**NỘI DUNG ÔN BÀI MÔM GDCD KHỐI 10**

**NĂM HỌC 2019 - 2020**

**TUẦN LỄ TỪ NGÀY 24 ĐẾN 29 THÁNG 2**

**Bài 12: CÔNG DÂN VỚI TÌNH YÊU HÔN NHÂN VÀ GIA ĐÌNH**

**3. Gia đình, chức năng của gia đình, các mối quan hệ gia đình và trách nhiệm của các thành viên.**

a. Gia đình là gì

- Gia đình là một cộng đồng người chung sống và gắn bó với nhau bởi hai mối quan hệ cơ bản là quan hệ hôn nhân và quan hệ huyết thống.

b. Chức năng của gia đình

*+ Chức năng duy trì nòi giống.*

*+ Chức năng kinh tế*

*+ Chức năng tổ chức đời sống gia đình*

*+ Chức năng nuôi dưỡng, giáo dục con cái.*

c.Mối quan hệ gia đình và trách nhiệm của các thành viên.

* Quan hệ giữa vợ và chồng: Vợ chồng phải có trách nhiệm chung thủy, yêu thương, quý trọng, chăm sóc, giúp đỡ nhau cùng xây dựng gia đình ấm no, bình đẳng, tiến bộ, hạnh phúc, bền vững.
* Quan hệ giữa cha mẹ và con cái:

+ Cha mẹ:có trách nhiệm yêu thương, chăm sóc, giáo dục con cái.

+ Con cái:yếu quý, kính trọng, biết ơn, hiếu thảo, vâng lời cha mẹ, nuôi dưỡng cha mẹ, giữ gìn danh dự và truyền thống tốt đẹp của gia đình.

* Quan hệ giữa ông bà và các cháu:

+ Ông bà: Có trách yêu thương, quan tâm, chăm sóc, giáo dục con cháu, làm gương tốt cho các cháu noi theo.

+ Cháu:Có bổn phận yêu thương, kính trọng, hiếu thảo, có trách nhiệm phụng dưỡng ông bà.

* Quan hệ giữa anh, chị, em: phải có trách nhiêm yêu thương, tôn trọng, đùm bọc và biết bảo ban, chăm sóc, giúp đỡ nhau trong cuộc sống.

**LỒNG GHÉP: GIÁO DỤC SỨC KHỞ TUỔI VỊ THÀNH NIÊN**

***I. Tuổi dậy thì và những dấu hiệu của tuổi dậy thì***

***a. Tuổi dậy thì***

Tuổi dậy thì là giai đoạn phát triển, trong đó trẻ em phát triển thành người lớn và có khả năng sinh sản.

* Tuổi bắt đầu dậy thì thường kéo dài từ 3 đến 5 năm và chia làm hai giai đoạn nhỏ:
* Giai đoạn trước dậy thì : từ 11-13 tuổi ở nữ và 13-15 tuổi ở nam.
* Giai đoạn dậy thì : từ 13-15 tuổi ở nữ và 15-17 tuổi ở nam.
* Đến tuổi dậy thì dưới tác động của các hoocmôn sinh dục, cơ thể có những biến đổi trong cơ quan sinh dục và xuất hiện các đặc điểm sinh dục thứ sinh.
* ***Những dấu hiệu của tuổi dậy thì***

*b.1. Ở nam:*

* Lớn nhanh, cao vọt.
* Vỡ tiếng, giọng ồm.
* Mọc ria mép, lông nách, lông mu.
* Cơ bắp phát triển.
* Cơ quan sinh dục to ra.
* Tuyến mồ hôi, tuyến nhờn phát triển.
* Xuất hiện mụn trứng cá.
* Xuất tinh lần đầu.

