

Tuần 8 – Sinh học 8

• NỘI DUNG GHI BÀI

CHỦ ĐỀ: TUẦN HOÀN (7 Tiết)

(Từ bài 13 đến bài 19/SGK)

NỘI DUNG 5 : TIM VÀ MẠCH MÁU (Tiết 5)

I. Cấu tạo của tim

* Cấu tạo ngoài:

- Có màng tim bao bọc bên ngoài
- Tâm thất lớn, thon tạo thành phần đỉnh tim
- Có các mạch máu quanh tim.

* Cấu tạo trong:

- Tim gồm 4 ngăn (Tâm nhĩ trái, tâm nhĩ phải, tâm thất trái, tâm thất phải)
- Thành cơ tâm thất dày hơn tâm nhĩ (Tâm thất trái có thành cơ dày nhất)
- Giữa tâm nhĩ với tâm thất và giữa tâm thất với động mạch có van giúp máu lưu thông theo một chiều

II. Cấu tạo mạch máu

Nội dung	Động mạch	Tĩnh mạch	Mao mạch
Cấu tạo			
-Thành mạch	Dày, gồm 3 lớp: Lớp biểu bì, lớp mô liên kết, lớp cơ trơn	Mỏng, gồm 3 lớp: Lớp biểu bì, lớp mô liên kết, lớp cơ trơn	1 lớp biểu bì mỏng
-Lòng mạch	Hẹp	Rộng	Hẹp nhất
-Đặc điểm khác	Động mạch chủ lớn, nhiều động mạch nhỏ	Có van một chiều	Nhỏ, phân nhánh nhiều
Chức năng	Đẩy máu từ tim đến các cơ quan vận tốc và áp lực lớn	Dẫn máu từ khắp các tế bào về tim vận tốc và áp lực nhỏ	Trao đổi chất với tế bào

III. Chu kì co dẫn của tim

Chu kì tim gồm 3 pha

- Pha co tâm nhĩ (0.1s) Máu từ tâm nhĩ xuống tâm thất
- Pha co tâm thất (0.3s) Máu từ tâm thất vào động mạch chủ
- Pha dẫn chung (0.4s) Máu được hút vào tâm nhĩ
- 1 phút diễn ra 75 chu kì co dẫn tim (nhịp tim).

NỘI DUNG 6 : VẬN CHUYỂN MÁU QUA HỆ MẠCH

VỆ SINH HỆ TUẦN HOÀN(Tiết 6)

1. Sự vận chuyển máu qua hệ mạch

- Sự vận chuyển máu qua hệ mạch là nhờ sức đẩy của tim, áp lực trong mạch và vận tốc máu
- Huyết áp là áp lực của máu lên thành mạch (huyết áp tối đa khi tâm thất co, huyết áp tối thiểu khi tâm thất dẫn).

- Ở động mạch vận tốc máu lớn hơn là do sự co dãn của thành mạch.
- Ở tĩnh mạch máu vận chuyển nhờ
 - + Sức hút của lồng ngực khi hít vào.
 - + Sức hút của tâm nhĩ khi dẫn ra
 - + Van một chiều

2. Vệ sinh tim mạch

- Các tác nhân gây hại cho hệ tim mạch:

- + Có nhiều tác nhân bên ngoài và bên trong gây hại cho hệ tim mạch: Khuyết tật tim, phổi xơ; Sốc mạnh, mất máu nhiều, sốt cao ...
- + Chất kích thích mạnh, thức ăn nhiều mỡ động vật; Do luyện tập quá sức; Do một số vi khuẩn, vi rút

- Biện pháp bảo vệ và rèn luyện hệ tim mạch :

- + Không sử dụng chất kích thích có hại.
- + Cần kiểm tra sức khỏe định kì.
- + Tránh để bị sốc và stress.
- + Cần tiêm phòng các bệnh có hại cho tim mạch.
- + Hạn chế thức ăn có hại cho tim mạch.
- + Tập TDDT thường xuyên, đều đặn, vừa sức kết hợp xoa bóp ngoài da.

• PHIẾU HỌC TẬP

NỘI DUNG 5 : TIM VÀ MẠCH MÁU (Tiết 5)

Khoanh tròn vào chữ cái đầu câu trả lời đúng :

Câu 1 . Cấu tạo tim người gồm :

- Một tâm thất và một tâm nhĩ
- Hai tâm nhĩ và hai tâm thất
- Một tâm nhĩ và hai tâm thất

Câu 2 . Máu từ tâm thất không lưu thông ngược lên tâm nhĩ vì :

- Có van nhĩ thất
- Có van tĩnh mạch
- Tâm thất ở phía dưới

Câu 3 . Một chu kì co dãn của tim gồm:

- 3 pha : Pha nhĩ co (0,1s), Pha thất co (0,3s), Pha dẫn chung (0,4s)
- 3 pha : Pha nhĩ co (0,3s), Pha thất co (0,1s), Pha dẫn chung (0,4s)
- 3 pha : Pha nhĩ co (0,1s), Pha thất co (0,4s), Pha dẫn chung (0,3s)

Câu 4 . Cấu tạo thành mạch chỉ gồm một lớp biểu bì mỏng là đặc điểm của:

- Động mạch
- Tĩnh mạch
- Mao mạch

Câu 5 . Cấu tạo thành động mạch dày nhất vì :

- Áp lực của máu lên thành mạch lớn nhất
- Áp lực của máu lên thành mạch nhỏ nhất
- Không có áp lực của máu lên thành mạch

NỘI DUNG 6 : VẬN CHUYỂN MÁU QUA HỆ MẠCH VỆ SINH HỆ TUẦN HOÀN(Tiết 6)

Khoanh tròn vào chữ cái đầu câu trả lời đúng.

Câu 1. Máu được vận chuyển qua hệ mạch là nhờ đâu?

- a. Nhờ sức đẩy của tim.
- b. Áp lực trong mạch.
- c. Vận tốc máu.
- d. Cả a,b,c

Câu 2. Huyết áp là gì?

- a. Là áp lực của máu lên thành mạch.
- b. Là lực đẩy của máu lên tim.
- c. Là lực đẩy của máu lên thận.
- d. Là lực đẩy của máu vào động mạch.

Câu 3. Ở tĩnh mạch máu vận chuyển nhờ đâu?

- a. Sức đẩy của lồng ngực khi hít vào, sức hút của tâm nhĩ khi dẫn ra, van một chiều
- b. Sức hút của lồng ngực khi hít vào, sức hút của tâm nhĩ khi dẫn ra, van một chiều
- c. Sức hút của lồng ngực khi hít vào, sức đẩy của tâm nhĩ khi dẫn ra, van một chiều.
- d. Sức hút của lồng ngực khi hít vào, sức hút của tâm nhĩ khi dẫn ra, van nhĩ thất.

Câu 4. Các tác nhân bên ngoài gây hại cho hệ tim mạch là:

- a. Hở van tim, rượu, bia, thuốc lá.
- b. Hẹp van tim, rượu, bia, thuốc lá.
- c. Xơ vữa động mạch, rượu, bia, thuốc lá.
- d. Rượu, bia, thuốc lá, ma túy.

Câu 5. Biện pháp bảo vệ và rèn luyện hệ tim mạch là:

- a. Không sử dụng rượu, bia thường xuyên.
- b. Kiểm tra sức khỏe định kì.
- c. Giữ tinh thần luôn thoải mái vui vẻ.
- d. Cả 3 đáp án trên.