**BÀI 34: HỆ HÔ HẤP Ở NGƯỜI**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức**

Sau bài học này, HS sẽ:

- [Nêu được cấu tạo và chức năng của hệ hố hấp; nêu được chức năng của mỗi cơ quan](https://blogtailieu.com/?p=21647) và sự phối hợp các cơ quan thể hiện chức năng của cả hệ hô hấp.

- Nêu được một số bệnh về phổi, đường hô hấp và cách phòng chống; vận dụng được hiểu biết về hô hấp để bảo vệ bản thần và gia đình.

- Trình bày được vai trò của việc chống ô nhiễm không khí liên quan đến các bệnh về hô hấp.

- Điều tra được một số bệnh về đường hô hấp trong trường học hoặc tại địa phương, nêu được nguyên nhân và cách phòng chống.

- Thực hiện được tình huống giả định hô hấp nhân tạo, cấp cứu người đuối nước, thiết kế được áp phích tuyên truyền không hút thuốc lá; đưa ra được quan điểm nên hay không nên hút thuốc lá và kinh doanh thuốc lá.

**2. Năng lực**

**Năng lực chung:**

*- Năng lực tự chủ và tự học:* Chủ động, tích cực tìm hiểu vể cấu tạo và chức năng của hệ hô hấp; nêu được chức năng của mỗi cơ quan và sự phối hợp các cơ quan thể hiện chức năng của cả hệ hô hấp. Chủ động tìm hiểu thông tin, quan sát các video một số bệnh về phổi, đường hô hấp và cách phòng tránh bệnh. Vận dụng được hiểu biết về hô hấp để bảo vệ bản thân và gia đình.

*- Năng lực giao tiếp và hợp tác:* Sử dụng ngôn ngữ nói, ngôn ngữ viết một cách khoa học để diễn đạt về cấu tạo và chức năng của hệ hô hấp; nêu được chức năng của mỗi cơ quan và sự phối hợp các cơ quan thể hiện chức năng của cả hệ hô hấp. Hoạt động nhóm một cách hiệu quả theo đúng yêu cẩu của GV, đảm bảo các thành viên trong nhóm đều tham gia và trình bày ý kiến khi thực hiện các nhiệm vụ được giao trong quá trình học tập.

*- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thảo* luận với các thành viên trong nhóm nhằm giải quyết các vấn đề trong bài học để hoàn thành nhiệm vụ học tập và thực hành.

**Năng lực riêng**

*- Năng lực nhận thức khoa học tự nhiên:* [Nêu được cấu tạo và chức năng của hệ hố hấp; nêu được chức năng của mỗi cơ quan](https://blogtailieu.com/?p=21647) và sự phối hợp các cơ quan thể hiện chức năng của cả hệ hô hấp. Nêu được một số bệnh về phổi, đường hô hấp và cách phòng chống; vận dụng được hiểu biết về hô hấp để bảo vệ bản thần và gia đình. Trình bày được vai trò của việc chống ô nhiễm không khí liên quan đến các bệnh về hô hấp.

- *Năng lực tìm tòi, khám phá thế giới tự nhiên:* Thực hành: Điều tra được một số bệnh về đường hô hấp trong trường học hoặc tại địa phương. Thực hiện được tình huống giả định hô hấp nhân tạo, cấp cứu người đuối nước.

*- Năng lực vận dụng kiến thức, kĩ năng đã học:* Vận dụng kiến thức đã học để thiết kế được áp phích tuyên truyền không hút thuốc lá; đưa ra được quan điểm nên hay không nên hút thuốc lá và kinh doanh thuốc lá.

3. Phẩm chất

- Tham gia tích cực các hoạt động nhóm phù hợp với khả năng của bản thân.

- Cẩn thận, trung thực, trách nhiệm trong thực hiện các yêu cầu của GV trong bài học.

