

# GIÁO DỤC CÔNG DÂN LỚP 6

## BÀI 1 TRANG 4

### Bài phân tích Câu a)

Hãy đánh dấu X vào ô trống tương ứng với những việc làm biểu hiện biết tự chăm sóc sức khoẻ.

a) Mỗi buổi sáng, Đông đều tập thể dục	
b) Khi ăn cơm, Hà không ăn vôi vàng mà từ tốn nhai kỹ	
c) Hằng ngày, Bắc đều súc miệng bằng nước muối	
d) Đã bốn ngày, Năm không thay quần áo vì trời lạnh	
e) Trời nóng, nhưng Tuấn cứ thấy trong người lạnh lạnh. Sờ lên trán thấy nóng, Tuấn nói với mẹ cho ra trạm y tế để khám bệnh.	

### Trả lời câu a

a) Mỗi buổi sáng, Đông đều tập thể dục	X
b) Khi ăn cơm, Hà không ăn vôi vàng mà từ tốn nhai kỹ	X
c) Hằng ngày, Bắc đều súc miệng bằng nước muối	X
d) Đã bốn ngày, Năm không thay quần áo vì trời lạnh	
e) Trời nóng, nhưng Tuấn cứ thấy trong người lạnh lạnh. Sờ lên trán thấy nóng, Tuấn nói với mẹ cho ra trạm y tế để khám bệnh.	X

### Câu b)

Em biết gì về tác hại của việc nghiện thuốc lá, uống bia rượu đến sức khoẻ của con người.

### Trả lời câu b

Nghiện thuốc lá, uống bia rượu sẽ ảnh hưởng xấu đến sức khoẻ. Nếu hút thuốc lá hậu quả là sẽ đưa đến ung thư phổi và các bệnh khác về đường hô hấp, làm ô nhiễm môi trường, ảnh hưởng sức khoẻ những người xung quanh. Nếu nghiện bia rượu sẽ ảnh hưởng đến sức khoẻ, khi điều khiển phương tiện giao thông sẽ không làm chủ được, dễ gây tai nạn...

### Câu c)

Em hãy tự đặt cho mình một kế hoạch luyện tập thể dục, thể thao để người khoẻ mạnh.

### **Trả lời câu c**

- Mỗi buổi sáng em dậy tập thể dục đều đặn, đánh răng rửa mặt, vệ sinh cá nhân và súc miệng bằng nước muối pha loãng.
- Trước khi ăn rửa tay sạch và khi ăn cơm em không ăn vội vàng mà từ tốn nhai kĩ.
- Hàng ngày em đều tắm rửa, thay áo quần, mùa đông tắm bằng nước ấm.
- Không để móng tay, móng chân dài.
- Mẹ thường xuyên đưa em đi kiểm tra sức khoẻ.

\*\*\*

Để các em học sinh lớp 6 học tốt môn [Giáo dục công dân 6](#), doctailieu.com đã tổng hợp lời [giải bài tập SGK GD&CD lớp 6](#) cho các em để giúp các em hiểu bài và ôn luyện bài được tốt hơn. Chúc các em học tốt môn học ý nghĩa này.