cho HS nghiên cứu thông tin và quan sát hình ảnh (nếu có), thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi. c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS d. Tổ chức thực hiện:	
- GV yêu cầu HS đọc thông tin SGK thảo luận nhóm đôi (trong 2 phút) và trả lời câu hỏi:	- HS thảo luận nhóm trả lời câu hỏi.

- Khẩu phần ăn cung cấp lượng thức ăn cho cơ thể trong một ngày. Để lập khẩu phần, cần đảm bảo đủ lượng thức ăn phù hợp với nhu cầu dinh dưỡng của cơ thể, cung cấp đầy đủ năng lượng và đối với thành phần chất dinh dưỡng.	
--	--

e. Bước 5 - Xây dựng công cụ đánh giá

Câu 1. Thói quen nào sau đây có hại cho hệ tiêu hoá?

- | | |
|----------------|----------------------|
| A. Ăn đúng giờ | B. Ăn chậm, nhai kỹ |
| C. Bỏ bữa sáng | D. Ăn nhiều rau xanh |

Câu 2. Người bị đau dạ dày nên hạn chế sử dụng loại thực phẩm nào sau đây?

- | | |
|----------------|-------------|
| A. Chuối | B. Sữa chua |
| C. Đồ cay nóng | D. Rau xanh |

Câu 3. Biện pháp nào sau đây giúp phòng tránh các bệnh về hệ tiêu hoá?

- | | |
|------------------------|-----------------|
| A. Ăn sống | B. Uống nước lã |
| C. Ăn uống hợp vệ sinh | D. Bỏ bữa |

Câu 4. Một khẩu phần ăn hợp lý cần đảm bảo yếu tố nào?

- | | |
|------------------|-----------------------------------|
| A. Chỉ ăn thịt | B. Ăn đủ và cân đối các nhóm chất |
| C. Không cần rau | D. Ăn càng nhiều càng tốt |

Câu 5. Người lao động nặng cần chế độ dinh dưỡng như thế nào?

- | | |
|----------------------|-------------------------|
| A. Ít năng lượng hơn | B. Nhiều năng lượng hơn |
| C. Không cần ăn | D. Ăn ít rau |

Câu 6. Nêu vai trò của các nhóm chất dinh dưỡng đối với cơ thể.

Câu 7. Một người bị đau dạ dày nhưng vẫn thường xuyên ăn đồ cay và uống cà phê. Việc làm này đúng hay sai? Vì sao? Nên thay đổi thế nào?

Câu 8. Giải thích vì sao ăn chậm, nhai kỹ giúp hệ tiêu hoá hoạt động hiệu quả hơn.

Câu 9. Một bạn muốn tăng cân nên ăn rất nhiều nhưng ít vận động. Điều này có hợp lý không? Cần điều chỉnh thế nào?

2.3.2.3. Ví dụ minh hoạ Bài 35: Hệ bài tiết ở người (Tiết 2)

a. Bước 1 - Xác định mục tiêu dạy học

❖ Về năng lực chung

- Năng lực tự chủ và tự học: chủ động, tích cực thực hiện các nhiệm vụ được giao; tự tìm tòi các thông tin về các bệnh về hệ bài tiết
- Năng lực giao tiếp và hợp tác: biết sử dụng phương tiện giao tiếp bằng lời nói để trình bày hiểu biết của mình về một số bệnh về hệ bài tiết; Biết cách làm việc theo nhóm, hoàn thành nhiệm vụ của mình, giúp đỡ các thành viên khác cùng hoàn thành nhiệm vụ của nhóm.
- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: vận dụng linh hoạt kiến thức đã học để giải thích cơ sở khoa học của một số bệnh về hệ bài tiết.

❖ Về năng lực khoa học tự nhiên

- Nhận thức khoa học tự nhiên: Trình bày được một số bệnh về hệ bài tiết và cách phòng chống các bệnh đó.
- Tìm hiểu tự nhiên: Thông qua các hoạt động quan sát tranh ảnh, thảo luận,... để tìm hiểu về một số bệnh về hệ bài tiết, các biện pháp phòng chống.
- Vận dụng kiến thức, kỹ năng đã học: Vận dụng các kiến thức để giải thích cơ sở khoa học của các thói quen sinh hoạt gây hại đến hệ bài tiết.

❖ Về phẩm chất

- Chăm học, chịu khó tìm tòi tài liệu và thực hiện các nhiệm vụ cá nhân nhằm tìm hiểu về hệ bài tiết 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.

❖ Về tích hợp GDBVSK

- Về phòng tránh bệnh tật: Nhận thức được nguyên nhân, biểu hiện của một số bệnh thường gặp ở hệ bài tiết như viêm đường tiết niệu, sỏi thận; từ đó đề xuất và thực hiện các biện pháp phòng tránh phù hợp.
- Về lối sống: Hình thành thói quen sinh hoạt khoa học để bảo vệ hệ bài tiết như uống đủ nước mỗi ngày, không nhịn tiểu, giữ vệ sinh cơ thể sạch sẽ và xây dựng chế độ ăn uống hợp lý, hạn chế ăn mặn và đồ ăn nhanh..

b. Bước 2 - Phân tích nội dung kiến thức có khả năng tích hợp GDBVSK

Địa chỉ tích hợp	Nội dung kiến thức trong SGK	Nội dung tích hợp GDBVSK cụ thể
II.1	Sỏi thận: do các muối khoáng (calcium oxalate, phosphate, urate...) tích tụ và kết tinh trong thận	Giáo dục HS hình thành thói quen uống đủ nước, không nhịn tiểu, ăn uống hợp lý để hạn chế sự kết tinh muối khoáng, phòng tránh sỏi thận.
II.2	Viêm cầu thận: do liên cầu khuẩn gây nên, biểu hiện phù nề, tiểu ra máu, tăng huyết áp...	Giáo dục HS ý thức vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường, phòng tránh nhiễm khuẩn để hạn chế nguy cơ viêm cầu thận.
II.3	Suy thận: do đái tháo đường, tăng huyết áp, mất máu hoặc bệnh thận khác; biểu hiện mệt mỏi, phù, huyết áp cao...	Giáo dục HS hiểu tác hại của các bệnh mạn tính và bệnh thận; từ đó hình thành lối sống khoa học, kiểm soát sức khỏe và khám định kỳ để bảo vệ hệ bài tiết.
Câu hỏi	Liên hệ các bệnh hệ bài tiết với thói quen sinh hoạt hằng ngày của học sinh	HS vận dụng kiến thức để giải thích mối liên hệ giữa thói quen (uống nước, nhịn tiểu, vệ sinh) và bệnh, từ đó đề xuất biện pháp phòng tránh

c. Bước 3 - Xác định mức độ tích hợp

- Mức độ tích hợp GDBVSK: tích hợp liên hệ
- Vì nội dung GDBVSK được lồng ghép thông qua các câu hỏi liên hệ, tình huống thực tiễn và hoạt động thảo luận, giúp HS vận dụng kiến thức để liên hệ với đời sống; không làm thay đổi cấu trúc nội dung chính của bài học trong SGK.

d. Bước 4 - Thiết kế hoạt động dạy học tích hợp GDBVSK

Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (25 phút)	
2. Tìm hiểu về một số bệnh về hệ bài tiết.	

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức: - Một số bệnh về hệ bài tiết nước tiểu: bệnh sỏi thận, bệnh viêm cầu thận, bệnh suy thận, ... * GV mở rộng, liên hệ: yêu cầu HS làm việc theo nhóm (trong 5 phút) thực hiện các câu hỏi/tình huống sau: Một bạn có thói quen uống ít nước, hay nhịn tiểu và lười vệ sinh cá nhân. Theo em, bạn có nguy cơ mắc những bệnh gì? Hãy giải thích và đề xuất cách thay đổi thói quen để bảo vệ hệ bài tiết. đáp án - GV gọi đại diện các nhóm trình bày kết quả.	mệt, phù, huyết áp cao. Phòng: giữ sức khỏe, phòng bệnh thận. 2. Uống ít nước: Làm nước tiểu cô đặc, các chất cặn dễ kết tinh dễ hình thành sỏi thận. Nhịn tiểu: Nước tiểu bị ứ đọng lâu trong bàng quang tạo điều kiện cho vi khuẩn phát triển dễ gây viêm đường tiết niệu, viêm cầu thận. Ăn quá mặn: Làm tăng lượng muối trong cơ thể thận phải làm việc nhiều để lọc lâu dài gây tổn thương thận, tăng nguy cơ sỏi thận và suy thận. - HS lắng nghe, ghi chép - HS thảo luận nhóm, thực hiện nhiệm vụ được giao. - Đại diện một số nhóm trình bày ý kiến, các nhóm khác lắng nghe, nhận xét, bổ sung
---	---

- GV chốt kiến thức. Các biện pháp đề xuất + không ăn quá nhiều protein, quá mặn, quá chua, quá nhiều chất tạo sỏi. + uống đủ nước. + thường xuyên giữ vệ sinh cho toàn cơ thể cũng như cho hệ bài tiết nước tiểu.	Nguyên cơ mắc bệnh: Dễ bị sỏi thận (do uống ít nước), viêm đường tiết niệu (do nhịn tiểu, vệ sinh kém), lâu dài có thể ảnh hưởng chức năng thận. Giải thích: Uống ít nước → nước tiểu cô đặc → dễ tạo sỏi. Nhịn tiểu, vệ sinh kém → vi khuẩn phát triển → gây viêm nhiễm. Cách thay đổi thói quen: Uống đủ nước, không nhịn tiểu, giữ vệ sinh cá nhân sạch sẽ, ăn uống hợp lý. - HS lắng nghe và ghi bài vào vở
--	---

e. Bước 5 - Xây dựng công cụ đánh giá

Câu 1. Nguyên nhân chủ yếu gây sỏi thận là:

- | | |
|------------------|-------------------------|
| A. Vi khuẩn | B. Muối khoáng kết tinh |
| C. Thiếu vitamin | D. Virus |

Câu 2. Bệnh viêm cầu thận thường do nguyên nhân nào gây ra?

- | | |
|------------------|-------------------|
| A. Nấm | B. Liên cầu khuẩn |
| C. Ký sinh trùng | D. Muối khoáng |

Câu 3. Biện pháp nào sau đây giúp phòng tránh các bệnh về hệ bài tiết?

- | | |
|-----------------|-----------------|
| A. Nhịn tiểu | B. Uống ít nước |
| C. Uống đủ nước | D. Ăn mặn |

Câu 4. Dấu hiệu nào sau đây là biểu hiện của suy thận?

- A. Mệt mỏi, phù, huyết áp cao
- B. Nhìn mờ
- C. Đau tai
- D. Ho khan

Câu 5. Thói quen nào sau đây có thể làm tăng nguy cơ mắc bệnh sỏi thận?

- A. Uống đủ nước
- B. Ăn nhạt
- C. Uống ít nước, ăn mặn
- D. Tập thể dục thường xuyên

Câu 6. Vì sao cần giữ vệ sinh cá nhân để phòng tránh bệnh viêm cầu thận?

Câu 7. Một bạn học sinh có thói quen nhịn tiểu và ăn mặn. Theo em, thói quen này có thể gây ra những bệnh gì về hệ bài tiết? Giải thích.

Câu 8. Em hãy xây dựng một kế hoạch đơn giản (3–4 việc làm) để bảo vệ hệ bài tiết của bản thân trong một ngày học.

