

BÀI 39: DA VÀ ĐIỀU HOÀ THÂN NHIỆT Ở NGƯỜI

Môn học: KHTN - Lớp: 8A1, 8A2, 8A3, 8A4, 8A5

Thời gian thực hiện: 2 tiết.

I. MỤC TIÊU

Sau khi học xong bài học, HS đạt được các yêu cầu sau:

1. Về năng lực

1.1. Năng lực chung

- **Tự chủ và tự học:** Tìm kiếm thông tin, đọc sách giáo khoa, quan sát tranh ảnh, sơ đồ để tìm hiểu về da và điều hoà thân nhiệt ở người.
- **Giao tiếp và hợp tác:** Thảo luận nhóm một cách có hiệu quả theo đúng yêu cầu của GV trong khi tìm hiểu về cấu tạo và chức năng của da, một số bệnh về da, điều hoà thân nhiệt ở người, hợp tác đảm bảo các thành viên trong nhóm đều được tham gia và trình bày.

1.2. Năng lực khoa học tự nhiên

*** Nhận thức khoa học tự nhiên:**

- Nêu được cấu tạo sơ lược và chức năng của da. Trình bày được một số bệnh về da và các biện pháp chăm sóc, bảo vệ và làm đẹp da an toàn.
- Nêu được khái niệm thân nhiệt.
- Nêu được vai trò và cơ chế duy trì thân nhiệt ổn định ở người.
- Nêu được vai trò của da và hệ thần kinh trong điều hoà thân nhiệt.

*** Tìm hiểu tự nhiên:**

- Trình bày được một số phương pháp chống nóng, lạnh cho cơ thể.
- Tìm hiểu được các bệnh về da trong trường học hoặc trong khu dân cư.
- Tìm hiểu được một số thành tựu ghép da trong y học.

*** Vận dụng kiến thức, kỹ năng đã học:**

- Thực hành được cách đo thân nhiệt và nêu được ý nghĩa của việc đo thân nhiệt.
- Thực hiện được tình huống giả định cấp cứu khi cảm nóng hoặc lạnh.
- Vận dụng được hiểu biết về da để chăm sóc da, trang điểm an toàn cho da.

2. Về phẩm chất

- Chăm học, chịu khó tìm tòi tài liệu và thực hiện các nhiệm vụ cá nhân nhằm tìm hiểu về cấu tạo da và điều hoà thân nhiệt ở người.
- Có trách nhiệm trong hoạt động nhóm, chủ động nhận và thực hiện nhiệm vụ.
- Có ý thức bảo vệ và chăm sóc sức khỏe của bản thân và người thân trong gia đình.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

1. Giáo viên:

- SGK, SGV, SBT khoa học tự nhiên 8, kế hoạch bài dạy.
- Hình ảnh cấu tạo da, một số bệnh ngoài da, da tham gia điều hoà thân nhiệt.
- Phiếu học tập bảng 39.1

2. Học sinh:

- SGK, SBT khoa học tự nhiên 8.

- Đọc nghiên cứu và tìm hiểu trước bài ở nhà.

III. TIỀN TRÌNH DẠY HỌC

1. Hoạt động 1: Khởi động (Mở đầu)

a) Mục tiêu:

- Giúp học sinh xác định được vấn đề cần học tập, tạo tâm thế hứng thú, sẵn sàng tìm hiểu kiến thức mới.

b) Nội dung:

- GV chiếu hình ảnh, đặt vấn đề, yêu cầu học sinh thực hiện thảo luận cặp đôi, đưa ra câu trả lời cho tình huống:

+ *Nhiệt độ cơ thể tăng cao hoặc hạ thấp quá mức đều là bất thường. Nhiệt độ cơ thể ổn định có vai trò gì và yếu tố nào tham gia duy trì sự ổn định đó?*

c) Sản phẩm:

- Các câu trả lời của HS (có thể đúng hoặc sai).

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung
Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ Nêu vấn đề, yêu cầu học sinh hoạt động cặp đôi và trả lời câu hỏi: + <i>Phạm vi bình thường cho nhiệt độ cơ thể là từ 36,5 °C – 37,5 °C. Nhiệt độ cơ thể tăng cao hoặc hạ thấp quá mức đều là bất thường. Nhiệt độ cơ thể ổn định có vai trò gì và yếu tố nào tham gia duy trì sự ổn định đó?</i> - HS tiếp nhận nhiệm vụ. Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - Học sinh chú ý theo dõi, kết hợp kiến thức của bản thân, suy nghĩ và trả lời câu hỏi. - GV quan sát, định hướng. Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận - GV gọi 2 – 3 HS trình bày câu trả lời. Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ - GV nhận xét, ghi nhận các ý kiến của HS. - GV chưa chốt kiến thức mà dẫn dắt vào bài học mới: <i>Để giải thích câu hỏi này đầy đủ và chính xác, chúng ta cùng đi vào bài học ngày hôm nay.</i>	- Các câu trả lời của HS: * <i>Gợi ý:</i> - <i>Phạm vi bình thường cho nhiệt độ cơ thể là từ 36,5 °C – 37,5 °C.</i> - <i>Thân nhiệt của người được duy trì ổn định quanh một giá trị nhất định, giúp các quá trình sống trong cơ thể diễn ra bình thường.</i> - <i>Cơ chế duy trì thân nhiệt ổn định bao gồm cơ chế điều chỉnh tuyến mồ hôi, tuyến giáp, cơ chế đốt cháy năng lượng trong cơ thể và cơ chế tự điều chỉnh thân nhiệt bằng cơ thể.</i>