- Có niềm say mê, hứng thú với việc khám phá vể các dạng tập tính và ứng dụng tập tính trong học tập và thói quen sinh hoạt hằng ngày một cách khoa học.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

- Tranh hình Tranh ảnh hoặc video về cấu tạo hệ hô hấp ở người.

- Tranh ảnh hoặc video về tác hại của khói thuốc lá đối với con người.

- Tranh mô tả các thao tác hô hấp nhân tạo, cấp cứu người đuối nước.

- Máy chiếu.

- Bảng phụ, bút dạ, các tấm bìa ghi thông tin trong hđ của PHT số 1.

- Phiếu học tập:

**2. Đối với học sinh.**

- Đồ dùng học tập.

- Phiếu học tập GV yêu cầu chuẩn bị theo nhóm.

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

**1. HOẠT ĐỘNG 1. KHỞI ĐỘNG (MỞ ĐẦU)**

**a. Mục tiêu:** Gây hứng thú cho học sinh.Kích thích cho HS suy nghĩ, tìm kiếm và chọn lọc thông tin để trả lòi câu hỏi trong hoạt động.

**b. Tổ chức thực hiện:**

**Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**

**-** GV yêu cầu HS nhắc lại vai trò của hệ hô hấp đối với cơ thể người.

**Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:**

HS dựa vào kiến thức đã học về hệ hô hấp ở cấp tiểu học để trả lời.

**Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**

HS trả lời đúng và nhanh nhất sẽ được cho điểm.

**Bước 4: Kết luận và nhận xét:**

GV nhận xét, đánh giá và dẫn vào bài:

*“Hệ hô hấp giúp cơ thể lấy khí Oxygen (O2) và thải khí Carbon dioxide (CO2) ra khỏi cơ thể. Quá trình này sẽ giải phóng năng lượng cung cấp cho các hoạt động sống của cơ thể. Vậy việc lấy khí Oxygen (O2) từ môi trường và thải khí Carbon dioxide (CO2) ra khỏi cơ thể được thực hiện như thế nào?”*

Để có được câu trả lời đầy đủ và chính xác nhất cho câu hỏi này, chúng ta sẽ cùng đi tìm hiểu **Bài 33: Hệ hô hấp ở người.**

**2. HOẠT ĐỘNG 2. HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI**

***Hoạt động 2.1: Tìm hiểu về cấu tạo và chức năng của hệ hô hấp***

**a. Mục tiêu:**

- [Nêu được cấu tạo và chức năng của hệ hố hấp; nêu được chức năng của mỗi cơ quan](https://blogtailieu.com/?p=21647) và sự phối hợp các cơ quan thể hiện chức năng của cả hệ hô hấp.