2.3.2.4. Ví dụ minh hoạ Bài 37. Hệ thần kinh và các giác quan ở người (Tiết 2)

a. Bước 1 - Xác định mục tiêu dạy học

❖ Về năng lực chung

- Năng lực tự chủ và tự học: Chủ động tìm hiểu về hệ thần kinh và các giác quan, đặc biệt là thị giác.
- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Sử dụng ngôn ngữ khoa học để trình bày hiểu biết; làm việc nhóm hiệu quả khi thảo luận về cấu tạo mắt và các tật về thị giác.
- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Vận dụng kiến thức để giải thích cơ chế nhìn, nguyên nhân gây tật khúc xạ và đề xuất biện pháp bảo vệ mắt.

❖ Về năng lực khoa học tự nhiên

- Nhận thức khoa học tự nhiên:

- + Trình bày được cấu tạo và chức năng của mắt; quá trình thu nhận ánh sáng.
- + Trình bày được một số bệnh về thị giác, cách phòng chống các bệnh đó; vận dụng để bảo vệ bản thân và người thân trong gia đình.
- Tìm hiểu tự nhiên: Tìm hiểu được các bệnh và tật về mắt trong trường học, tuyên truyền chăm sóc và bảo vệ đôi mắt.
- Vận dụng kiến thức, kỹ năng đã học: Vận dụng kiến thức về hệ thần kinh và các giác quan như thị giác, thính giác để bảo vệ sức khỏe.

❖ Về phẩm chất

- Chăm chỉ: Tích cực tham gia hoạt động học tập, hoàn thành nhiệm vụ.
- Trung thực: Báo cáo đúng kết quả quan sát, không sao chép.
- Trách nhiệm: Có ý thức bảo vệ mắt, xây dựng thói quen học tập khoa học.

❖ Về tích hợp GDBVSK

- Về phòng tránh bệnh tật: Nhận thức được nguyên nhân, biểu hiện của các tật khúc xạ như cận thị, viễn thị; đề xuất và thực hiện các biện pháp phòng tránh.
- Về lối sống: Hình thành thói quen sử dụng mắt hợp lý như giữ khoảng cách khi học, đảm bảo ánh sáng, hạn chế thời gian sử dụng thiết bị điện tử để bảo vệ thị giác.

b. Bước 2 - Phân tích nội dung kiến thức có khả năng tích hợp GDBVSK

Địa chỉ tích hợp	Nội dung kiến thức trong SGK	Nội dung tích hợp GDBVSK cụ thể
II.1.1	Cấu tạo và chức năng của mắt (giác mạc, thủy tinh thể, võng mạc; cơ chế thu nhận ánh sáng)	Giáo dục HS hiểu mắt hoạt động như một hệ thấu kính hội tụ; từ đó nhận thức được vai trò của việc bảo vệ mắt trong học tập và sinh hoạt (đảm bảo ánh sáng, khoảng cách nhìn).
II.1.2	Một số bệnh, tật về thị giác (cận thị, viễn thị, loạn thị)	Giáo dục HS nhận thức được nguyên nhân, biểu hiện của các tật khúc xạ; hình thành ý thức phòng tránh thông qua thói quen học tập đúng (ngồi đúng tư thế, hạn chế thiết bị điện tử, đeo kính đúng độ).
Câu hỏi	Liên hệ thực tế học đường và đời sống	HS vận dụng kiến thức để đề xuất biện pháp bảo vệ mắt, tuyên truyền phòng tránh các bệnh về thị giác trong gia đình và cộng đồng.

c. Bước 3 - Xác định mức độ tích hợp

- Mức độ tích hợp GDBVSK: tích hợp liên hệ
- Nội dung GDBVSK được lồng ghép thông qua các câu hỏi liên hệ, tình huống thực tiễn và hoạt động thảo luận, không làm thay đổi cấu trúc nội dung chính của bài học trong SGK.

d. Bước 4 - Thiết kế hoạt động dạy học tích hợp GDBVSK

Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (25 phút) 2.1. Tìm hiểu về cấu tạo và chức năng của thị giác a. Mục tiêu: Kể tên được các bộ phận của mắt và sơ đồ đơn giản quá trình thu nhận ánh sáng; liên hệ được kiến thức truyền ánh sáng trong thu nhận ánh sáng ở mắt. Nêu được chức năng của thị giác. b. Nội dung: GV cho HS nghiên cứu thông tin và quan sát hình ảnh trong SGK, thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi. c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS d. Tổ chức thực hiện:	
- GV chia lớp thành 4 – 5 nhóm (5 - 7 HS) yêu cầu HS đọc thông tin mục II.1 SGK/ 153, quan sát hình 37.3 và 37.4 thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi (trong 5 phút) 1. Kể tên các bộ phận của mắt 2. Liên hệ kiến thức truyền ánh sáng, giải thích quá trình thu nhận ánh sáng ở mắt. - GV gọi đại diện một số nhóm trình bày kết quả	- HS đọc thông tin trong SGK thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi. - Đại diện một số nhóm trình bày kết quả, nhóm khác lắng nghe, bổ sung (nếu có) 1. Mắt gồm mí mắt, lông mi và cầu mắt. Cầu mắt gồm: giác mạc, đồng tử, thủy tinh thể, dịch mắt, các màng (màng cứng, màng mạch, võng mạc) và dây thần kinh thị giác. 2. Ánh sáng từ vật đi qua giác mạc, đồng tử, thủy tinh thể và hội tụ trên võng mạc. Tế bào thụ cảm ánh sáng

- GV chốt kiến thức. Thị giác có cấu tạo gồm mắt, dây thần kinh thị giác và vùng thị giác ở não. Phía ngoài của mắt có mí mắt, lông mi và cầu mắt nằm trong hốc mắt. Chúng ta có thể nhìn thấy vật là do có ánh sáng phản chiếu từ vật khúc xạ qua giác mạc và thể thủy tinh tới màng lưới, tác động lên tế bào thụ cảm thị giác, gây hưng phấn các tế bào này và truyền theo dây thần kinh thị giác tới não cho ta cảm nhận về hình ảnh của vật.	tạo xung thần kinh truyền theo dây thần kinh thị giác lên não → giúp ta nhìn thấy hình ảnh. - HS lắng nghe và ghi bài vào vở
2.2. Tìm hiểu về một số bệnh, tật về thị giác a. Mục tiêu: HS nêu được một số tật về mắt: cận thị, viễn thị, loạn thị; phân tích được nguyên nhân gây cận thị (thói quen học tập, ánh sáng, thiết bị điện tử); đề xuất được biện pháp bảo vệ mắt và phòng chống tật khúc xạ. b. Nội dung: GV cho HS nghiên cứu thông tin và quan sát hình ảnh (nếu có), thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi. c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS d. Tổ chức thực hiện:	
- GV yêu cầu HS đọc thông tin SGK, kết hợp quan sát hình 37.5/trang 155 thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi (trong 5 phút) 1. Nêu 1 số bệnh, tật về mắt. Chỉ ra nguyên nhân và cách phòng chống các bệnh, tật về mắt.	- HS thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi.

* GV mở rộng, liên hệ: yêu cầu HS làm việc theo nhóm (trong 5 phút)thực hiện các câu hỏi/tình huống sau: “Bạn Mai thường xuyên dùng điện thoại trong bóng tối, ngồi học cúi sát vở và đeo kính không đúng độ. Sau một thời gian, bạn thấy mắt mỏi, nhìn xa mờ và đôi khi hình ảnh bị méo.” Bạn Mai có thể mắc những tật gì về mắt? Nguyên nhân nào dẫn đến tình trạng này? Những biểu hiện nào cho thấy mắt đang gặp vấn đề? Em hãy đề xuất các biện pháp giúp bạn Mai bảo vệ mắt. - GV gọi đại diện các nhóm trình bày kết quả. - GV chốt kiến thức: Biện pháp bảo vệ và chăm sóc mắt	- HS thảo luận nhóm, thực hiện nhiệm vụ được giao. - Đại diện một số nhóm trình bày kết quả, nhóm khác lắng nghe, bổ sung (nếu có) + Có thể mắc cận thị hoặc loạn thị + Nguyên nhân: dùng điện thoại trong tối, học quá gần, đeo kính sai độ + Biểu hiện: mắt mỏi, nhìn xa mờ, hình ảnh méo + Để bảo vệ mắt, cần ngồi học đúng khoảng cách, đảm bảo ánh sáng, hạn chế sử dụng thiết bị điện tử, đeo kính đúng độ và cho mắt nghỉ ngơi hợp lý. - HS lắng nghe và ghi bài vào vở
--	--

- + Ngồi học đúng tư thế, đủ ánh sáng, giữ khoảng cách mắt 25–30 cm.
- + Hạn chế dùng điện thoại, máy tính quá lâu; cho mắt nghỉ thường xuyên.
- + Không dụi mắt bằng tay bẩn, giữ vệ sinh mắt sạch sẽ.
- + Ăn uống đủ chất, bổ sung vitamin A (cà rốt, trứng, rau xanh...).
- + Khám mắt định kỳ và đeo kính đúng độ nếu cần.

e. Bước 5 - Xây dựng công cụ đánh giá

Câu 1. Bộ phận nào của mắt có vai trò như thấu kính hội tụ?

- | | |
|---------------------------|------------------|
| A. Võng mạc | B. Thủy tinh thể |
| C. Dây thần kinh thị giác | D. Đồng tử |

Câu 2. Khi đọc sách ở khoảng cách quá gần trong thời gian dài, mắt dễ bị:

- | | |
|-------------|-------------|
| A. Viễn thị | B. Loạn thị |
| C. Cận thị | D. Mù màu |

Câu 3. Để khắc phục tật viễn thị, người ta sử dụng:

- | | |
|----------------------|---------------------|
| A. Thấu kính phân kỳ | B. Thấu kính hội tụ |
| C. Gương cầu | D. Kính phẳng |

Câu 4. Biểu hiện nào sau đây là của loạn thị?

- | | |
|-------------------------------|----------------------------|
| A. Nhìn xa rõ, gần mờ | B. Nhìn gần rõ, xa mờ |
| C. Nhìn hình ảnh bị méo, nhòe | D. Không nhìn thấy màu sắc |

Câu 5. Việc nào sau đây giúp giảm mỏi mắt khi học tập?

- | | |
|--------------------------------|--------------------------|
| A. Học liên tục không nghỉ | B. Nhìn màn hình sát mắt |
| C. Nghỉ mắt sau mỗi 30–45 phút | D. Học trong phòng tối |

Câu 6. Phân biệt cận thị và viễn thị.

Câu 7. Vì sao cần giữ khoảng cách khi đọc sách, viết bài?

Câu 8. Em hãy đề xuất 2–3 việc làm bảo vệ mắt khi sử dụng điện thoại.

Câu 9. Một bạn đã bị cận thị nhưng không đeo kính đúng số và vẫn giữ thói quen xem tivi, điện thoại ở khoảng cách gần. Việc làm này có ảnh hưởng gì đến mắt? Em hãy đưa ra lời khuyên phù hợp.

2.4. Đánh giá hiệu quả kế hoạch dạy học tích hợp GDBVSK trong dạy học chủ đề: “Sinh học cơ thể người” môn KHTN 8

2.4.1. Mục đích đánh giá

Bước đầu đánh giá mức độ phù hợp, tính khả thi và hiệu quả của kế hoạch bài dạy tích hợp GDBVSK trong dạy học chủ đề Sinh học cơ thể người môn KHTN 8.

2.4.2. Nội dung đánh giá

Việc đánh giá kế hoạch bài dạy tích hợp GDBVSK trong dạy học chủ đề Sinh học cơ thể người KHTN 8 tập trung vào các nội dung sau:

Đánh giá mức độ phù hợp của kế hoạch bài dạy

- + Mức độ phù hợp của mục tiêu bài học, yêu cầu cần đạt của môn KHTN 8
- + Mức độ phù hợp của nội dung GDBVSK được tích hợp trong bài học.
- + Mức độ phù hợp của phương pháp, hình thức tổ chức dạy học và học liệu sử dụng đối với học sinh THCS.
- + Mức độ phù hợp của các hoạt động học tập trong việc tích hợp GDBVSK.

