

Ngày soạn:

TUẦN 22

TIẾT 41

Bài 39

BÀI TIẾT NƯỚC TIỂU

I. MỤC TIÊU BÀI HỌC:

1. Kiến thức:

- Trình bày được:
 - + Quá trình tạo thành nước tiểu
 - + Thực chất của quá trình tạo thành nước tiểu
 - + Quá trình bài tiết nước tiểu
- Phân biệt được:
 - + Nước tiểu đầu và huyết tương
 - + Nước tiểu đầu và nước tiểu chính thức
- Tích hợp môn Vật lý

2. Kỹ năng:

- Kỹ năng quan sát và phân tích hình vẽ
- Kỹ năng làm việc theo nhóm

3. Thái độ: Giáo dục ý thức giữ gìn vệ sinh hệ bài tiết nước tiểu

4. Giảm tải:

- Không có

II. PHÖÔNG PHÁP:

_ Tröïc quan , thaâu luaän nhoùm , vaän ñaùp , giaâng giaûi, hoaït ñoäng caù theä

III. PHƯƠNG TIỆN DẠY HỌC:

- Chuẩn bị của giáo viên :
 - Hình 29.1 : Sơ đồ quá trình tạo thành nước tiểu ở 1 đơn vị chức năng của thận
 - Phim về quá trình bài tiết nước tiểu

IV. HOẠT ĐỘNG DẠY - HỌC:

1. Ổn định lớp: 1'

- Ổn định trật tự lớp
- Kiểm tra sĩ số lớp

2. Kiểm tra bài cũ: 4'

- Bài tiết đóng vai trò quan trọng như thế nào với cơ thể sống?
- Việc bài tiết do các cơ quan nào đảm nhiệm?
- Hệ bài tiết nước tiểu có cấu tạo như thế nào?

3. Giảng bài mới:

a. Giới thiệu bài mới: 1'

Mỗi quả thận chứa khoảng 1 triệu đơn vị chức năng để lọc máu và hình thành nước tiểu, quá trình đó diễn ra như thế nào? Bài học hôm nay chúng ta sẽ tìm hiểu.

b. Các hoạt động học tập:

* Hoạt động 1: **Tạo thành nước tiểu 17'**

- Mục tiêu:

- + Trình bày được sự tạo thành nước tiểu
- + Chỉ ra sự khác biệt giữa:
 - Nước tiểu đầu và huyết tương
 - Nước tiểu đầu và nước tiểu chính thức

- Tiến hành:

Hoạt động của giáo viên	Hoạt động của học sinh												
- Yêu cầu HS đọc thông tin trong sgk/126 + Sự tạo thành nước tiểu đầu diễn ra ở đâu? - Yêu cầu HS quan sát hình 39.1 (sgk/126) + Sự tạo thành nước tiểu gồm những quá trình nào? Diễn ra ở đâu? + Quá trình lọc máu diễn ra như thế nào? - GV lưu ý: quá trình này không sử dụng năng lượng ATP + Quá trình hấp thụ lại và bài tiết tiếp diễn ra như thế nào? (có sử dụng ATP) - Yêu cầu HS thảo luận nhóm: + Thành phần nước tiểu đầu khác với máu ở chỗ nào? + Nước tiểu chính thức khác với nước tiểu đầu ở chỗ nào? - GV giảng: máu từ động mạch → màng lọc với áp lực cao. Nước và các chất hoà tan thấm qua thành mao mạch. (tích hợp môn Vật lý)	I. <u>Tạo thành nước tiểu:</u> - Đọc thông tin (Sgk/126) + Diễn ra ở các đơn vị chức năng của thận. - Quan sát hình: + Lọc máu ở cầu thận → tạo nước tiểu đầu Hấp thụ lại và bài tiết tiếp → tạo nước tiểu chính thức. + Nhờ có màng lọc và sự chênh lệch áp suất tạo lực đẩy (tích hợp môn Vật lý) → protein + hồng cầu được giữ lại trong máu. + Hấp thụ lại các chất cần thiết, bài tiết tiếp chất thừa, chất thải. - Thảo luận nhóm: + Nước tiểu đầu không có protein và hồng cầu. <table><tr><th>Đặc điểm</th><th>Đầu</th><th>Chính thức</th></tr><tr><td>Nồng độ các chất hoà tan</td><td>Loãng</td><td>Đậm đặc</td></tr><tr><td>Chất độc, chất cặn bã</td><td>Có ít</td><td>Có nhiều</td></tr><tr><td>Chất dinh dưỡng</td><td>Có nhiều</td><td>Gần như là không</td></tr></table>	Đặc điểm	Đầu	Chính thức	Nồng độ các chất hoà tan	Loãng	Đậm đặc	Chất độc, chất cặn bã	Có ít	Có nhiều	Chất dinh dưỡng	Có nhiều	Gần như là không
Đặc điểm	Đầu	Chính thức											
Nồng độ các chất hoà tan	Loãng	Đậm đặc											
Chất độc, chất cặn bã	Có ít	Có nhiều											
Chất dinh dưỡng	Có nhiều	Gần như là không											

- Tiểu kết: Nước tiểu được tạo thành ở các đơn vị chức năng của thận. Bao gồm quá trình lọc máu ở cầu thận để tạo thành nước tiểu đầu, quá trình hấp thụ lại các chất cần thiết, quá trình bài tiết tiếp các chất độc và chất không cần thiết ở ống thận để tạo nên nước tiểu chính thức và ổn định một số thành phần của máu.