**b. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV VÀ HS** | **NỘI DUNG DỰ KIẾN** |
|  | **I. Cấu tạo và chức năng của hệ hô hấp** |
| **Hoạt động tìm hiểu: Cấu tạo của hệ hô hấp** |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**- GV đưa ra các câu hỏi yêu cầu HS quan sát tranh hình 34.1 trong SGK để trả lời:*Em hãy nêu tên các cơ quan của hệ hô hấp*- GV tổ chức cho HS hoạt động nhóm: thảo luận nhóm (4 phút ) để lựa chọn các thông tin trên thẻ và hoàn thành bảng trong PHT.- GV mở rộng:+ Phổi được bao bọc bởi 2 lớp màng, màng ngoài dính với xương sườn gọi là lá thành, màng trong dính với phổi gọi là lá tạng. hai lớp màng này tham gia vào cử động hô hấp.+ Lá phổi phải có cấu tạo gồm 3 thùy, lá phổi trái có cấu tạo gồm 2 thùy do bên trá còn chừa chỗ cho quả tim.+ Thông tin về thanh quản và chức năng phát ra âm thanh của thanh quản.- GV đưa ra câu hỏi vận dụng: *Tại sao ta nên thở bằng mũi, không nên thở bàng miệng nhất là vào mùa đông?***\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:**+ HS tìm hiểu thông tin trong SGK kết hợp với những tranh hình và gợi ý của GV để trả lời các câu hỏi và hoàn thành nội dung bảng.+ GV: quan sát và hỗ trợ khi cần thiết.**\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**Nhóm hoàn thành nhanh nhất sẽ trình bày nội dung thảo luận của nhóm mình, các nhóm khác theo dõi, bổ sung (nếu có) và trao đổi chéo bài làm để chấm chéo.**\* Bước 4: Kết luận, nhận định:**GV chính xác hóa và gọi 1 học sinh nhắc lại kiến thức. | **1. Cấu tạo của hệ hô hấp**- Hệ hô hấp ở người gồm: đường dẫn khí và phổi |
| **Hoạt động tìm hiểu: Chức năng của hệ hô hấp** |
| **Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ**- GV dựa trên nội dung bảng đã hoàn thành ở hoạt động 1, yêu cầu HS rút ra chức năng của hệ hô hấp. Sau đó trả lời câu hỏi sau:*1. Sự thông khí ở phổi diễn ra nhờ hoạt động nào?**2. Những cơ quan nào sẽ tham gia vào cử động hô hấp?*- GV yêu cầu HS quan sát tranh hình 34.2 và thảo luận trong bàn để hoàn thành PHT số 2: mô tả hoạt động của cơ, xương và sự thay đổi thể tích lồng ngực khi cử động hô hấp.- GV mở rộng thông tin về dung tích sống và dung tích sống gắng sức cho HS.- GV chiếu video về cử động hô hấp để HS đối chiếu với kết quả thảo luận ở PHT số 2. Sau đó GV nhận xét và cho điểm.*3. Dựa vào thông tin trong video và quan sát hình 34.3, em hãy mô tả sự trao đổi khí ở phổi và ở tế bào?**4. Trình bày sự phối hợp chức năng của mỗi cơ quan thể hiện chức năng của cả hệ hô hấp?*- GV tổ chức cho HS chơi trò chơi để củng cố kiến thức.- GV hướng dẫn HS chuẩn bị cho tiết học sau: Đọc trước phần II – Một số bệnh về phổi, đường hô hấp. Chuẩn bị bài theo nhóm: Nhóm 1: tìm hiểu bệnh viêm đường hô hấp Nhóm 2: tìm hiểu bệnh viêm phổi. Nhóm 3: tìm hiểu bệnh lao phổi Nhóm 4: tìm hiểu về thuốc lá và tác hại của khói thuộc lá.Nhóm 1,2,3 tìm hiểu các bệnh theo mẫu phiếu điều tra sau:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tên bệnh | Nguyên nhân | Triệu chứng | Biện pháp phòng tránh |
|  |  |  |  |

**\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:**HS tìm hiểu thông tin trong SGK kết hợp với những tranh hình và gợi ý của GV để trả lười các câu hỏi và hoàn thành nội dung bảng.**\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**Nhóm hoàn thành nhanh nhất sẽ trình bày nội dung thảo luận của nhóm mình, các nhóm khác theo dõi và nhận xét.**\* Bước 4: Kết luận, nhận định:**GV chính xác hóa và gọi 1 học sinh nhắc lại kiến thức | **2. Chức năng của hệ hô hấp**- Chức năng của hệ hô hấp+ Đường dẫn khí bao gồm: mũi (có lớp niêm mạc tiết nhầy, lông mũi và mao mạch dày đặc), họng, thanh quản (có nắp thanh quản), khí quản (có lớp niêm mạc tiết chất nhầy với nhiều lòng rung chuyển động liên tục), phế quản và tiểu phế quản.+ Cơ quan trao đổi khí là hai lá phổi gồm nhiều phế nang (là nơi diễn ra quá trình trao đổi khí) được bao bọc bởi hệ thống mạch máu dày đặc giúp quá trình trao đổi khi diễn ra dễ dàng.+ Sự phối hợp của đường dẫn khí và phổi đảm bảo chức năng lưu thông và trao đổi khí của hệ hô hấp.- Sự phối hợp chức năng của các cơ quan trong hệ hô hấp:+ Cử động hô hấp (hít vào, thở ra) làm tăng hoặc giảm thể tích lồng ngực để thông khí vào phổi.+ Phổi và các tế bào trong cơ thể trao đổi khí theo cơ chế khuếch tán. |