2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới

Hoạt động 2.1: Tìm hiểu da ở người

2.1.1. Cấu tạo và chức năng của da

a) Mục tiêu:

- Nêu được cấu tạo sơ lược và chức năng của da

b) Nội dung:

- GV yêu cầu học sinh làm việc nhóm cặp đôi nghiên cứu thông tin trong SGK, hình ảnh minh họa H39.1 và trả lời câu hỏi sau:

+ *Em hãy xác định các thành phần của lớp biểu bì, lớp bì và lớp mỡ dưới da?*

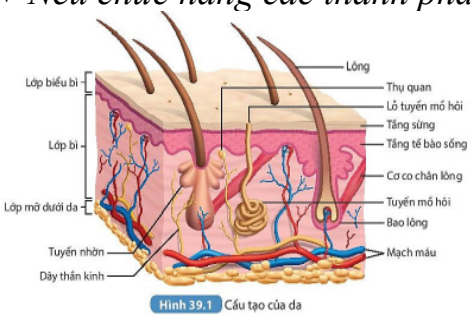
+ *Nêu chức năng các thành phần của da?*

- HS tổ chức trò chơi “Cặp đôi hoàn hảo”, HS ghi câu trả lời vào bảng nhóm, 3 nhóm nào thực hiện nhanh nhất sẽ là nhóm chiến thắng.

c) Sản phẩm:

- Câu trả lời của HS.

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung kiến thức
Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV giao nhiệm vụ học tập cặp đôi, quan sát hình ảnh, tìm hiểu thông tin cấu tạo và chức năng của da trong SGK trả lời câu hỏi. - GV tổ chức trò chơi “Cặp đôi hoàn hảo”, yêu cầu HS suy nghĩ và trả lời câu hỏi nhanh vào bảng nhóm. + <i>Em hãy xác định các thành phần của lớp biểu bì, lớp bì và lớp mỡ dưới da?</i> + <i>Nêu chức năng các thành phần của da?</i>  Hình 39.1 Cấu tạo của da - HS tiếp nhận nhiệm vụ. Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS thảo luận cặp đôi, thống nhất đáp án và ghi chép nội dung hoạt động ra giấy A3/bảng nhóm. Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận - HS tham gia trò chơi “Cặp đôi hoàn hảo”. GV cho HS nhanh tay giơ bảng, chọn 3 cặp nhanh nhất để tham gia “Cặp đôi hoàn hảo”. Các cặp đôi mang bảng lên bảng, lần lượt trình bày. Cặp đôi trả lời đúng nhất sẽ trở thành cặp đôi hoàn hảo nhất. Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ - Học sinh nhận xét, bổ sung, đánh giá. - Giáo viên nhận xét, đánh giá và tuyên dương các nhóm đôi. - GV nhận xét và chốt nội dung khái quát về cơ thể người.	I. Da ở người 1. Cấu tạo và chức năng của da. - Cấu tạo của da: Da là lớp vỏ bọc bên ngoài cơ thể, được cấu tạo gồm lớp biểu bì, lớp bì và lớp mỡ dưới da. - Chức năng của da: + Bảo vệ cơ thể, chống lại các yếu tố bất lợi của môi trường như sự va đập, sự xâm nhập của vi khuẩn, chống thấm nước và mất nước. + Điều hòa thân nhiệt nhờ hoạt động của tuyến mồ hôi, mạch máu dưới da, chân lông + Nhận biết các kích của môi trường nhờ thụ quan + Bài tiết qua tuyến mồ hôi

2.1.2. Một số bệnh về da và bảo vệ da

a) Mục tiêu:

- Trình bày được một số bệnh về da và các biện pháp chăm sóc, bảo vệ và làm đẹp da an toàn.
- Vận dụng được hiểu biết về da để chăm sóc da, trang điểm an toàn cho da.
- Tìm hiểu được các bệnh về da trong trường học hoặc trong khu dân cư.

b) Nội dung:

- GV yêu cầu học sinh thảo luận nhóm nhỏ nghiên cứu thông tin trong SGK, hình ảnh minh họa H39.2 và trả lời câu hỏi sau:
 - + *Nêu một số bệnh về da, biểu hiện mà em biết?*
 - + *Vì sao nói giữ gìn vệ sinh môi trường cũng là một biện pháp bảo vệ da?*
 - + *Vận dụng những hiểu biết về da, nêu các biện pháp chăm sóc, bảo vệ và trang điểm da an toàn?*
- HS thảo luận, tìm câu trả lời ghi trên bảng nhóm, Đại diện nhóm báo cáo trước lớp, nhóm khác nghe, nhận xét, bổ sung.
- Gv cho hs bài tập tìm hiểu về một số bệnh ngoài da trong trường học hoặc khu dân cư rồi hoàn thành thông tin vào vở theo mẫu bảng 39.1

c) Sản phẩm:

- Câu trả lời của HS.