* Hoạt động 2: **Bài tiết nước tiểu 17'**

- Mục tiêu: Giúp học sinh nắm được quá trình bài tiết nước tiểu

- Tiến hành:

	II. <u>Bài tiết nước tiểu:</u>
--	---------------------------------------

- Yêu cầu HS đọc thông tin (sgk/127) + Sự bài tiết nước tiểu được diễn ra như thế nào? + Mỗi ngày thận lọc được bao nhiêu lít máu? Lượng nước tiểu là bao nhiêu? + Thực chất của quá trình tạo thành nước tiểu là gì? - Yêu cầu HS thảo luận nhóm: + Vì sao sự tạo thành nước tiểu diễn ra liên tục mà sự thải nước tiểu chỉ diễn ra vào những thời điểm nhất định? + Sự thải nước tiểu diễn ra nhờ sự tham gia của các nhóm cơ nào? - GV nhận xét - <u>GV giảng</u>: lượng nước tiểu có thể thay đổi tùy thuộc vào lượng nước đưa vào cơ thể hàng ngày, hoặc vào lượng mồ hôi tiết ra nhiều hay ít.	- Đọc thông tin (sgk/127) + Nước tiểu chính thức → bể thận → ống thận → bóng đái → ống đái để ra ngoài. + 1440 lít máu 170 lít nước tiểu đầu, 1.5 lít nước tiểu chính thức. + Là lọc máu và thải chất cặn bã, chất độc, chất thừa ra khỏi cơ thể. - Thảo luận nhóm: + Máu tuần hoàn liên tục qua cầu thận → nước tiểu được tạo liên tục. - Nước tiểu được tích trữ ở bóng đái khi liên tới 2000ml thì sẽ đủ áp lực gây cảm giác buồn đi tiểu. + Cơ vòng ống đái, cơ bóng đái và cơ bọng. - Đại diện nhóm trả lời - Nhận xét và bổ sung.
--	---

- Tiểu kết:

- + Nước tiểu chính thức → bể thận → ống dẫn nước tiểu → bóng đái → ống đái
- + Có sự tham gia của cơ vòng ống đái, cơ bóng đái và cơ bọng.

4. Kiểm tra đánh giá: 4'

- Trả lời câu hỏi (sgk/127)
- Đọc “Em có biết?”

5. Dặn dò: 1'

- Học bài
- Chuẩn bị bài 40 : Làm thế nào để bảo vệ hệ bài tiết của mình ?

V.RÚT KINH NGHIỆM

.....

.....

.....

Ngày soạn:

TUẦN 22

TIỆT 42

Bài 40

VE SINH HE BAØI TIEÁT NÖÖÙC TIEÄU

I. MỤC TIÊU BÀI HỌC:

1. Kiến thức:

- Trình bày được các tác nhân gây hại cho hệ bài tiết nước tiểu và hậu quả của nó.
- Hiểu được các thói quen sống khoa học để bảo vệ hệ bài tiết nước tiểu, giải thích được cơ sở khoa học của chúng.
- Tích hợp môn Hóa học

2. Kỹ năng:

- Kỹ năng nhận xét và liên hệ thực tế
- Kỹ năng hoạt động nhóm

3. Thái độ:

- Có ý thức xây dựng thói quen sống khoa học để bảo vệ hệ bài tiết nước tiểu
- Phổ biến luật an toàn thực phẩm
- Phổ biến luật hiến, ghép mô, bộ phận cơ thể người

4. Giảm tải:

- Không có

II. PHỒNG PHÁP:

_ Trờic quan , thaâu luaän nhoùm , vaán ñaùp , giaùng giaùu, hoait ñoàng caù thea

III. PHƯƠNG TIỆN DẠY HỌC:

- Chuẩn bị của giáo viên : Bảng 40 – Cơ sở khoa học và thói quen sống khoa học

IV. HOẠT ĐỘNG DẠY - HỌC:

1. Ôn định lớp: 1'

- Ôn định trật tự lớp
- Kiểm tra sĩ số lớp

2. Kiểm tra bài cũ: 4'

- Trình bày quá trình tạo thành nước tiểu?
- Sự thải nước tiểu diễn ra như thế nào?

