

HƯỚNG DẪN TỰ HỌC MÔN SINH HỌC 8 – TUẦN 9 (Tiết 17 + 18)

Các em ghi nội dung ghi bài vào vở học và làm phần bài tập vận dụng để củng cố kiến thức.

A. NỘI DUNG GHI BÀI

CHỦ ĐỀ: TUẦN HOÀN (tt)

TIẾT 17- BÀI 17: TIM VÀ MẠCH MÁU

I. CẤU TẠO CỦA TIM

1. Cấu tạo ngoài:

-Vị trí: Tim nằm trong lồng ngực, hơi lệch về bên trái.

-Hình dạng: Tim hình chóp, đỉnh phía dưới, đáy ở trên

Màng tim bao bọc bên ngoài bằng mô liên kết.

2. Cấu tạo trong


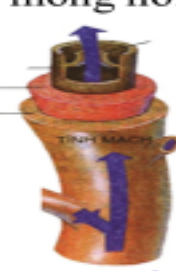

-Tim gồm 4 ngăn: 2 tâm nhĩ trên, 2 tâm thất dưới, được cấu tạo bởi các cơ tim và mô liên kết.

-Thành cơ tâm thất dày hơn thành cơ tâm nhĩ

-Giữa tâm nhĩ và tâm thất có van nhĩ thất; giữa tâm thất với động mạch có van thất động giúp máu lưu thông theo một chiều.

II. CẤU TẠO MẠCH MÁU

Có 3 loại mạch máu: Động mạch, Tĩnh mạch, Mao mạch

Nội dung	Động mạch	Tĩnh mạch	Mao mạch
1. Cấu tạo Thành mạch Lòng trong Đặc điểm khác	- 3 lớp: Biểu bì, cơ trơn, mô liên kết -> dày hơn TM  Hẹp - Có sợi đàn hồi	- 3 lớp: Biểu bì, cơ trơn, mô liên kết -> mỏng hơn ĐM  Rộng - Có van 1 chiều	- 1 lớp biểu bì  Hẹp nhất - Nhỏ, phân nhánh nhiều
2. Giải thích	Đẩy máu từ tim đến các cơ quan với vận tốc cao và áp lực lớn.	Dẫn máu từ khắp các tế bào về tim vận tốc, áp lực nhỏ.	Trao đổi chất với tế bào.

III. CHU KỲ CO DẪN CỦA TIM

- Mỗi chu kỳ tim gồm 3 pha.

Trong 1 chu kỳ của tim có 0,8 giây

+ Tâm nhĩ làm việc 0,1 giây, nghỉ 0,7 giây

+ Tâm thất làm việc 0,3 giây, nghỉ 0,5 giây

+ Tim nghỉ ngơi hoàn toàn 0,4 giây

Mỗi phút có 75 chu kỳ co dẫn của tim.

B. BÀI TẬP VẬN DỤNG

* HS làm các bài tập sau vào vở ghi bài:

Câu 1. Dựa vào chu kỳ hoạt động của tim giải thích tại sao tim hoạt động suốt đời mà không bị mệt?

Câu 2. Kể tên các loại mạch máu. Nêu chức năng của mỗi loại.

HƯỚNG DẪN TỰ HỌC MÔN SINH HỌC 8 – TUẦN 9 (Tiết 18)

Các em ghi nội dung ghi bài vào vở học và làm phần bài tập vận dụng để củng cố kiến thức.

A. NỘI DUNG GHI BÀI

CHỦ ĐỀ: TUẦN HOÀN (Tiết 6)

TIẾT 18-BÀI 18: VẬN CHUYỂN MÁU QUA HỆ MẠCH - VỆ SINH HỆ TUẦN HOÀN

I. Sự vận chuyển máu qua hệ mạch

-Huyết áp: Là áp lực của máu lên thành mạch (huyết áp tối đa khi tâm thất co và huyết áp tối thiểu khi tâm thất giãn).

Ở động mạch : Vận tốc máu lớn nhờ sự co dẫn của thành mạch.

-Ở tĩnh mạch: máu vận chuyển nhờ: Co bóp của các cơ qua thành mạch.

+ Sức hút của lồng ngực khi hít vào.

+ Sức hút của tâm nhĩ khi dẫn ra.

+ *Vận một chiều*

-Ở mao mạch: máu vận chuyển rất chậm (0,001m/s).

II. Vệ sinh hệ tim mạch:

1.Các tác nhân gây hại cho hệ tim mạch:

Có nhiều tác nhân bên ngoài và trong có hại cho hệ tim mạch

- Khuyết tật tim, phổi xơ.

- Chất kích thích mạnh, thức ăn nhiều mỡ động vật.
- Do luyện tập thể thao quá sức.
- Một số vi rút, vi khuẩn

2. Biện pháp bảo vệ và rèn luyện hệ tim mạch:

Các biện pháp bảo vệ hệ tim mạch:

- Cần khắc phục và hạn chế các nguyên nhân làm tăng nhịp tim và huyết áp không mong muốn.
- Tiêm phòng các bệnh có hại cho tim mạch.
- Hạn chế ăn thức ăn có hại cho hệ tim mạch.

Cần rèn luyện tim mạch thường xuyên, đều đặn, vừa sức bằng các hình thức thể dục, thể thao, xoa bóp.

B. BÀI TẬP VẬN DỤNG: Các em làm bài tập vào vở

Câu 1: Khoanh tròn vào chữ cái đầu câu trả lời đúng:

1/ Huyết áp cao nhất là ở:

- a. Động mạch phổi.
- b. Động mạch chủ.
- c. Tĩnh mạch chủ.

2/ Nguyên nhân của bệnh cao huyết áp:

- a. Người lớn tuổi động mạch xơ cứng.
- b. Do ăn mặn.
- c. Do ăn nhiều mỡ động vật.
- d. Người lớn tuổi động mạch xơ cứng, do ăn mặn, ăn nhiều mỡ động vật.

Câu 2: Chọn cụm từ thích hợp sau đây để điền vào chỗ trống: tiêm phòng, thường xuyên, thể dục thể thao, các thức ăn.

Cần khắc phục và hạn chế các nguyên nhân làm tăng nhịp tim và huyết áp không mong muốn, các bệnh có hại cho tim mạch, hạn chế ăn có hại cho tim mạch.

Cần rèn luyện tim mạch, đều đặn, vừa sức bằng các hình thức, xoa bóp.