Đánh giá tính khả thi của kế hoạch bài dạy

- + Khả năng tổ chức thực hiện kế hoạch bài dạy trong điều kiện dạy học thực tế ở trường THCS.
- + Mức độ phù hợp của thời lượng dành cho các hoạt động học tập.
- + Khả năng tham gia và hoàn thành nhiệm vụ học tập của HS.

Đánh giá hiệu quả của kế hoạch bài dạy

- + Khả năng góp phần hình thành và phát triển phẩm chất, năng lực cho HS.
- + Khả năng giúp HS nhận biết và liên hệ các vấn đề sức khỏe trong thực tiễn.
- + Khả năng góp phần hình thành ý thức và hành vi bảo vệ sức khỏe cho HS.
- + Mức độ phát huy tính tích cực, chủ động và hứng thú học tập của HS.

2.4.3. Phương pháp đánh giá

Do đề tài không tiến hành thực nghiệm sư phạm nên việc đánh giá được thực hiện qua các phương pháp sau:

- Xin ý kiến đánh giá của chuyên gia là giáo viên đang giảng dạy môn KHTN về tính phù hợp, tính khả thi và hiệu quả của kế hoạch bài dạy đã xây dựng.
- Điều tra bằng phiếu đánh giá kế hoạch bài dạy với các tiêu chí cụ thể (phần phụ lục).
- Xử lý, phân tích số liệu.

2.4.4. Tiêu chí đánh giá

Các tiêu chí đánh giá cụ thể

- Tiêu chí đánh giá về mức độ phù hợp của kế hoạch bài dạy

+ Mục tiêu bài học rõ ràng, phù hợp với yêu cầu cần đạt của môn KHTN 8 (Tiêu chí 1 - TC1)

+ Nội dung GDBVSK được tích hợp phù hợp với nội dung bài học (Tiêu chí 2 - TC2)

+ Các hoạt động học tập thể hiện được nội dung tích hợp GDBVSK (Tiêu chí 3 – TC3)

- Tiêu chí đánh giá về tính khả thi của kế hoạch bài dạy

+ Kế hoạch bài dạy có thể tổ chức thực hiện trong điều kiện dạy học thực tế (Tiêu chí 4 – TC4)

+ Thời lượng các hoạt động học tập hợp lý (Tiêu chí 5 – TC5)

+ Học sinh có khả năng tham gia và hoàn thành nhiệm vụ học tập (Tiêu chí 6 – TC6)

- Tiêu chí đánh giá về tính hiệu quả của kế hoạch bài dạy

+ Kế hoạch bài dạy góp phần hình thành và phát triển phẩm chất, năng lực cho học sinh (Tiêu chí 7 – TC7)

+ Kế hoạch bài dạy giúp học sinh nhận biết và vận dụng kiến thức vào các vấn đề sức khỏe thực tiễn (Tiêu chí 8 – TC8)

+ Kế hoạch bài dạy góp phần hình thành ý thức và hành vi bảo vệ sức khỏe (Tiêu chí 9 – TC9)

+ Kế hoạch bài dạy phát huy tính tích cực, chủ động và hứng thú học tập của học sinh (Tiêu chí 10 – TC10)

Thang đánh giá

Các tiêu chí trên được đánh giá theo thang điểm 4, cụ thể:

Mức đánh giá	Điểm
Chưa đạt	1
Đạt	2
Tốt	3
Rất tốt	4

2.4.5. Cách xử lý kết quả đánh giá

- Kết quả đánh giá được xử lý bằng cách tính điểm trung bình của từng tiêu chí và điểm trung bình của phiếu đánh giá. Điểm trung bình càng cao cho thấy kế hoạch bài dạy càng được đánh giá cao về mức độ phù hợp, tính khả thi và hiệu quả.

- Các tiêu chí được đánh giá theo thang điểm 4, giá trị nhỏ nhất là 1, giá trị lớn nhất là 4 nên khoảng giá trị của thang đo được xác định theo cách sau:

(Giá trị lớn nhất – Giá trị nhỏ nhất)/Số mức đánh giá = $(4 - 1)/4 = 0,75$

- Từ đó, đề tài quy ước mức đánh giá chung như sau:

Điểm trung bình	Mức đánh giá
1,00 – 1,75	Chưa đạt
1,76 – 2,50	Đạt
2,51 – 3,25	Tốt
3,26 – 4,00	Rất tốt

2.4.6. Kết quả đánh giá

Sau khi xây dựng phiếu, chúng tôi đã gửi phiếu đánh giá hiệu quả đi kèm với 07 kế hoạch bài dạy tích hợp GDBVSK thông qua dạy học chủ đề Sinh học cơ thể người môn KHTN 8 đến 5 giáo viên đang dạy môn KHTN để đánh giá hiệu quả của kế hoạch bài dạy tích hợp. Kết quả thu được như sau

a. Điểm đánh giá của giáo viên đối với từng tiêu chí cụ thể

- Tiêu chí đánh giá về mức độ phù hợp của kế hoạch bài dạy

Bảng 2.2. Kết quả đánh giá của giáo viên đối về mức độ phù hợp của kế hoạch bài dạy

Tiêu chí	GV1	GV2	GV3	GV4	GV5	Điểm TB
TC1	3	2	3	4	3	3,00
TC2	3	4	2	3	2	2,80
TC3	2	3	2	3	3	2,60
Điểm TB nhóm tiêu chí						2,80

Từ bảng số liệu trên, có thể thấy các kế hoạch bài dạy tích hợp GDBVSK thông qua chủ đề Sinh học cơ thể người trong môn KHTN 8 được giáo viên đánh giá ở mức tốt, với điểm trung bình nhóm tiêu chí đạt 2,80/4,00.

Cụ thể, tiêu chí “Mục tiêu bài học rõ ràng, phù hợp với yêu cầu cần đạt của môn KHTN 8” (TC1) đạt điểm trung bình 3,00, cho thấy các kế hoạch bài dạy đã xác định mục tiêu tương đối rõ ràng và cơ bản bám sát yêu cầu chương trình.

Tiêu chí “Nội dung GDBVSK được tích hợp phù hợp với nội dung bài học” (TC2) đạt điểm trung bình 2,80, phản ánh việc tích hợp nội dung sức khỏe đã có sự gắn kết với kiến thức bài học, tuy nhiên ở một số kế hoạch vẫn chưa thật sự sâu hoặc chưa đa dạng.

Tiêu chí “Các hoạt động học tập thể hiện được nội dung tích hợp GDBVSK” (TC3) có điểm trung bình thấp nhất 2,60, cho thấy việc thiết kế hoạt động học tập nhằm làm rõ nội dung tích hợp còn hạn chế; một số hoạt động chưa khai thác tốt yếu tố giáo dục sức khỏe hoặc chưa tạo được nhiều cơ hội cho học sinh vận dụng vào thực tiễn.

Nhìn chung, các kế hoạch bài dạy đã đáp ứng yêu cầu tích hợp GDBVSK, nhưng cần tiếp tục hoàn thiện, đặc biệt là trong việc thiết kế hoạt động học tập để nâng cao tính hiệu quả và khả năng vận dụng của HS.

- *Tiêu chí đánh giá về tính khả thi của kế hoạch bài dạy*

Bảng 2.3. Kết quả đánh giá của giáo viên đối về tính khả thi của kế hoạch bài dạy

Tiêu chí	GV1	GV2	GV3	GV4	GV5	Điểm TB
TC4	3	3	2	3	3	2,80

TC5	3	2	3	2	3	2,60
TC6	3	3	2	3	3	2,80
Điểm TB nhóm tiêu chí						2,73

Kết quả đánh giá từ bảng số liệu trên cho thấy, các kế hoạch bài dạy có tính khả thi ở mức tốt, với điểm trung bình nhóm tiêu chí đạt 2,73/4,00.

Tiêu chí “Kế hoạch bài dạy có thể tổ chức thực hiện trong điều kiện dạy học thực tế” (TC4) và “Học sinh có khả năng tham gia và hoàn thành nhiệm vụ học tập” (TC6) đều đạt điểm trung bình 2,80. Điều này cho thấy các kế hoạch bài dạy nhìn chung có thể triển khai trong thực tế và các hoạt động học tập đã cơ bản phù hợp với khả năng tham gia của học sinh.

Trong khi đó, tiêu chí “Thời lượng các hoạt động học tập hợp lý” (TC5) có điểm trung bình thấp nhất (2,60). Kết quả này cho thấy thời gian phân bổ cho một số hoạt động chưa thật sự phù hợp, cần được điều chỉnh linh hoạt hơn để đảm bảo phù hợp với tiến độ dạy học, đặc điểm lớp học và khả năng tiếp nhận của HS.

Nhìn chung, các kế hoạch bài dạy đã có tính khả thi tương đối tốt, tuy nhiên cần tiếp tục hoàn thiện, đặc biệt là trong việc phân bổ thời lượng hoạt động để nâng cao hiệu quả triển khai trong thực tiễn.

- *Tiêu chí đánh giá về tính hiệu quả của kế hoạch bài dạy*

Bảng 2.4. Kết quả đánh giá của giáo viên đối về tính hiệu quả của kế hoạch bài dạy

Tiêu chí	GV1	GV2	GV3	GV4	GV5	Điểm TB
TC7	3	3	3	4	3	3,20
TC8	3	2	3	3	3	2,80
TC9	3	3	3	3	3	3,00
TC10	2	3	3	4	3	3,00
Điểm TB nhóm tiêu chí						3,00

Thông qua số liệu ở bảng trên cho thấy, các kế hoạch bài dạy tích hợp GDBVSK thông qua chủ đề Sinh học cơ thể người trong môn KHTN 8 bước đầu đạt hiệu quả tốt, với điểm trung bình nhóm tiêu chí đạt 3,00/4,00.

Tiêu chí “Kế hoạch bài dạy góp phần hình thành và phát triển phẩm chất, năng lực cho học sinh” (TC7) đạt điểm trung bình cao nhất 3,20. Điều này cho thấy các kế hoạch bài dạy đã chú trọng phát triển năng lực và phẩm chất học sinh thông qua các hoạt động học tập phù hợp.

Tiêu chí “Kế hoạch bài dạy phát huy tính tích cực, chủ động và hứng thú học tập của học sinh” (TC10) và “Kế hoạch bài dạy góp phần hình thành ý thức và hành vi bảo vệ sức khỏe” (TC9) đều đạt mức 3,00, cho thấy các hoạt động học tập đã bước đầu tạo được sự hứng thú, đồng thời góp phần hình thành nhận thức và hành vi đúng trong bảo vệ sức khỏe cho học sinh.

Trong khi đó, tiêu chí “Kế hoạch bài dạy giúp học sinh nhận biết và vận dụng kiến thức vào các vấn đề sức khỏe thực tiễn” (TC8) có điểm trung bình thấp hơn (2,80). Kết quả này cho thấy việc tổ chức các hoạt động nhằm tăng cường khả năng vận dụng kiến thức vào thực tiễn vẫn cần được chú trọng và cải thiện thêm.

Nhìn chung, các kế hoạch bài dạy đã có tác động tích cực đến việc hình thành năng lực, phẩm chất và ý thức bảo vệ sức khỏe của HS, tuy nhiên cần tiếp tục hoàn thiện để nâng cao hơn nữa khả năng vận dụng kiến thức vào thực tiễn.

b. Điểm trung bình của từng phiếu đánh giá

Bảng 2.5. Kết quả điểm trung bình phiếu đánh giá của từng giáo viên

Giáo viên	Tổng điểm đánh giá	Điểm trung bình phiếu đánh giá
GV1	28	2,80
GV2	28	2,80
GV3	26	2,60
GV4	32	3,20
GV5	29	2,90
Điểm trung bình chung		2,86

Kết quả tổng hợp điểm trung bình của các phiếu đánh giá cho thấy điểm trung bình chung đạt 2,86/4,00, tương ứng mức khá tốt.