*b.2. Ở nữ:*

* Lớn nhanh.
* Thay đổi giọng nói.
* Mọc lông mu, lông nách.
* Vú phát triển, hông nở rộng.
* Tuyến mồ hôi, tuyến nhờn phát triển.
* Xuất hiện mụn trứng cá.
* Bộ phận sinh dục phát triển.
* Bắt đầu hành kinh.

***II. Cơ quan sinh dục***

* ***Cơ quan sinh dục nam***

***a.1. Các bộ phận của cơ quan sinh dục nam***



***a.2. Tinh hoàn và tinh trùng***

* Tinh hoàn là bộ phận quan trọng trong cơ quan sinh dục nam sản xuất ra tinh trùng bắt đầu từ tuổi dậy thì.
* Tinh trùng rất nhỏ (dài khoảng 0,06mm) gồm đầu, cổ và đuôi. Tinh trùng di chuyển nhờ đuôi. Có 2 loại tinh trùng : tinh trùng X và tinh trùng Y. Tinh trùng Y nhỏ nhẹ, sức chịu đựng kém, dễ chết, còn tinh trùng X lớn hơn có sức sống cao hơn tinh trùng Y.
* Mỗi lần phóng tinh có tới 200-300 triệu tinh trùng.
* Trong cơ quan sinh dục nữ, tinh trùng có khả năng sống từ 3-4 ngày.
* ***Cơ quan sinh dục nữ***

***b.1. Các bộ phận của cơ quan sinh dục nữ***



***b.2. Buồng trứng và trứng***



* Trứng là tế bào sinh dục cái đã trưởng thành (chín), tế bào trứng nhỏ (đường kính 1,15-1,25mm) chứa nhiều chất tế bào.
* Tới tuổi dậy thì, buồng trứng chứa khoảng 40.000 tế bào trứng nhưng trong cuộc đời người phụ nữ chỉ có khoảng 400 trứng đạt tuổi trưởng thành.
* Trứng bắt đầu rụng từ tuổi dậy thì được phễu dẫn trứng tiếp nhận đưa vào ống dẫn trứng (vòi trứng).
* Tế bào trứng sau khi rụng chỉ có khả năng thụ tinh trong một ngày nếu gặp được tinh trùng.
* ***Thụ tinh và thụ thai***



***Sự thụ tinh***



* Trứng rụng được phễu dẫn trứng tiếp nhận, đưa vào ống dẫn trứng và di chuyển về phía tử cung. Nếu trứng gặp được tinh trùng, sẽ xảy ra sự thụ tinh để tạo thành hợp tử.
* Hợp tử di chuyển xuống tử cung làm tổ, khi đến tử cung sẽ bám vào lớp niêm mạc tử cung đã được chuẩn bị sẵn (dày xốp và xung huyết) để làm tổ và phát triển thành thai. Đó là sự thụ thai.
* ***Hiện tượng kinh nguyệt***
* Cùng với sự phát triển của trứng, hoocmon từ buồng trứng tiết ra có tác dụng làm cho lớp niêm mạc tử cung dày, xốp, chứa nhiều mạch máu để đón trứng thụ tinh xuống làm tổ. Nếu trứng không được thụ tinh thì sau 14 ngày kể từ khi trứng rụng, lớp niêm mạc bị bong ra từng mảng, thoát ra ngoài cùng với máu và dịch nhày. Đó là hiện tượng kinh nguyệt.
* Hiện tượng kinh nguyệt xảy ra theo chu kỳ hàng tháng (28-32 ngày) thời gian có kinh thường kéo dài khoảng 5 ngày. Thời gian có kinh và lượng máu xuất ra tùy thuộc vào từng cá nhân.
* Trong thời gian hành kinh thường có những biến đổi về tâm sinh lý như mệt mỏi, rối loạn cảm xúc…
* Chế độ ăn, uống tình trạng sức khỏe lối sống,…có ảnh hưởng đến chu kỳ kinh nguyệt (kinh nguyệt không đều hoặc tắt kinh), do đó ảnh hưởng đến sức khỏe và chức năng sinh sản.
* ***Hiện tượng rụng trứng***



Là hiện tượng xảy ra ở cơ thể người phụ nữ, mỗi tháng cơ thể đều sản sinh ra một số lượng trứng nhất định. Hiện tượng rụng trứng xảy ra vào giữa chu kỳ kinh nguyệt, tức là khoảng ngày 14 của chu kỳ.