***Hoạt động 2.2: Tìm hiểu một số bệnh về phổi, đường hô hấp***

**a. Mục tiêu**

- Nêu được một số bệnh về phổi, đường hô hấp và cách phòng chống; vận dụng được hiểu biết về hô hấp để bảo vệ bản thần và gia đình.

- Trình bày được vai trò của việc chống ô nhiễm không khí liên quan đến các bệnh về hô hấp.

- Điều tra được một số bệnh về đường hô hấp trong trường học hoặc tại địa phương, nêu được nguyên nhân và cách phòng chống.

**b. Tổ chức thực hiện**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV VÀ HS** | **NỘI DUNG DỰ KIẾN** |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**- GV tổ chức cho HS báo cáo nội dung đã chuẩn bị ở nhà:Nhóm 1: tìm hiểu bệnh viêm đường hô hấpNhóm 2: tìm hiểu bệnh viêm phổi.Nhóm 3: tìm hiểu bệnh lao phổi Yêu cầu các nhóm khác theo dõi nội dung và đưa ra các câu hỏi thắc mắc.- GV nhận xét sự chuẩn bị và phần báo cáo của các nhóm.- GV mở rộng: một số bệnh khác thường gặp+ Covid 19+ Viêm phế quản.+ Viêm amidan.**\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:** + HS: Suy nghĩ, tham khảo SGK và xem video trả lời câu hỏi+ GV: quan sát và trợ giúp các nhóm.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**+ HS: Đại diện các nhóm báo cáo.+ Các nhóm nhận xét, bổ sung cho nhau.**\* Bước 4: Kết luận, nhận định:**GV chính xác hóa và gọi 1 học sinh nhắc lại kiến thức | **III. Một số bệnh về phổi, đường hô hấp**Một số cơ quan của hệ hô hấp tiếp xúc trực tiếp với môi trường nên dễ mắc các bệnh về phổi như: viêm đường hô hấp, viêm phổi, lao phổi…- Các bệnh về phổi, đường hô hấp như viêm đường hô hấp, viêm phổi có thể gây ảnh hưởng đến chức năng của hệ hô hấp và gây ra các triệu chứng như khó thở, đau ngực, sốt, mệt mỏi.- Nguyên nhân gây bệnh: Không khí bị ô nhiễm, có chứa vi sinh vật hoặc các chất có hại: bụi, các chất và khí độc hại (Nitơ ôxit (NOx), Lưu huỳnh ôxit (SOx), Cacbon ôxit (CO)…), vi sinh vật gây bệnh; **Vi khuẩn, virus gây bệnh; Nấm…**- Biện pháp phòng chống: + Đeo khẩu trang, tránh những nơi có khói thuốc lá.+ Giữ vệ sinh cơ thể và môi trường.+ Giữ ấm đường hô hấp.+ Hạn chế tiếp xúc với bệnh nhân lao.+ Tiêm vacxin phòng bệnh lao.+ Ăn uống đủ chất, tập thể dục thường xuyên để tăng cường hệ miễn dịch.+ Trồng nhiều cây xanh. |

***Hoạt động 2.3: Tìm hiểu về thuốc lá và tác hại của khói thuốc lá***

**a. Mục tiêu:**

- Thiết kế được áp phích tuyên truyền không hút thuốc lá; đưa ra được quan điểm nên hay không nên hút thuốc lá và kinh doanh thuốc lá.