Điểm đánh giá giữa các giáo viên nhìn chung không có sự chênh lệch lớn, dao động từ 2,60 đến 3,20. Điều này cho thấy các giáo viên có sự thống nhất tương đối trong đánh giá về mức độ phù hợp, tính khả thi và hiệu quả của các kế hoạch bài dạy. Tuy nhiên, vẫn có sự khác biệt nhất định giữa các giáo viên, trong đó một số tiêu chí như thời lượng hoạt động, hình thức tổ chức dạy học và khả năng triển khai trong thực tế được đánh giá ở mức thấp hơn. Điều này cho thấy các kế hoạch bài dạy vẫn cần tiếp tục được điều chỉnh và hoàn thiện nhằm nâng cao hơn nữa hiệu quả vận dụng trong thực tiễn dạy học ở THCS.

Tiểu kết chương 2

Chương 2 của khóa luận đã làm rõ một cách hệ thống về việc tích hợp GDBVSK trong dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người” thuộc môn KHTN lớp 8. Đã xác định được các nguyên tắc cốt lõi chi phối quá trình tích hợp GDBVSK, xác định các bài học cụ thể trong chủ đề “Sinh học cơ thể người” có khả năng tích hợp cao, đã đề xuất một quy trình tích hợp gồm các bước rõ ràng và logic, từ phân tích mục tiêu, lựa chọn nội dung, xác định phương pháp đến thiết kế hoạt động và đánh giá kết quả. Thiết kế minh họa 5 kế hoạch bài dạy, đã thể hiện rõ cách thức tổ chức dạy học tích hợp theo hướng phát triển năng lực, trong đó các hoạt động được xây dựng gắn với thực tiễn, tạo điều kiện cho học sinh không chỉ hiểu mà còn biết vận dụng kiến thức vào đời sống. Bên cạnh đó cũng xây dựng hệ thống công cụ đánh giá tương đối toàn diện, bao gồm bài kiểm tra, phiếu khảo sát và bảng quan sát, kết hợp với hệ thống tiêu chí và thang đánh giá cụ thể.

Từ toàn bộ nội dung đã trình bày, có thể khẳng định rằng việc tích hợp GDBVSK trong dạy học môn KHTN lớp 8 là một hướng tiếp cận phù hợp, có cơ sở khoa học và mang ý nghĩa thực tiễn rõ rệt.

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

1. Kết luận

Đề tài *Tích hợp giáo dục bảo vệ sức khỏe thông qua dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người” môn Khoa học tự nhiên 8* đã hệ thống hoá cơ sở lý luận về dạy học tích hợp và GDBVSK trong trường THCS. Qua đó khẳng định vai trò và sự cần thiết của việc tích hợp nội dung này nhằm đáp ứng yêu cầu phát triển phẩm chất và năng lực học sinh theo Chương trình Giáo dục phổ thông 2018.

Kết quả khảo sát thực tiễn cho thấy giáo viên đã có nhận thức đúng đắn và thường xuyên triển khai tích hợp GDBVSK trong dạy học. Tuy nhiên, quá trình thực hiện vẫn còn một số hạn chế như điều kiện cơ sở vật chất và học liệu chưa đáp ứng đầy đủ, thời gian dạy học còn ít. Đối với học sinh, các em có hứng thú và nhu cầu học tập cao nhưng mức độ tham gia và khả năng vận dụng kiến thức vào thực tiễn chưa đồng đều.

Trên cơ sở đó, đề tài đã đề xuất các nguyên tắc, quy trình và thiết kế 05 kế hoạch bài dạy minh họa cho 3 mức độ tích hợp GDBVSK trong chủ đề “Sinh học cơ thể người”. Kết quả đánh giá cho thấy các kế hoạch bài dạy có tính khả thi, góp phần nâng cao hứng thú học tập, tăng cường sự tham gia của học sinh và bước đầu phát triển khả năng vận dụng kiến thức vào đời sống. Điều này khẳng định việc tích hợp GDBVSK trong dạy học môn KHTN 8 là phù hợp và có ý nghĩa thiết thực.

2. Kiến nghị

Trên cơ sở kết quả nghiên cứu của đề tài, có thể định hướng một số nội dung phát triển tiếp theo nhằm nâng cao hiệu quả dạy học tích hợp GDBVSK như sau:

Về phía nhà trường, cần tiếp tục quan tâm đầu tư và hoàn thiện cơ sở vật chất, trang thiết bị và học liệu dạy học theo hướng hiện đại, đặc biệt là các phương tiện trực quan và học liệu số phục vụ dạy học tích hợp. Đồng thời, cần tăng cường tổ chức các hoạt động sinh hoạt chuyên môn, tập huấn và bồi dưỡng thường xuyên nhằm phát triển năng lực thiết kế và tổ chức dạy học tích hợp cho GV, qua đó tạo điều kiện để việc triển khai nội dung này được thực hiện đồng bộ và hiệu quả hơn trong thực tiễn giảng dạy.

Đối với GV, cần tiếp tục đổi mới phương pháp dạy học theo hướng phát huy tính tích cực, chủ động của HS, đồng thời mở rộng các hình thức tổ chức dạy học gắn với thực tiễn như thực hành, thảo luận nhóm và xử lý tình huống. Bên cạnh đó, việc tăng cường ứng dụng công nghệ thông tin, sử dụng các phần mềm thiết kế bài giảng, nền tảng học tập trực tuyến và công cụ mô phỏng cần được đẩy mạnh nhằm nâng cao chất lượng truyền đạt và tăng hứng thú học tập cho HS. Đồng thời, cần chú trọng hơn nữa sự phối hợp giữa nhà trường và gia đình trong việc giáo dục và định hướng hành vi bảo vệ sức khỏe cho HS.

DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO

1/ Tiếng Việt

1. Bộ Chính trị Ban Chấp hành Trung ương Đảng Cộng sản Việt Nam (2024), Kết luận số 91-KL/TW ngày 12/8/2024 của Bộ Chính trị về tiếp tục thực hiện Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 của Ban Chấp hành Trung ương Đảng khoá XI "Về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hoá, hiện đại hoá trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế".
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), *Chương trình giáo dục phổ thông môn KHTN* (Ban hành kèm theo Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT ban hành Chương trình Giáo dục phổ thông, ngày 26 tháng 12 năm 2018, có hiệu lực thi hành kể từ ngày 15 tháng 2 năm 2019).
3. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2023), “Tài liệu truyền thông nước sạch, vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường trong trường học”, *Báo Giáo dục và Thời đại*.
4. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2024), Quyết định số 1716/QĐ-BGDĐT về việc ban hành *Tài liệu hướng dẫn truyền thông giáo dục sức khỏe cho cán bộ quản lý, giáo viên, nhân viên y tế trường học trong các cơ sở giáo dục mầm non và phổ thông*.
5. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2024), “Tăng cường dinh dưỡng hợp lý kết hợp với hoạt động thể lực cho trẻ em, học sinh”, *Tạp chí Giáo dục*, (Số tháng 10/2024).
6. Bộ Giáo dục và Đào tạo - Bộ Y tế (2022), Chương trình số 218/CTr-BGDĐT-BYT ngày 04/03/2022 về phối hợp thực hiện công tác y tế trường học, chăm sóc sức khỏe trẻ em, học sinh, sinh viên giai đoạn 2022 - 2026.
7. Chính phủ (2021), Quyết định số 1660/QĐ-TTg ngày 02/10/2021 về phê duyệt *Chương trình Sức khỏe học đường giai đoạn 2021–2025*, Hà Nội.
8. Bùi Thị Thanh Diệu, Nguyễn Thị Trâm Anh (2020), “Nghiên cứu về sức khỏe tâm thần của học sinh THCS Đà Nẵng”, *Tạp chí Thiết bị giáo dục*, (Số đặc biệt), trang 345-348.

9. Nguyễn Trọng Đức, Bùi Thị Nhiệm (2023), “Tích hợp giáo dục bảo vệ môi trường trong dạy học môn Tự nhiên và Xã hội ở cấp tiểu học”, *Tạp chí Giáo dục*, 23(7), trang 30-35.
10. Phùng Thị Hằng (2017), “Biện pháp quản lý hoạt động giáo dục sức khỏe sinh sản cho học sinh các trường trung học cơ sở ở tỉnh Thái Nguyên”, *Tạp chí Khoa học – Trường Đại học Đồng Tháp*, 26(6), trang 7–11.
11. Nguyễn Thị Mai Hương (2019), *Vận dụng dạy học theo nhóm trong dạy học Sinh học cơ thể người và sức khỏe ở trường THCS*, Luận văn Thạc sĩ Khoa học giáo dục, Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên.
12. Thái Minh Quốc (2024), “Thực trạng hoạt động giáo dục sức khỏe tâm thần cho học sinh trung học cơ sở tại hệ thống trường phổ thông liên cấp IGC School”, *Tạp chí Giáo dục*, (Số đặc biệt 13), trang 246–251.
13. *Sách giáo khoa Khoa học tự nhiên 8 - Kết nối tri thức với cuộc sống* (2023), Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam.
14. Lê Minh Thi (2022), “Giáo dục giới tính và tình dục toàn diện cho học sinh trong trường học: thực trạng, khoảng trống và một số khuyến nghị”, *Tạp chí Y học Việt Nam*, 519(1), trang 295-299.
15. Thủ tướng Chính phủ (2022), Quyết định số 02/QĐ-TTg ngày 05/01/2022 của Thủ tướng Chính phủ phê duyệt *Chiến lược Quốc gia về dinh dưỡng giai đoạn 2021 - 2030 và tầm nhìn đến năm 2045*.
16. Trường THCS Trần Quang Khải (2024), *Cẩm nang số: Bộ tài liệu truyền thông phòng chống bệnh tật cho học sinh học đường*, Cổng thông tin điện tử Trường THCS Trần Quang Khải, Quận Tân Phú, TP.HCM.

2/ Tiếng Anh

17. Moore, T. G. (2019), *Early childhood, family support and health care services: An evidence review*, Centre for Community Child Health & City of Port Phillip.
18. Nakaoka, S., & Kawasaki, H. (2025), “Developing health education to connect subject learning to real life: A pilot study for junior high school

- students”, *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 14(5), trang 1781-1787.
19. The Lancet (2016), “Advancing health and learning through education”, *The Lancet Global Health*, 4(6).
20. Vari, R. (2022), “Improving nutrition knowledge and skills by the innovative education program MaestraNatura in middle school students of Italy”, *Nutrients*, 14(10), trang 2037.
21. World Health Organization (WHO) (1948), *Constitution of the World Health Organization – Preamble*.
22. World Health Organization (2016), *Schools and pre-schools promoting health and well-being for all children and adolescents*, WHO Regional Office for Europe.

3/ Website

23. <https://tapchicongthuong.vn/tong-quan-ve-thuc-hien-day-hoc-tich-hop-trong-chuong-trinh-giao-duc-pho-thong-moi-o-truong-trung-hoc-co-so-98884.htm> ngày truy cập: 15/1/2026
24. <https://sangkiekinhnghiem.net/skkn-tich-hop-giao-duc-gioi-tinh-suc-khoe-sinh-san-vi-thanh-nien-trong-giang-day-sinh-hoc-8-nham-nang-cao-ky-nang-song-8423/> ngày truy cập: 15/1/2026

PHỤ LỤC
PHỤ LỤC 1

**PHIẾU KHẢO SÁT GIÁO VIÊN VỀ TÍCH HỢP GDBVSK TRONG
DẠY HỌC SINH HỌC**

Phiếu khảo sát nhằm phục vụ nghiên cứu khóa luận. Thông tin được bảo mật và chỉ dùng cho mục đích học tập.