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung kiến thức
Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV giao nhiệm vụ hợp tác nhóm nhỏ, quan sát hình ảnh, tìm hiểu một số bệnh ngoài da trong SGK trả lời câu hỏi. - GV tổ chức cho hs thảo luận, yêu cầu HS suy nghĩ và trả lời câu hỏi nhanh vào bảng nhóm. + <i>Nêu một số bệnh về da, biểu hiện mà em biết?</i> + <i>Vì sao nói giữ gìn vệ sinh môi trường cũng là một biện pháp bảo vệ da?</i> + <i>Vận dụng những hiểu biết về da, nêu các biện pháp chăm sóc, bảo vệ và trang điểm da an toàn?</i> - HS tiếp nhận nhiệm vụ.	2. Một số bệnh về da và bảo vệ da. - Một số bệnh về da: hắc bào, lang ben, mụn trứng cá, - Các biện pháp chăm sóc, bảo vệ, làm đẹp da an toàn + Tránh làm da bị tổn thương + Vệ sinh cơ thể sạch sẽ + Tránh để da tiếp xúc ánh nắng gay gắt + Không lạm dụng mỹ phẩm + Vệ sinh da sạch sẽ sau khi trang điểm
Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS thảo luận nhóm, thống nhất đáp án và ghi chép nội dung hoạt động ra bảng nhóm.	
Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận - HS tham gia hoạt động thảo luận tìm câu trả lời. GV quan sát giúp đỡ các nhóm khi cần thiết. Tổ chức cho HS thảo luận.	
Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ - Học sinh nhận xét, bổ sung, đánh giá. - Giáo viên nhận xét, đánh giá và tuyên dương các nhóm đôi. - GV nhận xét và chốt nội dung khái quát về	

một số bệnh về da và bảo vệ da * Gv cho hs bài tập tìm hiểu về một số bệnh ngoài da trong trường học hoặc khu dân cư rồi hoàn thành thông tin vào vở theo mẫu bảng 39.1			
Tên bệnh	Số người mắc	Biện pháp phòng chống	

2.1.2. Một số thành tựu ghép da trong y học

a) Mục tiêu:

- Tìm hiểu được một số thành tựu ghép da trong y học.

b) Nội dung:

- GV yêu cầu học sinh hoạt động cá nhân nghiên cứu thông tin trong SGK, hình ảnh minh họa và trả lời câu hỏi sau:

+ Thế nào là ghép da?

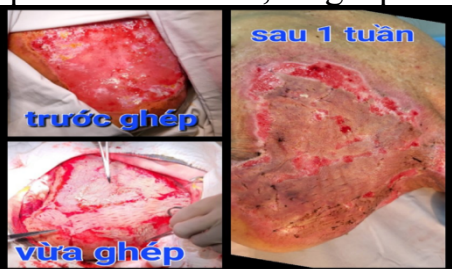
+ Em hãy tìm hiểu và nêu một số thành tựu ghép da trong y học?

- HS tìm câu trả lời và trả lời trước lớp, Hs khác nghe, nhận xét, bổ sung.

c) Sản phẩm:

- Câu trả lời của HS.

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung kiến thức
Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV yêu cầu học sinh nghiên cứu thông tin, quan sát hình ảnh, về ghép da trả lời câu hỏi.  + Thế nào là ghép da? + Em hãy tìm hiểu và nêu một số thành tựu ghép da trong y học? HS tiếp nhận nhiệm vụ.	3. Một số thành tựu ghép da trong y học - Ghép da là việc lấy một phần da trên cơ thể và di chuyển hoặc cấy ghép đến vùng khác trên cơ thể cần chúng, thường giúp cứu chữa người có da bị tổn thương nặng do bỏng, nhiễm trùng da.
Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS nghiên cứu tìm câu trả lời Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận - Đại diện hs trả lời câu hỏi Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ - Học sinh nhận xét, bổ sung, đánh giá. - Giáo viên nhận xét, đánh giá và tuyên dương hs tích cực trả lời đúng câu hỏi. - GV nhận xét và chốt nội dung về ghép da	

Hoạt động 2.2: Tìm hiểu điều hoà thân nhiệt ở người

2.2.1. Khái niệm thân nhiệt

a) Mục tiêu:

- Nêu được khái niệm thân nhiệt.
- Thực hành được cách đo thân nhiệt và nêu được ý nghĩa của việc đo thân nhiệt.