**b. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV VÀ HS** | **NỘI DUNG DỰ KIẾN** |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**- GV tổ chức cho nhóm 4 báo cáo nội dung chuẩn bị về thuốc lá và tác hại của khói thuốc lá. Sau đó các nhóm thảo luận và đưa ra quan điểm *Nên hay không nên hút thuốc lá và kinh doanh thuốc lá***?**- GV liên hệ với việc HS sử dụng thuốc lá và thuốc lá điện tử. Từ đó đưa ra thông điệp. **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:** + HS: Suy nghĩ, tham khảo SGK và trả lời câu hỏi+ GV: quan sát và trợ giúp.**\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**+ HS: Đại diện các nhóm báo cáo.+ Các nhóm nhận xét, bổ sung cho nhau.**\* Bước 4: Kết luận, nhận định:**GV chính xác hóa và gọi 1 học sinh nhắc lại kiến thức   | **III. Thuốc lá và tác hại của khói thuốc lá**- Tác hại của khói thuốc lá: Khói thuốc lá chứa nhiều chất độc có hại cho hệ hô hấp như khí CO, khí NO, nicotine,...- Các biểu hiện của tác hại: CO chiếm chỗ của O, trong hồng cầu, làm cho cơ thể ở trạng thái thiếu O, NO gây viêm, sưng lớp niêm mạc, cần trở trao đổi khi. Nồng độ khí CO và NO, trong khống khi vượt quá giới hạn cho phép gây nguy hiểm đến sức khoẻ, có thể dẫn đến tử vong. Nicotine làm tê liệt lớp lông rung trong phế quản, giảm hiệu quả lọc sạch không khí, chất này còn làm tăng nguy cơ ung thư phổi.- Biện pháp phòng chống: Tuyệt đối không hút thuốc lá, hạn chế tiếp xúc với khói thuốc lá của người khác, tăng cường vận động, ăn uống đầy đủ dinh dưỡng. |

***Hoạt động 2.4: Tìm hiểu thực hành: Hô hấp nhân tạo, cấp cứu đuối nước***

**a. Mục tiêu:**

- Thực hiện các tình huống giả định hô hấp nhân tạo, cấp cứu người đuối nước.