A. THÔNG TIN CÁ NHÂN

1. Họ và tên thầy(cô):.....
2. Trường thầy (cô) đang giảng dạy:.....

B. NỘI DUNG ĐIỀU TRA

Câu 1: Theo Thầy/Cô, việc tích hợp GDBVSK trong dạy học có mức độ cần thiết như thế nào?

- ☐ Rất cần thiết
- ☐ Cần thiết
- ☐ Bình thường
- ☐ Không cần thiết

Câu 2: Trong các giờ dạy, Thầy/Cô có thường xuyên tích hợp nội dung giáo dục sức khỏe vào bài học không?

- ☐ Thường xuyên
- ☐ Thi thoảng
- ☐ Ít khi
- ☐ Chưa bao giờ

Câu 3: Thầy/Cô thường tích hợp những nội dung giáo dục sức khỏe nào trong các bài học?

- ☐ Vệ sinh cá nhân
- ☐ Dinh dưỡng
- ☐ Phòng chống bệnh

☐ Bảo vệ hệ cơ quan

Câu 4: Trong quá trình thực hiện tích hợp GDBVSK, Thầy/Cô thường gặp những khó khăn gì?

☐ Thiếu thời gian

☐ Thiếu tài liệu

☐ Chưa có kinh nghiệm

☐ Học sinh chưa tích cực

Câu 5: Thầy/Cô có đề xuất hoặc mong muốn gì nhằm nâng cao hiệu quả dạy học tích hợp GDBVSK?

.....

PHỤ LỤC 2

PHIẾU KHẢO SÁT HỌC SINH VỀ NỘI DUNG GIÁO DỤC SỨC KHOẺ TRONG MÔN SINH HỌC

Phiếu khảo sát nhằm phục vụ nghiên cứu khóa luận. Thông tin được bảo mật và chỉ dùng cho mục đích học tập.

A. THÔNG TIN CÁ NHÂN

1. Họ và tên học sinh:.....

2. Lớp:.....

B. NỘI DUNG ĐIỀU TRA

Câu 1: Em có hứng thú với các bài học liên quan đến sức khỏe không?

- ☐ Rất hứng thú
- ☐ Hứng thú
- ☐ Bình thường
- ☐ Không hứng thú

Câu 2: Em có tham gia tích cực vào các hoạt động học không?

- ☐ Thường xuyên
- ☐ thỉnh thoảng
- ☐ Ít khi
- ☐ Không

Câu 3: Em có áp dụng kiến thức đã học để bảo vệ sức khỏe không?

- ☐ Thường xuyên
- ☐ Thỉnh thoảng
- ☐ Ít khi
- ☐ Không

Câu 4: Theo em, học về sức khỏe có cần thiết không?

- ☐ Rất cần thiết
- ☐ Cần thiết

☐ Bình thường

☐ Không cần thiết

Câu 5: Em mong muốn điều gì trong các bài học Sinh học liên quan đến sức khỏe?

.....

PHỤ LỤC 3

KẾ HOẠCH DẠY HỌC TÍCH HỢP GIÁO DỤC BẢO VỆ SỨC KHOẺ

* Ví dụ minh họa Bài 33. Máu và hệ tuần hoàn của cơ thể người (Tiết 2)

a. Bước 1 - Xác định mục tiêu dạy học

❖ Về năng lực chung

- Năng lực tự chủ và tự học: Tìm kiếm thông tin, đọc sách giáo khoa, quan sát tranh ảnh, sơ đồ để tìm hiểu về máu và hệ tuần hoàn của cơ thể người.
- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Thảo luận nhóm một cách có hiệu quả theo đúng yêu cầu của GV trong khi tìm hiểu về các bệnh về máu và hệ tuần hoàn, đảm bảo các thành viên trong nhóm đều tham gia thảo luận và trình bày.
- Năng lực 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.

❖ Về năng lực khoa học tự nhiên

- Nhận thức khoa học tự nhiên:
 - + Nêu được một số bệnh về máu, tim mạch và cách phòng chống.
 - + Kể tên được các cơ quan của hệ tuần hoàn; nêu được chức năng của mỗi cơ quan và sự phối hợp các cơ quan thể hiện chức năng của cả hệ tuần hoàn.
- Tìm hiểu tự nhiên: Thông qua các hoạt động quan sát tranh ảnh, thảo luận,... để tìm hiểu về một số bệnh về máu và tim mạch, biện pháp phòng chống.
- Vận dụng kiến thức, kỹ năng đã học: Vận dụng các kiến thức để giải thích cơ sở khoa học của các thói quen sinh hoạt gây hại đến hệ tuần hoàn.

❖ Về phẩm chất

- Chăm học, chịu khó tìm tòi tài liệu và thực hiện các nhiệm vụ cá nhân nhằm tìm hiểu về hệ tuần hoàn 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.

❖ Về tích hợp GDBVSK

- Về sức khỏe tổng hợp: Nhận thức được vai trò của chế độ ăn uống và vận động hợp lý đối với hoạt động của tim và máu, từ đó hình thành thói quen sinh hoạt khoa học để nâng cao sức khỏe hệ tuần hoàn.

- Về phòng tránh bệnh tật: Đề xuất được các biện pháp chủ động phòng tránh các bệnh về tim mạch và máu như thiếu máu, huyết áp cao và xơ vữa động mạch thông qua chế độ ăn uống và lối sống lành mạnh.

b. Bước 2 - Phân tích nội dung kiến thức có khả năng tích hợp GDBVSK

Địa chỉ tích hợp	Nội dung kiến thức trong SGK	Nội dung tích hợp GDBVSK cụ thể
II	Cấu tạo và chức năng của máu và hệ tuần hoàn	Giáo dục HS hiểu vai trò của máu và tim mạch trong vận chuyển chất dinh dưỡng, oxy và chất thải; từ đó hình thành ý thức bảo vệ hệ tuần hoàn thông qua lối sống khoa học và vận động hợp lý
III	Một số bệnh về máu và tim mạch (thiếu máu, huyết áp cao, xơ vữa động mạch)	Giáo dục HS nhận biết nguyên nhân, biểu hiện và cách phòng tránh các bệnh tim mạch và máu; hình thành thói quen ăn uống lành mạnh, hạn chế muối – chất béo xấu, tăng cường vận động để bảo vệ sức khỏe.
Câu hỏi	Liên hệ thực tế về hệ tuần hoàn	Giáo dục HS biết vận dụng kiến thức để nhận xét thói quen sinh hoạt, đề xuất biện pháp bảo vệ tim mạch và tuyên truyền phòng bệnh trong gia đình và cộng đồng

c. Bước 3 - Xác định mức độ tích hợp

- Mức độ tích hợp GDBVSK: tích hợp bộ phận
- Vì nội dung GDBVSK không làm thay đổi cấu trúc của bài học, nó được lồng ghép một cách khéo léo vào các tiểu mục kiến thức và hệ thống câu hỏi trong SGK nhằm phục vụ mục tiêu giáo dục toàn diện.

d. Bước 4 - Thiết kế hoạt động dạy học tích hợp GDBVSK

Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (25 phút)	
2.1. Tìm hiểu về hệ tuần hoàn	

a. Mục tiêu: Kể tên được các cơ quan của hệ tuần hoàn; nêu được chức năng của mỗi cơ quan. b. Nội dung: GV cho HS nghiên cứu thông tin và quan sát hình ảnh trong SGK, thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi. c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS d. Tổ chức thực hiện:	
- GV chia lớp thành các nhóm, mỗi nhóm (4-6 HS) yêu cầu HS đọc thông tin mục II SGK trang 126, thảo luận nhóm (trong 3 phút) và trả lời câu hỏi: + Nêu cấu tạo của hệ tuần hoàn và trình bày sự phối hợp các cơ quan thể hiện chức năng của cả hệ tuần hoàn. - GV gọi đại diện một số nhóm trình bày kết quả	- HS đọc thông tin trong SGK, thảo luận nhóm và thống nhất câu trả lời. - Đại diện một số nhóm trình bày kết quả, nhóm khác lắng nghe, bổ sung (nếu có) - Cấu tạo của hệ tuần hoàn gồm có tim và hệ mạch. Trong đó, hệ mạch gồm động mạch, mao mạch và tĩnh mạch; các mạch máu có dạng ống, hợp thành một hệ thống kín. - Sự phối hợp các cơ quan thể hiện chức năng của cả hệ tuần hoàn: + Tim hoạt động như một chiếc bơm, vừa hút, vừa đẩy máu lưu thông trong hệ tuần hoàn. + Động mạch vận chuyển máu từ tim đến mao mạch để trao đổi nước, chất khí, các chất giữa máu và các tế bào;

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức: Cấu tạo của hệ tuần hoàn gồm có tim và hệ mạch. Trong đó, hệ mạch gồm động mạch, mao mạch và tĩnh mạch; các mạch máu có dạng ống, hợp thành một hệ thống kín. * GV mở rộng, liên hệ: yêu cầu HS làm việc theo nhóm (trong 5 phút) thực hiện các câu hỏi/tình huống sau: Em hãy nêu một số thói quen sinh hoạt hằng ngày giúp bảo vệ hệ tuần hoàn (tim và mạch máu). Giải thích vì sao cần duy trì các thói quen đó để phòng tránh các bệnh tim mạch như huyết áp cao, xơ vữa động mạch. - GV gọi đại diện một số nhóm trình bày ý kiến.	máu trao đổi tại mao mạch theo tĩnh mạch trở về tim - HS lắng nghe, ghi chép - HS thảo luận nhóm, thực hiện nhiệm vụ được giao. - Đại diện một số nhóm trình bày ý kiến, các nhóm khác lắng nghe, nhận xét, bổ sung Thói quen tốt để bảo vệ hệ tuần hoàn: + Tập thể dục thường xuyên (chạy bộ, đi bộ, bơi lội...) + Ăn uống lành mạnh, hạn chế muối, mỡ động vật, đồ chiên rán + Không hút thuốc lá, hạn chế rượu bia + Ngủ đủ giấc, tránh căng thẳng kéo dài + Uống đủ nước mỗi ngày
---	--

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức Sự phối hợp các cơ quan thể hiện chức năng của cả hệ tuần hoàn: + Tim hoạt động như một chiếc bơm, vừa hút, vừa đẩy máu lưu thông trong hệ tuần hoàn. + Động mạch vận chuyển máu từ tim đến mao mạch để trao đổi nước, chất khí, các chất giữa máu và các tế bào; máu trao đổi tại mao mạch theo tĩnh mạch trở về tim.	Giải thích: + Tập thể dục giúp tim hoạt động tốt hơn, máu lưu thông hiệu quả. + Ăn uống hợp lý giúp giảm mỡ máu, hạn chế xơ vữa động mạch. + Hạn chế muối giúp phòng tăng huyết áp. Lối sống lành mạnh giúp giảm nguy cơ bệnh tim mạch, bảo vệ sức khoẻ lâu dài. - HS lắng nghe, ghi chép
2.2. Tìm hiểu về một số bệnh về máu và tim mạch a. Mục tiêu: Nêu được một số bệnh về máu, tim mạch và cách phòng chống; vận dụng được hiểu biết về máu và tuần hoàn để bảo vệ bản thân và gia đình. b. Nội dung: GV cho HS nghiên cứu thông tin và quan sát hình ảnh (nếu có), thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi. c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS d. Tổ chức thực hiện:	