3. Giảng bài mới:

a. Giới thiệu bài mới: 1'

Hoạt động bài tiết có vai trò rất quan trọng đối với cơ thể. Làm thế nào để có một hệ bài tiết nước tiểu khỏe mạnh?

b. Các hoạt động học tập:

* Hoạt động 1: **Một số tác nhân chủ yếu gây hại cho hệ bài tiết nước tiểu 14'**

- **Mục tiêu:** Nắm được các tác nhân gây hại và hậu quả của chúng
- **Tiến hành:**

<i>Hoạt động của giáo viên</i>	<i>Hoạt động của học sinh</i>
--------------------------------	-------------------------------

- Yêu cầu HS đọc thông tin trong sgk/129 + Có những tác nhân nào gây hại cho hệ bài tiết nước tiểu? (Tích hợp môn Hóa học) + Khi cầu thận bị viêm và suy thoái có thể dẫn đến những hậu quả nghiêm trọng như thế nào về sức khỏe? + Khi các tế bào ống thận làm việc kém hiệu quả hay bị tổn thương có thể dẫn đến hậu quả như thế nào về sức khỏe? + Khi đường dẫn nước tiểu bị nghẽn bởi sỏi có thể ảnh hưởng như thế nào đến sức khỏe? - GV kết luận, tổng hợp ý kiến - Phổ biến luật an toàn thực phẩm - Phổ biến luật ghép mô, bộ phận cơ thể người	<u>I. Một số tác nhân chủ yếu gây hại cho hệ bài tiết nước tiểu:</u> - Đọc thông tin (sgk/129) + Vi khuẩn gây bệnh, chất độc có trong thức ăn, khẩu phần ăn uống không hợp lý. + Quá trình lọc máu bị trì trệ → cơ thể bị nhiễm độc do chất độc tích tụ → suy thận toàn bộ + Ống thận làm việc kém hiệu quả → hấp thụ lại và bài tiết tiếp giảm → môi trường trong biến đổi → trao đổi chất rối loạn → ảnh hưởng đến sức khỏe. + Ống thận bị tổn thương → tắc ống thận, nước tiểu hoà lẫn vào máu → đầu độc cơ thể. + Sỏi thận → gây bí tiểu → đau, sốt cao → nguy hiểm đến tính mạng - Trao đổi, nhận xét.
---	--

- Tiểu kết: Các tác nhân có thể gây hại cho hệ bài tiết nước tiểu là các chất độc có trong thức ăn, khẩu phần ăn uống không hợp lý và các vi khuẩn gây bệnh.

* **Hoạt động 2: Xây dựng các thói quen sống khoa học để bảo vệ hệ bài tiết 20'**

- Mục tiêu:

- + Trình bày được cơ sở khoa học và thói quen sống khoa học
- + Tự đề ra kế hoạch hình thành thói quen sống khoa học.

- Tiến hành:

- Yêu cầu HS thảo luận nhóm để hoàn thành bảng 40 (sgk/130)	<u>II. Xây dựng thói quen sống khoa học:</u>
<i>Các thói quen sống khoa học</i>	<i>Cơ sở khoa học</i>
Thường xuyên giữ vệ sinh cho toàn cơ thể cũng như cho hệ bài tiết nước tiểu	Hạn chế tác hại của các vi sinh vật
Khẩu phần ăn uống hợp lý: - Không ăn quá nhiều protein, quá mặn, quá chua, quá nhiều chất tạo sỏi - Không ăn thức ăn ôi thiu và nhiễm chất độc hại. - Uống đủ nước	- Không để thận phải làm việc quá nhiều. Hạn chế khả năng tạo sỏi trong thận. - Hạn chế tác hại của chất độc - Tạo điều kiện thuận lợi cho quá trình lọc máu liên tục
Khi muốn đi tiểu thì nên đi ngay, không nên nhịn lâu.	Tạo điều kiện cho sự tạo nước tiểu. Hạn chế

	khả năng tạo sỏi trong thận
- GV tổng hợp ý kiến của các nhóm: + Đề ra kế hoạch hình thành thói quen sống khoa học cho riêng mình?	

- Tiểu kết: Các thói quen sống khoa học để bảo vệ hệ bài tiết nước tiểu là:
 - + Thường xuyên giữ vệ sinh cho toàn cơ thể cũng như cho hệ bài tiết nước tiểu
 - + Khẩu phần ăn uống hợp lý
 - + Đi tiểu đúng lúc

4. Kiểm tra đánh giá: 4'

- Trả lời câu hỏi trong sgk
- Đọc “Em có biết?”

5. Dẫn dò: 1'

- Học bài
- Chuẩn bị bài 41

V.RÚT KINH NGHIỆM

.....

.....