**b. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV VÀ HS** | **NỘI DUNG DỰ KIẾN** |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**- GV giới thiệu mục tiêu của tiết học.- GV giới thiệu kiến thức:**Hô hấp nhân tạo tiếng anh** là artificial respiration, đây là phương pháp hỗ trợ người không còn khả năng tự thở vì nguyên nhân nào đó. [**Phương pháp hô hấp nhân tạo**](https://www.vinmec.com/vi/tin-tuc/thong-tin-suc-khoe/suc-khoe-tong-quat/phuong-phap-ho-hap-nhan-tao-khi-bi-dien-giat/) có mục đích là làm cho không khí ở ngoài vào phổi và không khí ở trong phổi ra ngoài để cung cấp oxy cho người bệnh.Ngừng thở là một cấp cứu khẩn cấp vì bệnh nhân không tự hô hấp được dẫn đến thiếu oxy cung cấp cho các tế bào, trong đó quan trọng nhất chính là thiếu oxy cho các tế bào thần kinh và dẫn đến [**chết não**](https://www.vinmec.com/vi/tin-tuc/thong-tin-suc-khoe/suc-khoe-tong-quat/nhu-nao-la-chet-nao/?link_type=related_posts)**.****Phương pháp hô hấp nhân tạo** bắt buộc phải thực hiện ngay lập tức khi người bệnh [**ngừng thở**](https://www.vinmec.com/vi/benh/ngung-tho-khi-ngu-4887/), thực hiện ngay tại nơi nạn nhân bị thương hoặc tai nạn trước khi nghĩ đến việc đưa đến các cơ sở y tế. Điều này giúp tăng khả năng cứu sống bệnh nhân.- GV đưa ra câu hỏi:*Khi gặp trường hợp có người bị đuối nước, em cần phải làm gì ?*- GV hướng dẫn các bước hô hấp nhân tạo và ấn lồng ngực.- GV tổ chức cho HS thực hành và trả lời câu hỏi vào PHT số 3:*1. Nêu ý nghĩa của việc bịt mũi nạn nhân trong phương pháp hà hơi thổi ngạt?**2. Nêu ý nghĩa của việc dùng tay ấn vào lồng ngực trong phương pháp ấn lồng ngực?*- GV lưu ý cho HS:+ Nếu miệng nạn nhân bị cứng khó mở, có thể dùng tay bịt miệng và thổi bằng mũi. + Nếu tim nạn nhân đồng thời ngừng đập, có thể vừa thổi ngạt vừa xoa bóp tim.+ Khi làm xoa bóp tim ngoài lồng ngực, cần chú ý không quá mạnh bạo vì có thể làm gãy xương sườn nạn nhân (2 lần hà hơi, 30 lần ép tim).- GV đánh giá và cho điểm các nhóm.- GV mở rộng về những biện pháp phòng chống đuối nước.**\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:** + HS: Suy nghĩ, quan sát và xem video trả lời câu hỏi+ GV: Hướng dẫn các bước hô hấp nhân tạo và ấn lồng ngực quan sát và trợ giúp các nhóm.  + HS thực hiện dưới sự hướng dẫn của GV.**\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**+ HS: Các nhóm thao tác thực hành.+ Các nhóm nhận xét, bổ sung cho nhau.**\* Bước 4: Kết luận, nhận định:**GV nhận xét thao tác từng nhóm và nhấn mạnh một số lưu ý. | **IV. Thực hành: Hô hấp nhân tạo, cấp cứu đuối nước**- Phương pháp hà hơi thổi ngạt- Phương pháp ấn lồng ngực |

**3. HOẠT ĐỘNG 3. LUYỆN TẬP**

**a. Mục tiêu**: Củng cố, luyện tập kiến thức vừa học

**b. Tổ chức thực hiện:**

- GV yêu cầu HS tóm tắt nội dung đã học dưới dạng sơ đồ tư duy

***SƠ ĐỒ TƯ DUY***

**D. HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG**

**a. Mục tiêu**: Vận dụng các kiến thức vừa học quyết các vấn đề học tập và thực tiễn.

**b. Tổ chức thực hiện:**

GV chia lớp thành nhiều nhóm (mỗi nhóm gồm các HS trong 1 bàn) và giao các nhiệm vụ: thảo luận trả lời các câu hỏi sau và ghi chép lại câu trả lời vào vở bài tập:

1/ Nêu chúc năng của đường dẫn khí và hai lá phổi.

2/ Hây đề xuất các biện pháp bảo vệ hệ hô hấp tránh các tác nhân có hại.

3/ Tại sao trong đường dẫn khí của hệ hô hấp đã có nhũng cấu tróc và cơ chế chống
bụi, bảo vệ phổi nhưng khi lao động hay đi đường vẫn cẩn đeo khẩu trang chống bụi?

- HS dựa vào kiến thúc đã học và hiểu biết của mình để hoàn thành các cầu trả lời

**Cầu 1.** Đường dẫn khí có chức năng dẫn khí ra và vào phổi, ngăn bụi, làm ẩm, làm ấm không khí vào phổi, đổng thời bảo vệ phổi khỏi tác nhân có hại từ môi trường. Phổi thực hiện chức năng trao đổi khí giũa mối trường ngoài và máu trong mao mạch phổi. Sự phối hợp của đường dẫn khí và phổi đảm bảo chúc năng lưu thông và trao đổi khí của hệ hô hấp.