- GV yêu cầu HS đọc thông tin SGK và dựa vào kiến thức thực tế thảo luận nhóm (trong 7 phút) và trả lời câu hỏi: + Tìm hiểu nguyên nhân, triệu chứng, hậu quả của một số bệnh về máu, tim mạch. + Vận dụng hiểu biết về các bệnh đã tìm hiểu, đề xuất biện pháp phòng bệnh, bảo vệ hệ tuần hoàn. - GV gọi đại diện các nhóm trình bày kết quả.	- HS đọc thông tin trong SGK, thảo luận nhóm và thống nhất câu trả lời. - Đại diện một số nhóm trình bày kết quả, nhóm khác lắng nghe, bổ sung (nếu có) Thiếu máu: Nguyên nhân: giảm hồng cầu/hemoglobin, mất máu. Triệu chứng: mệt mỏi, da xanh, chóng mặt, khó thở. Hậu quả: suy giảm sức khỏe, ngất, có thể nguy hiểm tính mạng. Huyết áp cao: Nguyên nhân: ăn mặn, nhiều chất béo, ít vận động, căng thẳng. Triệu chứng: đau đầu, chóng mặt, buồn nôn. Hậu quả: đột quy, nhồi máu cơ tim, suy thận. Xơ vữa động mạch: Nguyên nhân: ăn không hợp lý, hút thuốc, ít vận động. Triệu chứng: đau ngực, tê yếu tay chân, rối loạn thị lực.
---	--

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức: Một số bệnh về máu và tim mạch: Thiếu máu, huyết áp cao; xơ vữa động mạch... * GV mở rộng, liên hệ: yêu cầu HS làm việc theo nhóm (trong 3 phút) xử lý tình huống sau: Nam thường xuyên ăn đồ chiên rán, ít rau xanh và không tập thể dục. Gần đây Nam hay mệt mỏi, chóng mặt. Theo em, Nam có nguy cơ mắc bệnh gì? Em hãy đề xuất cách thay đổi lối sống để cải thiện sức khỏe. - GV gọi đại diện một số nhóm trình bày ý kiến - GV nhận xét, chốt kiến thức: + Có chế độ dinh dưỡng hợp lý, đủ chất; hạn chế thức ăn chế biến sẵn chứa nhiều muối, đường hoặc dầu mỡ.	Hậu quả: tắc mạch, nhồi máu cơ tim, đột quỵ. - HS lắng nghe, ghi chép - HS thảo luận nhóm, thực hiện nhiệm vụ được giao. - Đại diện một số nhóm trình bày kết quả, nhóm khác lắng nghe, bổ sung (nếu có) + Bệnh/nguy cơ: Dễ mắc béo phì, xơ vữa động mạch, huyết áp cao; có thể thiếu vận động gây mệt mỏi. + Giải pháp: Ăn nhiều rau xanh, giảm đồ chiên rán, tập thể dục thường xuyên (chạy bộ, đi bộ, đá cầu...), ngủ đủ giấc. - HS lắng nghe và ghi chép
---	---

+ Hạn chế sử dụng các chất kích thích như rượu, bia, thuốc lá.. + Tạo cuộc sống vui tươi, thoải mái về tinh thần, giảm căng thẳng. + Rèn luyện thể dục, thể thao vừa sức, hợp lý. + Khám sức khỏe định kỳ. + Đảm bảo môi trường sống sạch sẽ, tiêu diệt các tác nhân truyền bệnh qua đường máu.	
---	--

e. Bước 5 - Xây dựng công cụ đánh giá

Câu 1. Máu có vai trò vận chuyển các chất trong cơ thể. Thành phần nào của máu giúp vận chuyển oxy?

- | | |
|-------------|----------------|
| A. Bạch cầu | B. Hồng cầu |
| C. Tiểu cầu | D. Huyết tương |

Câu 2. Khi cơ thể thiếu sắt hoặc mất máu, có thể dẫn đến bệnh thiếu máu. Nguyên nhân chủ yếu của bệnh thiếu máu là:

- | | |
|----------------------|-----------------------------------|
| A. Thừa nước | B. Thiếu hồng cầu hoặc hemoglobin |
| C. Ăn nhiều chất béo | D. Ít vận động |

Câu 3. Huyết áp cao là bệnh tim mạch thường gặp do lối sống không lành mạnh. Thói quen nào dễ gây huyết áp cao?

- | | |
|------------------------|----------------|
| A. Ăn nhiều rau | B. Tập thể dục |
| C. Ăn mặn, ít vận động | D. Ngủ đủ giấc |

Câu 4. xơ vữa động mạch làm hẹp mạch máu và cản trở lưu thông máu. Bệnh này có thể gây:

- | | |
|-------------------|-----------------|
| A. Tăng chiều cao | B. Tắc mạch máu |
| C. Tăng trí nhớ | D. Giảm cân |

Câu 5. Để bảo vệ tim mạch, biện pháp nào sau đây là tốt nhất?

- | | |
|-----------------------------|----------------------|
| A. Ít vận động | B. Ăn nhiều đồ chiên |
| C. Tập thể dục thường xuyên | D. Thức khuya |

Câu 6. Em hãy trình bày nguyên nhân, triệu chứng và hậu quả của bệnh thiếu máu ở người.

Câu 7. Vì sao trong chế độ ăn uống hằng ngày cần hạn chế ăn mặn để phòng tránh bệnh huyết áp cao?

Câu 8. Em hãy đề xuất các biện pháp cụ thể để phòng tránh các bệnh về tim mạch và máu. Giải thích cơ sở khoa học của các biện pháp đó trong việc bảo vệ sức khoẻ cơ thể.

*** Ví dụ minh họa Bài 34: Hệ hô hấp ở người (Tiết 2)**

a. Bước 1 - Xác định mục tiêu dạy học

❖ Về năng lực chung

- Năng lực tự chủ và tự học: Chủ động tìm hiểu thông tin, quan sát các video một số bệnh về phổi, đường hô hấp và cách phòng tránh bệnh. Vận dụng được hiểu biết về hô hấp để bảo vệ bản thân và gia đình.
- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Hoạt động nhóm hiệu quả theo đúng yêu cầu của GV để tìm ra bệnh về hô hấp, các biện pháp phòng tránh bệnh hiệu quả an toàn.
- Năng lực 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.

❖ Về năng lực khoa học tự nhiên

- Nhận thức khoa học tự nhiên: Nêu được một số bệnh về phổi, đường hô hấp; cách phòng chống; vận dụng được hiểu biết về hô hấp để bảo vệ bản thân và gia đình.
- Tìm hiểu tự nhiên: Trình bày được vai trò của việc chống ô nhiễm không khí liên quan đến các bệnh về hô hấp.
- Vận dụng kiến thức, kỹ năng đã học: Vận dụng hiểu biết về hô hấp để làm chủ bản thân, bảo vệ bản thân và gia đình, xây dựng môi trường trong sạch để đảm bảo cuộc sống cho chúng ta.

❖ Về phẩm chất

- Chăm học, chịu khó tìm tòi tài liệu và thực hiện các nhiệm vụ cá nhân nhằm tìm hiểu về hệ hô hấp 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 khoẻ của bản thân và người thân trong gia đình.

❖ Về tích hợp GDBVSK

- Về sức khỏe tổng hợp: Nhận thức được vai trò của chế độ ăn uống và vận động hợp lý đối với hoạt động của tim và máu, từ đó hình thành thói quen sinh hoạt khoa học để nâng cao sức khỏe hệ tuần hoàn.
- Về phòng tránh bệnh tật: Đề xuất được các biện pháp chủ động phòng tránh các bệnh về tim mạch và máu như thiếu máu, huyết áp cao và xơ vữa động mạch thông qua chế độ ăn uống và lối sống lành mạnh.

b. Bước 2 - Phân tích nội dung kiến thức có khả năng tích hợp GDBVSK

Địa chỉ tích hợp	Nội dung kiến thức trong SGK	Nội dung tích hợp GDBVSK cụ thể
II	Một số bệnh về phổi, đường hô hấp	Giáo dục HS nhận biết nguyên nhân (vi khuẩn, virus, khói bụi, dị ứng), triệu chứng và cách phòng tránh bệnh hô hấp; hình thành ý thức giữ vệ sinh cá nhân, đeo khẩu trang, tránh môi trường ô nhiễm và không hút thuốc lá để bảo vệ hệ hô hấp
Câu hỏi	Liên hệ thực tế về hệ hô hấp	Giáo dục HS vận dụng kiến thức để nhận xét thói quen sinh hoạt ảnh hưởng đến hô hấp, đề xuất biện pháp phòng bệnh (giữ không khí trong lành, tập luyện thể dục, vệ sinh mũi họng) và tuyên truyền bảo vệ sức khỏe hô hấp trong gia đình và cộng đồng

c. Bước 3 - Xác định mức độ tích hợp

- Mức độ tích hợp GDBVSK: tích hợp liên hệ
- Nội dung GDBVSK được lồng ghép thông qua các câu hỏi liên hệ, tình huống thực tiễn và hoạt động thảo luận, không làm thay đổi cấu trúc nội dung chính của bài học trong SGK

d. Bước 4 - Thiết kế hoạt động dạy học tích hợp GDBVSK

Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (25 phút)	

2. Tìm hiểu về một số bệnh về phổi, đường hô hấp.

a. Mục tiêu: Nêu được một số bệnh về phổi, đường hô hấp và cách phòng chống; vận dụng được hiểu biết về hô hấp để bảo vệ bản thân và gia đình.

b. Nội dung: GV cho HS nghiên cứu thông tin và quan sát hình ảnh trong SGK, thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi.

c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS

d. Tổ chức thực hiện:

- GV chia lớp thành các nhóm, mỗi nhóm (4-6 HS) yêu cầu HS đọc thông tin mục II SGK/ 147 thảo luận và trả lời câu hỏi (trong 5 phút)

Đọc thông tin và thảo luận, nêu nguyên nhân gây bệnh về phổi và đường hô hấp; vận dụng những hiểu biết về các bệnh, nêu biện pháp phòng chống bệnh để bảo vệ sức khoẻ bản thân và gia đình.

- GV gọi đại diện một số nhóm trình bày ý kiến

- HS đọc thông tin trong SGK thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi.

- Đại diện một số nhóm trình bày ý kiến, các nhóm khác lắng nghe, nhận xét, bổ sung

Nguyên nhân gây bệnh về phổi và đường hô hấp: Không khí bị ô nhiễm, có chứa nhiều bụi mịn, vi sinh vật, virus hoặc các chất có hại,... xâm nhập vào đường dẫn khí và phổi là nguyên nhân chính dẫn đến các bệnh về phổi và đường hô hấp.

