

Tuần: 9 (01/11/2021 – 06/11/2021)

Tiết: 17

Bài 17: TIM – MẠCH MÁU

A/ BÀI GHI:

I. Cấu tạo tim:

1. Cấu tạo ngoài:

- Tim có hình chóp cầu tạo bởi cơ tim và mô liên kết. Màng tim bao bọc bên ngoài.
- Gồm 2 tâm nhĩ và 2 tâm thất

2. Cấu tạo trong:

- Tim có 4 ngăn
- Thành tâm thất dày hơn thành tâm nhĩ.
- Thành tâm thất trái dày hơn thành tâm thất phải.
- Giữa tâm nhĩ với tâm thất và giữa tâm thất với động mạch có van tim dẫn máu lưu thông theo một chiều.

II. Cấu tạo mạch máu:

*** Cấu tạo, chức năng:**

- Động mạch: có 3 lớp dày. Động mạch: đẩy máu từ tim đến cơ quan.
- Tĩnh mạch: có 3 lớp mỏng. Tĩnh mạch dẫn máu từ khắp các tế bào về tim.
- Mao mạch: chỉ có 1 lớp biểu bì mỏng. Mao mạch: thực hiện sự trao đổi chất.

III. Chu kỳ co dẫn của tim:

- Tim co dẫn theo chu kỳ: Mỗi chu kì gồm 3 pha: pha nhĩ co (0,1s), pha thất co (0,3s), pha dẫn chung (0,4s).
- Sự phối hợp hoạt động của các thành phần cấu tạo của tim qua 3 pha làm cho máu được bơm theo một chiều từ tâm nhĩ vào tâm thất và từ tâm thất vào động mạch.

B/ LUYỆN TẬP – VẬN DỤNG:

- Chú thích hình 17.1 sgk/ 54?
- Giải thích vì sao tim đập suốt đời mà không mệt mỏi?

C/ DẶN DÒ:

- Học bài theo câu hỏi 1, 2 SGK/55.
- Đọc mục “em có biết”.
- Chuẩn bị bài 18 vận chuyển máu qua hệ mạch – vệ sinh hệ tuần hoàn.

Tuần: 9 (01/11/2021 – 06/11/2021)

Tiết: 18

Bài 18: VẬN CHUYỂN MÁU QUA HỆ MẠCH VỆ SINH HỆ TUẦN HOÀN

A/ BÀI GHI:

I. Sự vận chuyển máu qua hệ mạch:

- Sự hoạt động phối hợp các thành phần cấu tạo tim và hệ mạch tạo ra huyết áp trong mạch.
- Sức đẩy chủ yếu giúp máu tuần hoàn liên tục và theo một chiều trong hệ mạch.
- + Huyết áp tối đa khi tâm thất co (120-140mmHg), huyết áp tối thiểu khi tâm thất giãn (80-90mmHg).

II. Vệ sinh hệ tim mạch:

1. Các tác nhân gây hại cho hệ tuần hoàn:

- 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 tim mạch.

2. Cần rèn luyện 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/ LUYỆN TẬP – VẬN DỤNG:

- Máu tuần hoàn liên tục theo một chiều là nhờ đâu?
- Cần phải làm gì để có một hệ tim mạch lành mạnh?

C/ DẶN DÒ:

- Học bài trả lời câu hỏi 1, 2, 3, 4 SGK/60.
- Đọc phần tổng kết.
- Đọc phần “em có biết”.
- Xem lại các bài đã học chương Tuần hoàn (Làm bài KT GK vào tuần 10)