b) Nội dung:

- GV tổ chức cho HS đọc thông tin mục II SGK trang 162 và thực hiện trả lời câu hỏi để tìm hiểu về thân nhiệt và cách đo thân nhiệt.
 - + *Thân nhiệt là gì? Nêu thân nhiệt của người bình thường?*
 - + *Trình bày cách đo thân nhiệt bằng nhiệt kế điện tử? Ý nghĩa của việc đo thân nhiệt?*
- HS tìm câu trả lời và trả lời trước lớp, HS khác nghe, nhận xét, bổ sung

c) Sản phẩm:

Câu trả lời của học sinh

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung kiến thức
Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV tổ chức cho HS đọc thông tin mục II SGK trang 162 và thực hiện hđ cá nhân để tìm hiểu về thân nhiệt và cách đo thân nhiệt, trả lời các câu hỏi sau: + <i>Thân nhiệt là gì? Nêu thân nhiệt của người bình thường?</i> + <i>Trình bày cách đo thân nhiệt bằng nhiệt kế điện tử? Ý nghĩa của việc đo thân nhiệt?</i> - HS tiếp nhận nhiệm vụ. Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS hoạt động cá nhân trả lời câu hỏi. Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận - Đại diện hs trình bày câu trả lời - Cả lớp chú ý lắng nghe, nhận xét, phản biện Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ - Học sinh nhận xét, bổ sung, đánh giá. - Giáo viên nhận xét, đánh giá, tuyên dương hs trả lời tốt - GV nhận xét và chốt nội dung về thân nhiệt và cách đo thân nhiệt. - Giải quyết câu hỏi mở đầu.	II. Điều hoà thân nhiệt ở người 1. Khái niệm thân nhiệt - Thân nhiệt là nhiệt độ của cơ thể. - Nhiệt độ cao nhất ở gan, thấp nhất ở da. - Thân nhiệt người bình thường khoảng 37°C - Nêu các bước đo thân nhiệt bằng nhiệt kế điện tử + Chuẩn bị: nhiệt kế điện tử, bông y tế + Bước 1: Dùng bông y tế lau sạch nhiệt kế, bật nhiệt kế + Bước 2: Đưa đầu của nhiệt kế vào vị trí cần đo (trán, tai, ...) và ấn nút bật một lần nữa + Bước 3: Đợi 3 đến 5 giây và đọc kết quả hiển thị trên màn hình + Bước 4: Tắt nhiệt kế, lau sạch và cất vào nơi quy định - Ý nghĩa của việc đo thân nhiệt - Vai trò của việc duy trì thân nhiệt ổn định ở người: + Giúp các quá trình sống trong cơ thể diễn ra bình thường + Nếu thân nhiệt dưới 35°C hoặc trên 38°C thì tim, hệ thần

	kinh và các cơ quan khác có thể bị rối loạn, ảnh hưởng đến các hoạt động sống của cơ thể
--	--

2.2.2. Vai trò và cơ chế duy trì thân nhiệt ổn định ở người

a) Mục tiêu:

- Nêu được vai trò và cơ chế duy trì thân nhiệt ổn định ở người.
- Nêu được vai trò của da và hệ thần kinh trong điều hoà thân nhiệt.

b) Nội dung:

- GV tổ chức cho HS đọc thông tin mục II SGK trang 162, quan sát H39.3 và thảo luận nhóm thực hiện trả lời câu hỏi để tìm hiểu về vai trò và cơ chế duy trì thân nhiệt ổn định ở người.

+ *Duy trì thân nhiệt ở người có vai trò gì? Nêu các cơ chế duy trì thân nhiệt ở người?*

+ *Trình bày vai trò của da và hệ thần kinh trong điều hoà thân nhiệt?*

- HS thảo luận tìm câu trả lời và trả lời trước lớp, Hs khác nghe, nhận xét, bổ sung

c) Sản phẩm:

Câu trả lời của học sinh

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung kiến thức
Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV tổ chức cho HS đọc thông tin mục II SGK trang 162, quan sát H39.3 và thảo luận nhóm thực hiện trả lời câu hỏi để tìm hiểu về vai trò và cơ chế duy trì thân nhiệt ổn định ở người. + <i>Duy trì thân nhiệt ở người có vai trò gì? Nêu các cơ chế duy trì thân nhiệt ở người?</i> + <i>Trình bày vai trò của da và hệ thần kinh trong điều hoà thân nhiệt?</i> - HS tiếp nhận nhiệm vụ. Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS hoạt động nhóm trả lời câu hỏi. Viết câu trả lời vào bảng nhóm Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận - Đại diện nhóm trình bày câu trả lời - Cả lớp chú ý lắng nghe, nhận xét, phản biện Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ - Học sinh nhận xét, bổ sung, đánh giá. - Giáo viên nhận xét, đánh giá, tuyên dương nhóm hs trả lời tốt - GV nhận xét và chốt nội dung về vai trò và cơ chế duy trì thân nhiệt ổn định ở người. - Giải quyết câu hỏi mở đầu.	2. Vai trò và cơ chế duy trì thân nhiệt ổn định ở người - Vai trò của việc duy trì thân nhiệt ổn định ở người: + Giúp các quá trình sống trong cơ thể diễn ra bình thường + Nếu thân nhiệt dưới 35°C hoặc trên 38°C thì tim, hệ thần kinh và các cơ quan khác có thể bị rối loạn, ảnh hưởng đến các hoạt động sống của cơ thể - Cơ chế của việc duy trì thân nhiệt ổn định ở người + Da có vai trò quan trọng nhất trong điều hoà thân nhiệt + Hệ thần kinh giữ vai trò chủ đạo trong hoạt động điều hoà thân nhiệt. + Nhiệt độ tăng cao → Não gửi tín hiệu đến mao mạch và tuyến mồ hôi ở da → Dẫn mạch và tăng tiết mồ hôi → Tỏa nhiệt