- Các biện pháp phòng chống bệnh để bảo vệ sức khoẻ bản thân và gia đình:
+ Vệ sinh răng miệng và cổ họng hằng ngày: đánh răng 2 lần mỗi ngày,

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức: Một số cơ quan của hệ hô hấp tiếp xúc trực tiếp với môi trường nên dễ mắc các bệnh về phổi như: viêm đường hô hấp, viêm phổi, lao phổi... - Các bệnh về phổi, đường hô hấp như viêm đường hô hấp, viêm phổi có thể gây ảnh hưởng đến chức năng của hệ hô hấp và gây ra các triệu chứng như khó thở, đau ngực, sốt, mệt mỏi. * GV mở rộng, liên hệ: yêu cầu HS làm việc theo nhóm (trong 7 phút) thực hiện các câu hỏi/tình huống sau: 1. Bạn A thường xuyên đeo khẩu trang khi đi đường nhưng về nhà lại sống trong phòng kín, ít mở cửa và có người	thay bàn chải đánh răng theo chu kì 3 tháng, súc miệng và cổ họng bằng nước muối sinh lí vào buổi sáng và tối trước khi ngủ. + Thường xuyên sử dụng khẩu trang khi ra đường và khi làm việc trong môi trường ô nhiễm. + Ăn uống đủ chất, hợp lý, không ăn quá nhiều đồ lạnh, cay, cứng,... kết hợp với luyện tập thể dục thể thao phù hợp để nâng cao sức đề kháng của cơ thể. + Tiêm vaccine phòng bệnh. - HS lắng nghe, ghi chép - HS thảo luận nhóm, thực hiện nhiệm vụ được giao.
--	---

hút thuốc. Gần đây A hay ho và khó thở. Theo em, nguyên nhân có thể là gì? Em hãy đề xuất cách phòng tránh. 2. Gia đình bạn B có người mắc bệnh lao phổi. Em hãy đề xuất các biện pháp giúp phòng lây nhiễm và bảo vệ sức khoẻ cho các thành viên khác trong gia đình. - GV gọi đại diện các nhóm trình bày kết quả.	- Đại diện một số nhóm trình bày ý kiến, các nhóm khác lắng nghe, nhận xét, bổ sung Câu 1: Nguyên nhân: Môi trường sống bí, thiếu thông thoáng; có khói thuốc lá → dễ gây viêm đường hô hấp. Phòng tránh: Mở cửa thông thoáng, tránh khói thuốc, giữ vệ sinh không khí, đeo khẩu trang khi cần. Câu 2 Biện pháp phòng lây nhiễm: + Cách ly người bệnh theo hướng dẫn y tế + Đeo khẩu trang khi tiếp xúc + Giữ vệ sinh nhà cửa, thông thoáng + Không dùng chung đồ cá nhân + Tuân thủ điều trị của bác sĩ Giải thích: Lao phổi lây qua đường không khí nên cần hạn chế tiếp xúc trực tiếp.
---	---

- GV chốt kiến thức. - Nguyên nhân gây bệnh: Không khí bị ô nhiễm, có chứa vi sinh vật hoặc các chất có hại: bụi, các chất và khí độc hại (NO_x), (SO_x), (CO)...), vi sinh vật gây bệnh; Vi khuẩn, virus gây bệnh; Nấm... - Biện pháp phòng chống: + Đeo khẩu trang, tránh những nơi có khói thuốc lá. + Giữ vệ sinh cơ thể và môi trường. + Giữ ẩm đường hô hấp. + Hạn chế tiếp xúc với bệnh nhân lao. + Tiêm vaccin phòng bệnh lao. + Ăn uống đủ chất, tập thể dục thường xuyên để tăng cường hệ miễn dịch. + Trồng nhiều cây xanh.	- HS lắng nghe và ghi bài vào vở
---	--

e. Bước 5 - Xây dựng công cụ đánh giá

Câu 1. Hệ hô hấp có vai trò chủ yếu là:

- | | |
|-------------------------------|---|
| A. Vận chuyển chất dinh dưỡng | B. Trao đổi khí O ₂ và CO ₂ |
| C. Tiêu hóa thức ăn | D. Bài tiết nước |

Câu 2. Nguyên nhân phổ biến gây bệnh đường hô hấp là:

- | | |
|--------------------|--------------------------------|
| A. Ánh sáng mạnh | B. Vi khuẩn, virus và khói bụi |
| C. Uống nhiều nước | D. Thiếu vận động |

Câu 3. Bệnh nào sau đây thuộc bệnh đường hô hấp?

- | | |
|--------------|---------------|
| A. Viêm phổi | B. Tiểu đường |
| C. Sỏi thận | D. Viêm gan |

Câu 4. Thói quen nào tốt để bảo vệ hệ hô hấp?

- | | |
|--------------------------------|-------------------------|
| A. Hút thuốc lá | B. Ở phòng kín lâu ngày |
| C. Đeo khẩu trang khi ra đường | D. Hít bụi thường xuyên |

Câu 5. Bệnh lao phổi có thể lây lan qua đường:

A. Tiêu hóa

B. Không khí

C. Da

D. Máu

Câu 6. Trong lớp có bạn bị ho kéo dài và sốt nhẹ. Theo em, bạn đó có thể mắc bệnh gì? Em cần làm gì để bảo vệ bản thân và cộng đồng?

Câu 7. Vì sao trong chế độ ăn uống hằng ngày cần hạn chế ăn mặn để phòng tránh bệnh huyết áp cao?

Câu 8. Em hãy nêu những việc làm hằng ngày giúp giữ môi trường không khí trong lành để bảo vệ hệ hô hấp.

Câu 9: Vì sao trong chế độ ăn uống hằng ngày cần hạn chế ăn mặn để phòng tránh bệnh huyết áp cao?

2.3.2.1. Ví dụ minh họa Bài 40: Sinh sản ở người (Tiết 2)

a. Bước 1 - Xác định mục tiêu dạy học

❖ Về năng lực chung

- Năng lực tự chủ và tự học: Tìm kiếm thông tin, đọc sách giáo khoa, quan sát tranh ảnh, sơ đồ để tìm hiểu về sinh sản ở người.
- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Tìm kiếm thông tin, đọc sách giáo khoa, quan sát tranh ảnh, sơ đồ để tìm hiểu về sinh sản ở người.
- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Giải quyết vấn đề kịp thời với các thành viên trong nhóm để thảo luận hiệu quả, giải quyết các vấn đề trong bài học và hoàn thành các nhiệm vụ học tập.

Về năng lực khoa học tự nhiên

- Nhận thức khoa học tự nhiên:

- + Nêu được hiện tượng kinh nguyệt và cách phòng tránh thai. Kể tên và trình bày được cách phòng chống một số bệnh lây truyền qua đường sinh dục.

- + Nêu được ý nghĩa và các biện pháp bảo vệ sức khỏe sinh sản vị thành niên.

- Tìm hiểu tự nhiên: Thông qua các hoạt động quan sát tranh ảnh, thảo luận,... để tìm hiểu về một số bệnh về máu và tim mạch, biện pháp phòng chống.

- Vận dụng kiến thức, kỹ năng đã học: Vận dụng được hiểu biết về sinh sản để bảo vệ sức khỏe bản thân.

❖ Về phẩm chất

- Chăm học, chịu khó tìm tòi tài liệu và thực hiện các nhiệm vụ cá nhân nhằm tìm hiểu về sinh sản 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.

❖ Về tích hợp GDBVSK

- Về sức khỏe sinh sản vị thành niên: Nhận thức được đặc điểm sinh lý tuổi dậy thì, đặc biệt là hiện tượng kinh nguyệt và sự thay đổi của cơ thể, từ đó có thái độ đúng đắn, không lo lắng và biết cách chăm sóc sức khỏe bản thân.
- Về phòng tránh và bảo vệ sức khỏe sinh sản: Nhận biết được các biện pháp tránh thai phù hợp và nguy cơ của các bệnh lây truyền qua đường sinh dục, từ đó hình thành ý thức sống lành mạnh, an toàn và bảo vệ sức khỏe sinh sản.

b. Bước 2 - Phân tích nội dung kiến thức có khả năng tích hợp GDBVSK

Địa chỉ tích hợp	Nội dung kiến thức trong SGK	Nội dung tích hợp GDBVSK cụ thể
III	Hiện tượng kinh nguyệt và các biện pháp tránh thai	Giáo dục HS hiểu bản chất sinh lý của kinh nguyệt ở nữ giới, biết cách chăm sóc và giữ vệ sinh cơ thể trong thời kỳ kinh nguyệt; đồng thời nhận biết một số biện pháp tránh thai phù hợp hình thành thái độ đúng đắn, có ý thức bảo vệ sức khỏe sinh sản vị thành niên và trách nhiệm trong chăm sóc bản thân
IV	Một số bệnh lây truyền qua đường sinh dục và bảo vệ sức khỏe sinh sản vị thành niên	Giáo dục HS nhận biết nguy cơ, nguyên nhân và tác hại của các bệnh lây truyền qua đường sinh dục; hình thành lối sống lành mạnh, tránh hành vi nguy cơ và biết cách bảo vệ sức khỏe sinh sản bản thân
Câu hỏi	Câu hỏi liên hệ thực tế về sức khỏe sinh sản	Giáo dục HS vận dụng kiến thức để nhận xét hành vi đúng/sai, đề xuất biện pháp chăm sóc và bảo vệ sức khỏe sinh sản vị thành niên,

		đồng thời tuyên truyền lối sống an toàn trong gia đình và cộng đồng
--	--	---

c. Bước 3 - Xác định mức độ tích hợp

- Mức độ tích hợp GDBVSK: tích hợp bộ phận
- Vì nội dung GDBVSK không làm thay đổi cấu trúc của bài học, nó được lồng ghép một cách khéo léo vào các tiêu mục kiến thức và hệ thống câu hỏi trong SGK nhằm phục vụ mục tiêu giáo dục toàn diện.

d. Bước 4 - Thiết kế hoạt động dạy học tích hợp GDBVSK

Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (25 phút) 2.1. Tìm hiểu về hiện tượng kinh nguyệt và các biện pháp tránh thai a. Mục tiêu: Giải thích được hiện tượng kinh nguyệt và biện pháp chăm sóc cơ thể thời kỳ kinh nguyệt và nêu được các biện pháp tránh thai. b. Nội dung: GV cho HS nghiên cứu thông tin và quan sát hình ảnh trong SGK, thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi. c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS d. Tổ chức thực hiện:	
- GV chia lớp thành các nhóm, mỗi nhóm (4-6 HS) yêu cầu HS đọc thông tin mục II SGK trang 126, thảo luận nhóm (trong 5 phút) và trả lời câu hỏi: 1. Cần sử dụng các biện pháp tránh thai trong những trường hợp nào? Tại sao? 2. Nêu các biện pháp tránh thai và tác dụng của mỗi biện pháp đó theo mẫu - GV gọi đại diện một số nhóm trình bày kết quả	- HS đọc thông tin trong SGK, thảo luận nhóm và thống nhất câu trả lời. - Đại diện một số nhóm trình bày kết quả, nhóm khác lắng nghe, bổ sung (nếu có)

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức: - Khi trứng không được thụ tinh, lớp niêm mạc tử cung bong ra, thoát ra	1. Cần sử dụng các biện pháp tránh thai khi phát sinh quan hệ tình dục nhưng chưa muốn sinh con trong các trường hợp như muốn chủ động thời gian sinh đẻ và khoảng cách các con sinh ra, người mẹ gặp các vấn đề về sức khỏe không đảm bảo cho quá trình mang thai và sinh con, muốn phòng chống sự lây truyền các bệnh qua đường tình dục,... - Giải thích: Việc sử dụng các biện pháp tránh thai trong các trường hợp trên giúp tránh mang thai ngoài ý muốn, điều chỉnh nhu cầu sinh con phù hợp với điều kiện kinh tế, độ tuổi và sức khỏe sinh sản. 2. Sử dụng thuốc tránh thai hằng ngày: Ngăn trứng chín và rụng. Sử dụng thuốc tránh thai khẩn cấp: Ngăn hoặc làm chậm quá trình rụng trứng. Sử dụng bao cao su: Ngăn tinh trùng gặp trứng. Đặt vòng tránh thai: Ngăn trứng đã thụ tinh làm tổ ở tử cung. Thắt ống dẫn tinh hoặc ống dẫn trứng: Ngăn tinh trùng gặp trứng. - HS lắng nghe, ghi chép
--	---

ngoài cùng máu và dịch nhầy nhờ sự co bóp của tử cung gọi là hiện tượng kinh nguyệt.

- Kinh nguyệt xảy ra theo chu kỳ, thường là 28-32 ngày.