Mỗi nang [buồng](http://shevn.com/tag/buong-trung) trứng sẽ sản sinh ra 1 trứng trong một tháng và lượng trứng này sẽ được rụng vào ống dẫn trứng tới [tử c](http://shevn.com/tag/tu-cung) [HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"](http://shevn.com/tag/tu-cung) [HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"](http://shevn.com/tag/tu-cung) [HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"](http://shevn.com/tag/tu-cung) [HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"u](http://shevn.com/tag/tu-cung) [HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"](http://shevn.com/tag/tu-cung) [HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"](http://shevn.com/tag/tu-cung) [HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"](http://shevn.com/tag/tu-cung) [HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tu-cung"ng](http://shevn.com/tag/tu-cung). Tại đây, nếu [tinh tr](http://shevn.com/tag/tinh-trung) [HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tinh-trung"](http://shevn.com/tag/tinh-trung) [HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tinh-trung"HYPERLINK "http://shevn.com/tag/tinh-trung"ùng](http://shevn.com/tag/tinh-trung) gặp được trứng thì sẽ dẫn đến hiện tượng thụ thai.

Có thể xác định được ngày rụng trứng nhờ việc theo dõi vòng kinh của cơ thể, ngoài ra, có thể dựa vào sự bài tiết của tử cung để biết được điều này. Thông thường, sau kỳ kinh nguyệt, sẽ có cảm giác khô ráo hoàn toàn ở nơi âm đạo. Tiếp sau đó, khi cơ thể gần đến giai đoạn bắt đầu rụng trứng, sẽ thấy xuất hiện dịch nhờn, màu trắng đục. Mức độ chất nhờn tăng nhiều và dịch đặc hơn bình thường giống như lòng trắng trứng khi đến đúng thời điểm rụng trứng.

Theo nghiên cứu, một trứng ở cơ thể người phụ nữ có thể tồn tại trong vòng 12 đến 24 giờ sau khi rụng. Còn tuổi thọ của trùng thì lớn hơn nhiều so với trứng, nó có thể tồn tại từ 5 đến 7 ngày trong tử cung của phụ nữ. Vì vậy không phải chỉ có thể thụ thai vào thời điểm rụng trứng.

* ***Các biện pháp tránh thai phổ biến***

|  |  |
| --- | --- |
| **Biện pháp tránh thai** | **Tác động và hiệu quả** |
| Bao cao su | Ngăn cản không cho tinh trùng xâm nhập vào dạ con. Hiệu quả : 90% |
| Vòng tránh thai | Ngăn cản sự làm tổ của phôi ở dạ con. Hiệu quả : 90% |
| Thuốc diệt tinh trùng | Diệt tinh trùng |
| Viên tránh thai (uống, cấy dưới da) | Ức chế rụng trứng |
| Phẫu thuật đình sản:   * Thắt ống dẫn tinh * Thắt ống dẫn trứng | * Ngăn cản tinh trùng vào dạ con * Ngăn cản trứng vào vòi dẫn trứng |
| An toàn tự nhiên:   * Giai đoạn an toàn * Xuất tinh ngoài | Tránh tinh trùng gặp trứng :   * Không có trứng rụng * Ngăn cản tinh trùng gặp trứng |