	+ Nhiệt độ giảm thấp → Não gửi tín hiệu đến mao mạch và tuyến mồ hôi ở da → Co mạch và tăng tiết mồ hôi → Thu nhiệt + Hiện tượng run là hiện tượng cơ co và dẫn liên tục làm tăng quá trình phân giải các chất tế bào để điều tiết sự sinh nhiệt
--	---

2.2.3. Một số phương pháp phòng chống nóng lạnh cho cơ thể

a) Mục tiêu:

- Trình bày được một số phương pháp chống nóng, lạnh cho cơ thể.
- Thực hiện được tình huống giả định cấp cứu khi cảm nóng hoặc lạnh.

b) Nội dung:

- GV tổ chức cho HS đọc thông tin mục II SGK trang 163, 164 và thảo luận nhóm thực hiện trả lời câu hỏi để tìm hiểu về một số phương pháp phòng chống nóng lạnh cho cơ thể.

+ Em hãy đề xuất biện pháp chống nóng, chống lạnh cho cơ thể?

+ Xử lý tình huống giả định khi gặp một người bị say nắng (cảm nóng) và một người bị cảm lạnh?

- HS thảo luận tìm câu trả lời và trả lời trước lớp, Hs khác nghe, nhận xét, bổ sung

c) Sản phẩm:

Câu trả lời của học sinh

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung kiến thức
Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV tổ chức cho HS đọc thông tin mục II SGK trang 163, 164 và thảo luận nhóm thực hiện trả lời câu hỏi để tìm hiểu về một số phương pháp phòng chống nóng lạnh cho cơ thể. + Em hãy đề xuất biện pháp chống nóng, chống lạnh cho cơ thể? + Xử lý tình huống giả định khi gặp một người bị say nắng (cảm nóng) và một người bị cảm lạnh? - HS tiếp nhận nhiệm vụ.	3. Một số phương pháp phòng chống nóng lạnh cho cơ thể + Chống nóng: đội mũ, nón khi làm việc ngoài trời; không chơi thể thao dưới ánh nắng trực tiếp; không nên tắm ngay hay ngồi trước quạt, nơi có gió mạnh sau khi vận động mạnh + Chống lạnh: giữ ấm cơ thể, đặc biệt là vùng ngực, cổ, chân, tay; luyện tập thể dục, thể thao
Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS hoạt động nhóm trả lời câu hỏi. Viết câu trả lời vào bảng nhóm. - Tìm cách xử lý tình huống thực tế.	- Nêu một số biện pháp chống cảm lạnh, cảm nóng + Chống cảm nóng: Che nắng, uống đủ nước, tránh ánh nắng trực tiếp vào vùng sau gáy, hạn chế ra ngoài trời khi nắng
Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận - Đại diện nhóm trình bày câu trả lời	

- Cả lớp chú ý lắng nghe, nhận xét, phản biện Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ - Học sinh nhận xét, bổ sung, đánh giá. - Giáo viên nhận xét, đánh giá, tuyên dương nhóm hs trả lời tốt - GV nhận xét và chốt nội dung.	nóng + Chống cảm lạnh: Vệ sinh mũi, miệng sạch sẽ, súc họng bằng nước muối sinh lý 2 đến 4 lần/ngày, uống nước ấm, giữ ấm cho cơ thể
---	--

3. Hoạt động 3: Luyện tập

a) Mục tiêu:

- Củng cố cho HS kiến thức về da và điều hoà thân nhiệt, khắc sâu mục tiêu bài học.

b) Nội dung:

- GV yêu cầu HS vẽ sơ đồ tư duy khái quát về da và điều hoà thân nhiệt.

c) Sản phẩm:

- Sơ đồ tư duy của HS.

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung
Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV yêu cầu HS hoạt động cá nhân, hệ thống hóa kiến thức bài học bằng sơ đồ tư duy. - HS tiếp nhận nhiệm vụ. Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS thực hiện theo yêu cầu của GV. Bước 3: Báo cáo kết quả - GV mời một số HS trình bày, nhận xét sơ đồ của một số HS. Bước 4: Kết luận, đánh giá - GV nhận xét, đánh giá và khái quát kiến thức bài học.	- Sơ đồ tư duy của HS.