* GV mở rộng, liên hệ: yêu cầu HS làm việc theo nhóm (trong 5 phút) thực hiện các câu hỏi/tình huống sau:

Một cặp đôi trẻ chưa đủ điều kiện về kinh tế và sức khỏe nhưng chưa hiểu rõ về các biện pháp tránh thai. Theo em, họ nên lựa chọn biện pháp nào để tránh mang thai ngoài ý muốn? Giải thích vì sao lựa chọn đó phù hợp.

- GV gọi đại diện một số nhóm trình bày ý kiến.

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức

- HS thảo luận nhóm, thực hiện nhiệm vụ được giao.

- Đại diện một số nhóm trình bày ý kiến, các nhóm khác lắng nghe, nhận xét, bổ sung

Lựa chọn phù hợp: Bao cao su (an toàn, phổ biến) hoặc tư vấn y tế để chọn biện pháp phù hợp.

Giải thích:

+ Ngăn tinh trùng gặp trứng → tránh mang thai ngoài ý muốn

+ Có tính an toàn, dễ sử dụng, đồng thời giúp phòng bệnh lây truyền qua đường tình dục

- HS lắng nghe, ghi chép

- Cần giữ vệ sinh cơ thể sạch sẽ trong những ngày có kinh nguyệt để tránh gây ảnh hưởng đến hệ sinh dục.	
--	--

2.2. Tìm hiểu về một số bệnh lây truyền qua đường sinh dục và bảo vệ sức khỏe sinh sản vị thành niên

a. Mục tiêu: Kể tên và trình bày được cách phòng chống một số bệnh lây truyền qua đường sinh dục. Nêu được ý nghĩa và các biện pháp bảo vệ sức khỏe sinh sản vị thành niên; vận dụng được hiểu biết về sinh sản để bảo vệ sức khỏe bản thân.

b. Nội dung: GV cho HS nghiên cứu thông tin và quan sát hình ảnh (nếu có), thảo luận nhóm và trả lời câu hỏi.

c. Sản phẩm: Câu trả lời của HS

d. Tổ chức thực hiện:

- GV yêu cầu HS đọc thông tin SGK và dựa vào kiến thức thực tế thảo luận nhóm (trong 10 phút) và trả lời câu hỏi: 1. Các bệnh lây truyền qua đường sinh dục có thể gây ra những hậu quả gì? 2. Từ những hiểu biết về các bệnh lây truyền qua đường sinh dục, em hãy đề xuất biện pháp phòng chống các bệnh đó. 3. Bảo vệ sức khỏe sinh sản vị thành niên có ý nghĩa gì? 4. Em có thể vận dụng những kiến thức về sinh sản để bảo vệ sức khỏe bản thân như thế nào? - GV gọi đại diện các nhóm trình bày kết quả.	- HS đọc thông tin trong SGK, thảo luận nhóm và thống nhất câu trả lời. - Đại diện một số nhóm trình bày kết quả, nhóm khác lắng nghe, bổ sung (nếu có)
--	---

	1. + Ảnh hưởng sức khỏe: gây biến chứng như mù lòa, tổn thương cơ quan sinh dục, vô sinh, ung thư, thậm chí tử vong. + Ảnh hưởng tâm lý và gia đình: gây mặc cảm, lo lắng, ảnh hưởng hạnh phúc gia đình. + Ảnh hưởng thai nhi: sảy thai, sinh non, lây bệnh cho trẻ. 2. Biện pháp phòng chống bệnh lây truyền qua đường sinh dục + Tiêm vắc-xin phòng bệnh. + Quan hệ tình dục an toàn, chung thủy, dùng bao cao su. + Giữ vệ sinh cá nhân và lối sống lành mạnh, tăng sức đề kháng. + Khám sức khỏe định kỳ, đi khám khi có dấu hiệu bất thường. 3. Ý nghĩa: Giúp cơ thể phát triển khỏe mạnh, ổn định tâm lý, bảo vệ cơ quan sinh dục, góp phần xây dựng tương lai và nâng cao chất lượng dân số. 4. Cách vận dụng: + Tìm hiểu thông tin đúng về sức khỏe sinh sản. + Giữ vệ sinh cá nhân, ăn uống và sinh hoạt điều độ. + Tránh chất kích thích và nội dung không phù hợp.
--	---

- GV nhận xét, chốt lại kiến thức: Một số bệnh lây truyền qua đường sinh dục: HIV/AIDS, lậu, giang mai, sùi mào gà ... * GV mở rộng, liên hệ: yêu cầu HS làm việc theo nhóm (trong 5 phút) xử lý tình huống sau: 1. Bạn A cho rằng: “Bệnh lây truyền qua đường sinh dục chỉ xảy ra ở người trưởng thành nên học sinh không cần quan tâm phòng tránh.” Em hãy nhận xét ý kiến này và giải thích. 2. Trong một số trường hợp, có bạn trẻ không chú ý vệ sinh cá nhân và tiếp xúc với thông tin không lành mạnh trên mạng. Theo em, những hành vi này đúng hay sai? Vì sao? - GV gọi đại diện một số nhóm trình bày ý kiến	+ Không quan hệ tình dục sớm để tránh mang thai ngoài ý muốn và bệnh lây truyền. - HS lắng nghe, ghi chép - HS thảo luận nhóm, thực hiện nhiệm vụ được giao. - Đại diện một số nhóm trình bày kết quả, nhóm khác lắng nghe, bổ sung (nếu có) 1. Nhận xét: Sai. Giải thích: Bệnh lây truyền qua đường sinh dục có thể xảy ra ở mọi lứa tuổi nếu có hành vi nguy cơ; vị thành niên cũng cần được trang bị kiến thức phòng tránh.
--	--

- GV nhận xét, chốt kiến thức: Đề bảo vệ sức khỏe sinh sản vị thành niên cần hình thành thói quen sống tốt, lối sống lành mạnh, luyện tập TDDT phù hợp, giữ vệ sinh cơ quan sinh dục,...	2. Nhận xét: Sai. Giải thích: Vệ sinh kém và tiếp xúc thông tin không lành mạnh có thể ảnh hưởng sức khỏe sinh sản, gây hành vi sai lệch và tăng nguy cơ bệnh. - HS lắng nghe và ghi chép
--	--

e. Bước 5 - Xây dựng công cụ đánh giá

Câu 1. Hiện tượng kinh nguyệt ở nữ giới là:

- | | |
|---------------------|-----------------------------------|
| A. Dấu hiệu bệnh lý | B. Hiện tượng sinh lý bình thường |
| C. Do nhiễm khuẩn | D. Do thiếu dinh dưỡng |

Câu 2. Biện pháp nào giúp ngăn tinh trùng gặp trứng?

- | | |
|---------------------|----------------|
| A. Thuốc tránh thai | B. Bao cao su |
| C. Khám sức khỏe | D. Tập thể dục |

Câu 3. Bệnh lây truyền qua đường sinh dục có thể gây:

- | | |
|-------------------|-------------|
| A. Tăng chiều cao | B. Vô sinh |
| C. Tăng trí nhớ | D. Giảm cân |

Câu 4. Biện pháp an toàn để bảo vệ sức khỏe sinh sản vị thành niên là:

- | | |
|-------------------|-------------------------|
| A. Sống lành mạnh | B. Hút thuốc |
| C. Thức khuya | D. Lạm dụng mạng xã hội |

Câu 5. Thuốc tránh thai hằng ngày có tác dụng:

- | | |
|-----------------------------|--------------------|
| A. Diệt tinh trùng | B. Ngăn trứng rụng |
| C. Làm tăng sinh tinh trùng | D. Gây thụ tinh |

Câu 6. Bạn A cho rằng “kinh nguyệt là bệnh nên phải lo lắng”. Em hãy nhận xét và giải thích.

Câu 7. Một số bạn trẻ không sử dụng biện pháp tránh thai khi cần thiết. Theo em, điều này có thể dẫn đến hậu quả gì?

Câu 8. Một bạn có thói quen xem nội dung không lành mạnh trên mạng. Theo em, hành vi này ảnh hưởng thế nào đến sức khỏe sinh sản?

Câu 9: Em hãy đề xuất các biện pháp để bảo vệ sức khỏe sinh sản vị thành niên và tuyên truyền lối sống an toàn trong gia đình, nhà trường.

PHỤ LỤC 4

PHIẾU ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ KẾ HOẠCH BÀI DẠY TÍCH HỢP GDBVSK THÔNG QUA DẠY HỌC CHỦ ĐỀ: “SINH HỌC CƠ THỂ NGƯỜI” MÔN KHTN 8

Kính gửi Quý Thầy/Cô!

Chúng tôi đang thực hiện nghiên cứu đề tài “Tích hợp GDBVSK thông qua dạy học chủ đề “Sinh học cơ thể người” môn KHTN 8”, để bước đầu đánh giá mức độ phù hợp, tính khả thi và hiệu quả của các kế hoạch bài dạy đã xây dựng, kính mong Quý Thầy/Cô dành thời gian đọc và cho ý kiến đánh giá bằng cách đánh dấu (✓) vào mức độ phù hợp tương ứng.

Mọi thông tin thu thập được chỉ phục vụ cho mục đích nghiên cứu khoa học. Chúng tôi xin chân thành cảm ơn sự hợp tác của Quý Thầy/Cô!

I. THÔNG TIN CHUNG

Họ và tên giáo viên:

Trường THCS:

II. HƯỚNG DẪN ĐÁNH GIÁ

Các tiêu chí trên được đánh giá theo thang điểm 4, cụ thể:

Mức đánh giá	Điểm
Chưa đạt	1
Đạt	2
Tốt	3
Rất tốt	4

III. NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ

1. Đánh giá mức độ phù hợp của kế hoạch bài dạy

TT	Nội dung tiêu chí	Mức điểm đánh giá			
		1	2	3	4
TC1	Mục tiêu bài học rõ ràng, phù hợp với yêu cầu cần đạt của môn Tự nhiên và Xã hội 3	☐	☐	☐	☐
TC2	Nội dung giáo dục bảo vệ môi trường được tích hợp phù hợp với nội dung bài học	☐	☐	☐	☐

TC3	Các hoạt động học tập thể hiện được nội dung tích hợp giáo dục bảo vệ môi trường	☐	☐	☐	☐
-----	--	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Tổng điểm đánh giá mục 1:/12 điểm

2. Đánh giá tính khả thi của kế hoạch bài dạy

TT	Nội dung tiêu chí	Mức điểm đánh giá			
		1	2	3	4
TC4	Kế hoạch bài dạy có thể tổ chức thực hiện trong điều kiện dạy học thực tế ở trường tiểu học	☐	☐	☐	☐
TC5	Thời lượng dành cho các hoạt động học tập phù hợp	☐	☐	☐	☐
TC6	Học sinh có khả năng tham gia và hoàn thành các nhiệm vụ học tập	☐	☐	☐	☐

Tổng điểm đánh giá mục 2:/12 điểm

3. Đánh giá tính hiệu quả của kế hoạch bài dạy

TT	Nội dung tiêu chí	Mức điểm đánh giá			
		1	2	3	4
TC7	Kế hoạch bài dạy góp phần hình thành và phát triển phẩm chất, năng lực cho học sinh	☐	☐	☐	☐
TC8	Kế hoạch bài dạy giúp học sinh nhận biết và liên hệ các vấn đề môi trường trong thực tiễn	☐	☐	☐	☐
TC9	Kế hoạch bài dạy góp phần hình thành ý thức và hành vi bảo vệ môi trường cho học sinh	☐	☐	☐	☐
TC10	Kế hoạch bài dạy phát huy tính tích cực, chủ động và hứng thú học tập của học sinh	☐	☐	☐	☐

Tổng điểm đánh giá mục 3:/16 điểm

IV. Ý KIẾN ĐỀ XUẤT KHÁC (nếu có)

.....