* ***Một số bệnh lây lan qua đường tình dục***

***g.1. HIV/AIDS***

* HIV là virut gây suy giảm miễn dịch ở người.
* AIDS là hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải do virut HIV gây ra.
* HIV xâm nhập vào cơ thể qua quan hệ tình dục, qua đường máu, tiêm chích ma túy. Nếu phụ nữ nhiễm HIV, khi mang thai cũng có thể truyền qua thai nhi.
* AIDS phát triển qua 3 giai đoạn trong đó có giai sơ nhiễm thường không biểu hiện triệu chứng, đây chính là lý do một số người đã nhiễm HIV nhưng không biết mình mắc bệnh và lây nhiễm cho người khác.
* Cho tới nay các nhà khoa học vẫn chưa tìm ra thuốc đặc trị để chữa khỏi HIV/AIDS. Vì vậy để phòng tránh, mọi người cần thực hiện lối sống lành mạnh, vệ sinh y tế, tránh xa tệ nạn xã hội.

***g.2. Bệnh lậu***

* Bệnh do một loại vi khuẩn có tên là song cầu khuẩn gây ra.
* Bệnh lây truyền qua quan hệ tình dục.
* Bệnh này nguy hiểm và dễ lây lan vì phần lớn người mắc bệnh không biểu hiện rõ ở giai đoạn đầu.
* Bệnh có thuốc điều trị nhưng thường để lại những hậu quả nặng nề như gây vô sinh ở nam và nữ, có thai ngoài tử cung, con sinh ra có thể bị mù lòa.

***g.3. Bệnh giang mai***

* Bệnh do xoắn khuẩn giang mai gây ra.
* Bệnh có thể lây truyền qua quan hệ tình dục, truyền máu, vết xây xát trên cơ thể, hoặc truyền từ mẹ sang con qua nhau thai.
* Bệnh gây ảnh hưởng nghiêm trọng đến sức khỏe như tổn thương các phủ tạng, hệ thần kinh, con sinh ra có thể bị khuyết tật hoặc dị dạng bẩm sinh.

Ngoài một số bệnh kể trên, còn một số bệnh nguy hiểm khác cũng lây lan qua đường tình dục như viêm gan B, ung thư cổ tử cung…

**Tình trạng nạo phá thai ở lứa tuổi vị thành niên ở Việt Nam.**

Tình trạng nạo phá thai ở giới trẻ hiện nay là một vấn đề nhức nhối ở nhiều quốc gia trên thế giới. Tại Việt Nam, mỗi năm vẫn còn gần 6.000 ca nạo phá thai tuổi vị thành niên. Theo Chi cục trưởng Chi cục Dân số - Kế hoạch hóa Gia đình TP.HCM Trần Văn Trị, thống kê của Quỹ Dân số Liên Hiệp quốc vào năm 2015 cho thấy, số trẻ em gái đã kết hôn trước tuổi 18 tại Châu Á - Thái Bình Dương là 59 triệu trường hợp; số trẻ em gái tuổi từ 15 đến 17 tại các nước đang phát triển đã từng sinh con là 20.000 trường hợp. Ước tính số ca phá thai không an toàn ở trẻ em gái tuổi từ 15 đến 19 là 3,2 triệu ca; tỷ lệ trẻ em gái cho biết đã từng bị cưỡng bức quan hệ tình dục trước tuổi 15 là 10%.

Tại Việt Nam, tỷ lệ trẻ vị thành niên chiếm khoảng 1/5 dân số. Tuy nhiên, không phải tất cả trẻ vị thành niên đều được tiếp cận với giáo dục và chăm sóc sức khỏe có chất lượng, đặc biệt là trẻ em gái vị thành niên.

Theo thống kê, mỗi năm cả nước vẫn còn gần 6.000 ca nạo phá thai tuổi vị thành niên. Riêng tại TP.HCM, năm 2010, tỷ lệ phá thai của TP là 75,83 ca phá thai/100 ca sinh sống được kéo giảm còn 42,96 ca phá thai/100 ca sinh sống vào năm 2015, cơ bản loại trừ phá thai không an toàn.

*( Báo Công an TP.Hồ Chí Minh)*