4. Hoạt động 4: Vận dụng

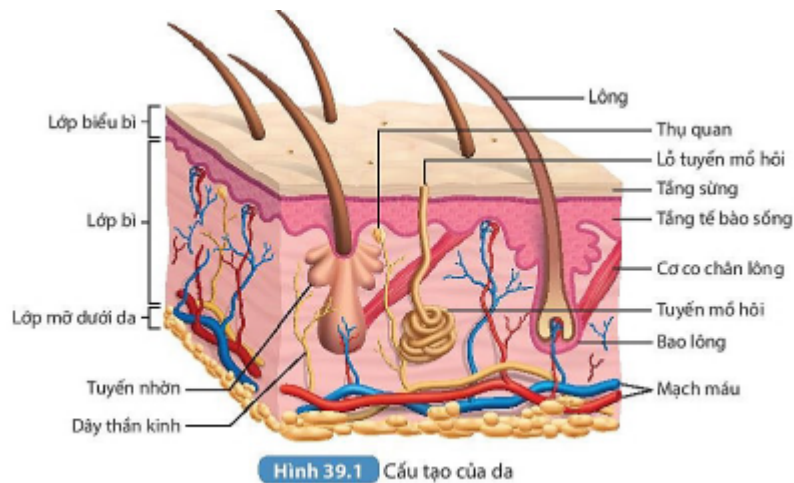
a) Mục tiêu:

- HS liên hệ được kiến thức bài học để trả lời một số câu hỏi thực tế.

b) Nội dung:

- Dựa vào kiến thức đã học trả lời các câu hỏi sau:

Câu 1. Quan sát Hình 39.1, em hãy xác định các thành phần của lớp biểu bì, lớp bì và lớp mỡ dưới da.



Hình 39.1 Cấu tạo của da

Câu 2. Nêu chức năng các thành phần của da

Câu 3. Vì sao nói giữ gìn vệ sinh môi trường cũng là một biện pháp bảo vệ da?

Câu 4. Vận dụng những hiểu biết về da, nêu các biện pháp chăm sóc, bảo vệ và trang điểm da an toàn.

Câu 5. Em hãy tìm hiểu một số thành tựu ghép da trong y học.

Câu 6. Đọc giá trị đo thân nhiệt của bản thân và nhận xét về giá trị đo.

Câu 7. Cho biết ý nghĩa của việc đo thân nhiệt.

Câu 8. Duy trì ổn định thân nhiệt ở người có vai trò gì? Nêu các cơ chế duy trì thân nhiệt.

Câu 9. Trình bày vai trò của da và hệ thần kinh trong điều hoà thân nhiệt.

Câu 10. Cho những hoạt động sau: trồng cây xanh, chống nóng cho nhà ở, sử dụng quạt, mặc áo ấm, luyện tập thể dục, thể thao, sử dụng điều hoà hai chiều. Hoạt động nào có vai trò chống nóng, hoạt động nào có vai trò chống lạnh cho cơ thể?

Câu 11. Thảo luận theo nhóm về cách xử lý tình huống khi gặp một người bị say nắng (cảm nóng) và một người bị cảm lạnh

c) Sản phẩm:

- Các câu trả lời của HS.

Câu 1. Quan sát Hình 39.1, em hãy xác định các thành phần của lớp biểu bì, lớp bì và lớp mỡ dưới da.

Lời giải.

- Lớp biểu bì: Tầng sừng, tầng tế bào sống.

- Lớp bì: Thụ quan, tuyến nhờn, cơ co chân lông, lông và bao lông, tuyến mồ hôi, dây thần kinh, mạch máu.

- Lớp mỡ dưới da: Lớp mỡ.

Câu 2. Nêu chức năng các thành phần của da

Lời giải.

- Lớp biểu bì: tác dụng duy trì tiết mồ hôi, bã nhờn để da mềm mại, chống lại vi khuẩn và nấm từ bên ngoài.

- Lớp bì: giúp giảm sự tác động từ bên ngoài và làm lành vết thương, giúp nuôi dưỡng biểu bì, loại bỏ chất thải.

- Lớp mỡ dưới da: 1 lớp đệm để bảo vệ cơ và xương khỏi tác động của các cú va chạm từ bên ngoài như ngã, va đập,... đóng vai trò như 1 lối đi cho các dây thần kinh, mạch máu giữa da và cơ

Câu 3. Vì sao nói giữ gìn vệ sinh môi trường cũng là một biện pháp bảo vệ da?

Lời giải. Giữ gìn vệ sinh môi trường cũng là một biện pháp bảo vệ da vì khi giữ môi trường trong sạch sẽ làm giảm bụi bẩn, chất gây kích ứng da, giảm vi khuẩn, bụi bẩn và nấm từ bên ngoài bám vào da.