**Câu 2.** Những biện pháp bảo vệ hệ hô hấp tránh khỏi các tác nhân gầy hại như xây dựng môi trường trong sạch trổng nhiều cầy xanh, giũ vệ sinh môi trường; vệ sinh cá nhân sạch sẽ; không hút thuốc lá; hạn chế sử dụng thiết bị có thải khí độc; đeo khẩu trang khi lao động ở nơi có nhiễu bụi, khi đi đường;... (VD)

**Câu 3.** Trong đường dẫn khí của hệ hô hấp đã có nhũng cấu tróc và cơ chế chống bụi, bảo vệ phổi nhưng khi lao động hay đi đường vẫn cẩn đeo khẩu trang chống bụi vì mật độ bụi và các tác nhân khác gầy hại cho hệ hô hấp trên đường phố hay khi đang lao động rất lớn, vượt quá khả năng làm sạch của đường dẫn khí, bởi vậy nên đeo khẩu trang khi đi đường hay khi lao động để hệ hô hấp tránh khỏi các tác nhân gầy hại. (H)

**\* HƯỚNG DẪN VỀ NHÀ:**

- Học nội dung bài.

- Chuẩn bị ở nhà: Đọc nội dung Bài 35: Hệ bài tiết ở người SGK trang 146-149.

**PHỤ LỤC**

**PHIẾU HỌC TẬP 1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tên cơ quan** | **Đặc điểm** | **Chức năng** |
| Mũi  |  |  |
| Họng |  |  |
| Thanh quản |  |  |
| Khí quản |  |  |
| Phế quản và tiểu phế quản |  |  |
| Phế nang |  |  |

***Kết quả phiếu học tập số 1***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cơ quan của hệ hô hấp** | **Đặc điểm** | **Chức năng** |
| Mũi | Có nhiễu lông mủi, lópniêm mạc tiết chất nhầy vàcó lớp mao mạch dày đặc | Ngăn bụi, làm ẩm, làm ấm không khí vào phổi |
| Họng | Có tuyến amidan, là nơi tập trung các tế bào lympho | Tiêu diệt vi khuẩn trong không khí trước khi vào phổi |
| Thanh quản | Có nắp thanh quản | Nắp thanh quản có thể cử động để đậy kín đường hô hấp khi nuốt thúc ăn |
| Khí quản | Có lớp niêm mạc tiết chấtnhầy với nhiều lông rungchuyển động liên tục | Dẫn khí từ ngoài vào phổi, chất nhầy và lông rung giúp đẩy vật lạ ra khỏi đường hô hấp |
| Phế quản và tiểu phếquản | Có dạng ống, chia nhỏ dầnđể đi vào từng phế nang | Dẫn khí vào phổi rổi đến phếnang |
| Phế nang | Được bao bọc bởi hệ thốngmạch máu dày đặc | Nơi diễn ra quá trình trao đổikhí tại phổi |

**PHIẾU HỌC TẬP 2**

|  |  |
| --- | --- |
| **Cử động hô hấp** | **Mô tả hoạt động** |
| Hít vào |  |
| Thở ra |  |

***Kết quả phiếu học tập số 2***

|  |  |
| --- | --- |
| **Cử động hô hấp** | **Mô tả hoạt động** |
| Hít vào | Cơ liên sườn ngoài co 🡪 xương ức và xương sườn được nâng lên 🡪 lồng ngực mở rộng sang 2 bên.Cơ hoành co 🡪 lồng ngực mở rộng thêm về phía dưới, ép xuống khoang bụng. |
| Thở ra | Cơ liên sườn ngoài dãn 🡪 xương sườn được hạ xuống 🡪 lồng ngực thu hẹp lại.Cơ hoành dãn 🡪 lồng ngực thu nhỏ về vị trí cũ. |

**PHIẾU HỌC TẬP 3**

|  |
| --- |
| 1. Nêu ý nghĩa của việc bịt mũi nạn nhân trong phương pháp hà hơi thổi ngạt? …………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………2. Nêu ý nghĩa của việc dùng tay ấn vào lồng ngực trong phương pháp ấn lồng ngực?……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………… |