Câu 4. Vận dụng những hiểu biết về da, nêu các biện pháp chăm sóc, bảo vệ và trang điểm da an toàn.

Lời giải.

- + Tránh làm da bị tổn thương
- + Vệ sinh cơ thể sạch sẽ
- + Tránh để da tiếp xúc ánh nắng gay gắt
- + Không lạm dụng mỹ phẩm
- + Vệ sinh da sạch sẽ sau khi trang điểm

Câu 5. Em hãy tìm hiểu một số thành tựu ghép da trong y học.

Lời giải.

- Năm 2015, các bác sĩ Bệnh viện Nhi Philadelphia, Mỹ (CHP) đã làm nên kỳ tích, cấy ghép thành công hai bàn tay và cẳng tay cho bé trai 8 tuổi Zion Harvey. Với sự thành công này Zion, ở Baltimore, Maryland trở thành bệnh nhân nhỏ tuổi nhất trên thế giới được cấy ghép hai cánh tay do bị nhiễm trùng dẫn đến hoại tử khi mới 2 tuổi. Ca phẫu thuật được tiến hành hồi đầu tháng 7/2015, kéo dài 10 tiếng đồng hồ tại Bệnh viện CHP bằng cách gắn xương, mạch máu, dây thần kinh và gân tay từ vật liệu do Gift of Life Program, một tổ chức phi Chính phủ hiến tặng.

- Vừa qua, Bệnh viện huyện Bình Chánh đã thực hiện ghép da thành công cho một bệnh nhân có vết thương bỏng do lửa độ II, độ III diện tích khoảng 200cm² nơi vai, ngực trái nhiễm trùng, hoại tử. Sáng ngày 10/03/2023, tại phòng khám Ngoại Tổng hợp Bệnh viện huyện Bình Chánh, bệnh nhân được Bác sĩ tiếp nhận và thăm khám với chẩn đoán bỏng độ II, III vai, ngực trái, nhiễm trùng. Bệnh nhân được chỉ định nhập viện điều trị. Theo thông tin ban đầu của người nhà, ông P.V.C 69 tuổi, cư ngụ ấp 2, xã Tân Nhựt, huyện Bình Chánh, có tiền sử bệnh mạn tính, trong một lần tự bật lửa hút thuốc thì không may bị bỏng, người nhà chăm sóc vết thương trong 5 ngày, thấy vết thương ngày càng nặng và có dấu hiệu nhiễm trùng, lúc này người nhà đưa ông đến Bệnh viện huyện Bình Chánh để khám vết thương.

Câu 6. Đọc giá trị đo thân nhiệt của bản thân và nhận xét về giá trị đo.

Lời giải.

- Phạm vi bình thường cho nhiệt độ cơ thể là từ 36°C - 37,5°C

- Nếu nhiệt độ cơ thể thấp là triệu chứng duy nhất, thì đó không phải là điều đáng lo ngại. Tuy nhiên, nếu nhiệt độ cơ thể thấp xảy ra với các triệu chứng khác, chẳng hạn như ớn lạnh, run rẩy, khó thở hoặc nhầm lẫn, thì có thể đây là dấu hiệu của một số bệnh nghiêm trọng như bệnh tiểu đường hoặc tuyến giáp,... Nhiệt độ cơ thể cao hơn có thể đang bị sốt, ốm, say nắng,...

Câu 7. Cho biết ý nghĩa của việc đo thân nhiệt.

Lời giải. Đo nhiệt độ cơ thể giúp bạn theo dõi được tình trạng sức khỏe bản thân, từ đó có những điều trị kịp thời khi gặp tình trạng sốt, và có thể làm giảm nguy cơ của các biến chứng có thể xảy ra.

Câu 8. Duy trì ổn định thân nhiệt ở người có vai trò gì? Nêu các cơ chế duy trì thân nhiệt.

Lời giải.

- Thân nhiệt duy trì ổn định giúp các quá trình sống trong cơ thể diễn ra bình thường. Nếu thân nhiệt dưới 35°C hoặc trên 38°C thì tim, hệ thần kinh và các cơ quan khác có thể bị rối loạn, ảnh hưởng đến các hoạt động sống của cơ thể.

- Cơ chế điều hoà thân nhiệt: Da có vai trò quan trọng nhất trong điều hoà thân nhiệt. Nếu nhiệt độ môi trường hay thân nhiệt tăng cao, não sẽ gửi tín hiệu đến mao mạch và tuyến mồ hôi nằm ở da, kích thích sự giãn mạch và tăng tiết mồ hôi, tăng toả nhiệt. Khi nhiệt độ môi trường thấp hoặc thân nhiệt giảm sẽ có các phản ứng ngược lại làm giảm toả nhiệt. Ngoài ra, khi trời quá lạnh còn có hiện tượng cơ co và giãn liên tục gây phản xạ run, tăng quá trình phân giải các chất ở tế bào để điều tiết sự sinh nhiệt.

Câu 9. Trình bày vai trò của da và hệ thần kinh trong điều hoà thân nhiệt.

Lời giải.

- Da là cơ quan đóng vai trò quan trọng nhất trong điều hoà thân nhiệt: Khi trời nóng và khi lao động nặng, mao mạch ở da giãn giúp toả nhiệt nhanh, đồng thời tăng cường tiết mồ hôi, mồ hôi bay hơi sẽ lấy đi một lượng nhiệt của cơ thể. Khi trời rét, mao mạch ở da co lại, cơ chân lông co để giảm sự toả nhiệt. Ngoài ra, khi trời quá lạnh, còn có hiện tượng cơ co giãn liên tục gây phản xạ run để sinh nhiệt.

- Hệ thần kinh giữ vai trò chủ đạo trong điều hoà thân nhiệt vì điều hoà dị hóa ở tế bào tức điều hoà sự sinh nhiệt, điều hoà co giãn mạch máu dưới da, điều khiển tăng giảm tiết mồ hôi, co duỗi chân lông, từ đó điều tiết sự toả nhiệt.

Câu 10. Cho những hoạt động sau: trồng cây xanh, chống nóng cho nhà ở, sử dụng quạt, mặc áo ấm, luyện tập thể dục, thể thao, sử dụng điều hoà hai chiều. Hoạt động nào có vai trò chống nóng, hoạt động nào có vai trò chống lạnh cho cơ thể?

Lời giải.

- Hoạt động chống nóng
 - + Trồng cây xanh
 - + Chống nóng cho nhà ở
 - + Sử dụng quạt
 - + Sử dụng điều hoà hai chiều
- Hoạt động chống lạnh
 - + Trồng cây xanh
 - + Mặc áo ấm
 - + Luyện tập thể dục, thể thao
 - + Sử dụng điều hoà hai chiều

Câu 11. Thảo luận theo nhóm về cách xử lý tình huống khi gặp một người bị say nắng (cảm nóng) và một người bị cảm lạnh

Lời giải.

Khi gặp một người bị say nắng (cảm nóng)

Trước một trường hợp say nắng, say nóng, cần nhanh chóng tiến hành sơ cứu ngay lập tức trước khi chưa có sự hỗ trợ của nhân viên y tế:

- + Chuyển bệnh nhân vào chỗ mát và thoáng gió.
- + Cởi bỏ bớt quần áo. Cho uống nước pha muối.
- + Chườm lạnh bằng khăn mát hoặc nước đá ở các vị trí có động mạch lớn như nách, bẹn, cổ.
- + Chuyển nạn nhân đến cơ sở y tế gần nhất. Trong quá trình vận chuyển vẫn phải chườm mát cho nạn nhân.

Chú ý: Nếu nạn nhân hôn mê không uống được nước hoặc nôn liên tục, sốt tăng liên tục, kèm các triệu chứng đau bụng, đau ngực, khó thở thì phải nhanh chóng chuyển nạn nhân đến cơ sở y tế gần nhất. Trong quá trình vận chuyển vẫn thường xuyên chườm mát cho nạn nhân.

Khi gặp một người bị cảm lạnh

Khi phát hiện người bị cảm lạnh, ta cần đưa ngay vào chỗ ấm, không có gió lùa, thoáng khí, đắp chăn chống lạnh, xoa dầu nóng khắp người, có khi còn phải đốt lửa để sưởi ấm. Sau đó, cần nhanh chóng lấy củ gừng tươi cạo sạch vỏ, giã nát, vắt lấy nước, hòa nước sôi và ít đường cho uống nóng, lấy bã xào với rượu mạnh xoa khắp người rồi đắp chăn chống lạnh, theo dõi mạch, nhiệt độ, huyết áp thường xuyên. Khi thấy môi hồng, người nóng lên là khỏi.

Trường hợp cảm tả phải cho uống ngay nước chè, đường, gừng đến khi thấy bụng nóng nên là hết đi ngoài. Khi bị nhức đầu do cảm lạnh dầm mưa, cho uống nước gừng tươi và chanh ngày 2 lần là khỏi.

d) Tổ chức thực hiện:

Hoạt động của giáo viên và học sinh	Nội dung
Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập - GV yêu cầu HS vận dụng kiến thức đã học, hoạt động cặp đôi và trả lời câu hỏi sau: - HS tiếp nhận nhiệm vụ học tập. Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập - HS thực hiện theo nhóm làm ra sản phẩm và trả lời câu hỏi (Nếu không đủ thời gian, GV sẽ giao về nhà). Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận - GV mời một số HS đưa ra câu trả lời. Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ - GV nhận xét, góp ý và kết thúc bài học.	- Các câu trả lời của HS.

IV. HƯỚNG DẪN VỀ NHÀ

- Ôn lại kiến thức đã học.
- Làm bài tập trong Sách bài tập.
- Đọc và tìm hiểu trước *Bài 40: Sinh sản ở người*