Ngày soạn: Từ 30.09 -> 06.10.2024

Ngày dạy: Từ 07.10 -> 20.10.2024

**TIẾT 9,10,11**

**BÀI 33. MÁU VÀ HỆ TUẦN HOÀN CỦA CƠ THỂ NGƯỜI**

**(Thời lượng : 3 tiết)**

**I. MỤC TIÊU**

**1. Kiến thức**

- Nêu được chức năng của máu; nêu tên các thành phần của máu và chức năng của mỗi thành phần.

- Nêu được khái niệm nhóm máu; phân tích được vai trò của việc hiểu biết về nhóm máu trong thực tiễn.

- Nêu được khái niệm miễn dịch, kháng nguyên, kháng thể; vai trò của vaccine và tiêm vaccine trong việc phòng bệnh; trình bày được cơ chế miễn dịch trong cơ thể người; giải thích được vì sao con người sống trong môi trường có nhiều vi khuẩn có hại nhưng vẫn có thể sống khỏe mạnh.

- Nêu được một số bệnh về máu, tim mạch và cách phòng chống; vận dụng được hiểu biết về máu và tuần hoàn để bảo vệ bản thân và gia đình.

- Kể tên được các cơ quan của hệ tuần hoàn; nêu được chức năng và sự phối hợp hoạt động của các cơ quan thể hiện chức năng của cả hệ tuần hoàn.

- Thực hiện tình huống giả định cấp cứu người bị chảy máu, tai biến, đột quỵ; thực hiện băng bó vết thương khi bị chảy máu; thực hiện đúng các bước đo huyết áp.

- Thực hiện được dự án, bài tập: Điều tra một số bệnh liên quan đến máu và hệ tuần hoàn; tìm hiểu phong trào hiến máu nhân đạo tại địa phương.

**2. Năng lực**

**Năng lực chung:**

*- Năng lực tự chủ và tự học:* Chủ động, tích cực thực hiện các nhiệm vụ của bản thân.

*- Năng lực giao tiếp và hợp tác:*

+ Chia sẻ và thực hiện đúng nhiệm vụ được phân công trong nhóm.

+ Sử dụng được các khái niệm, thuật ngữ chuyên môn để trình bày các nội dung.

+ Biểu diễn được các cơ chế liên quan đến các cơ chế đông máu, nhóm máu, miễn dịch, vận chuyển máu trên các sơ đồ.

*- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo:* vận dụng các kiến thức một cách linh hoạt để giải quyết các vấn đề trong cuộc sống thông qua các tình huống giả định.

**Năng lực riêng:**

*- Năng lực tìm tòi, khám phá thế giới tự nhiên:* quan sát, phát hiện các đặc điểm liên quan đến cơ chế miễn dịch, đông máu, nhóm máu, các bệnh liên quan đến tuần hoàn máu.

*- Năng lực vận dụng kiến thức, kĩ năng đã học:* giải thích được nguyên nhân, cơ chế gây ra các bệnh liên quan đến máu và hệ tuần hoàn ở người; từ đó có được lưu ý đối với việc phòng tránh bệnh.

**3. Phẩm chất**

- Tích cực hoạt động nhóm, tích cực chủ động tìm tòi phù hợp với năng lực bản thân.

- Trung thực, có trách nhiệm trong nghiên cứu và học tập khoa học tự nhiên.

- Có niềm say mê, hứng thú với việc khám phá, tìm tòi khoa học tự nhiên.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Đối với giáo viên**

- Hình ảnh: các thành phần của máu, kháng nguyên và kháng thể, cơ chê miễn dịch ở người, nhóm máu và truyền máu, hệ tuần hoàn ở người, mạch máu bình thường và mạch máu xơ vữa, sơ cứu chảy máu ở tay, sơ cứu chảy máu,…

- Bảng phụ.

- Phiếu học tập:

- Sơ đồ tư duy về một số bệnh về máu và tim mạch

**2. Đối với học sinh**

- SGK khoa học tự nhiên 8.

- Tranh ảnh, tư liệu có liên quan đến nội dung bài học và dụng cụ học tập.

- Mỗi nhóm cần chuẩn bị: (lớp chia 3 nhóm)

+ Băng gạc: 1 cuộn

+ Gạc: 1 gói

+ Bông y tế: 1 gói

+ Dây cao su hoặc dây vải

+ Vải mềm 10 cm x 30 cm: 1 miếng

+ Cồn iodine: 1 lọ

+ Máy đo huyết áp (huyết áp kế), ống nghe tim phổi

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

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

**a. Mục tiêu:** Tạo sự hào hứng, tập trung chú ý cho HS.

**b. Tổ chức thực hiện:**

**Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**

- GV đặt câu hỏi cho HS: “Một người bị mất máu liên tục sẽ yếu dần và nguy hiểm tính mạng. Máu có vai trò gì đối với cơ thể? Máu lưu thông trong cơ thể như thế nào và tim có vai trò gì trong quá trình đó?”

**Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:**

HS suy nghĩ trả lời câu hỏi mở đầu.

**Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**

Các học sinh phát biểu, nhận xét, đánh giá

**Bước 4: Kết luận và nhận xét:**

GV nhận xét, đánh giá và dẫn vào bài: “Máu có vai trò gì đối với cơ thể? Máu lưu thông trong cơ thể như thế nào và tim có vai trò gì trong quá trình đó?” 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: Máu và hệ tuần hoàn của cơ thể người**

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

***Hoạt động 2.1: Tìm hiểu về máu***

**a. Mục tiêu:**

- Phân tích thành phần của máu.

- Tìm hiểu chức năng các thành phần của máu.

- Tìm hiểu các khái niệm kháng nguyên, kháng thể, miễn dịch, cơ chế miễn dịch.

- Nêu được cơ chế và ứng dụng của vaccine trong phòng tránh bệnh truyền nhiễm.

- Nêu được khái niệm nhóm máu, nguyên tắc xác định nhóm máu trong hệ nhóm máu ABO; từ đó rút ra nguyên tắc truyền máu an toàn.

- Vận dụng giải thích được một số hiện tượng trong thực tiễn: một số bệnh truyền nhiễm nếu đã mắc 1 lần thì thường không mắc lại hoặc mắc lại cũng bị rất nhẹ, tại sao phải truyền đúng nhóm máu, vì sao chảy máu sau một lúc giữ chặt vết thương thì máu có thể ngừng chảy,…

**b. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV VÀ HS** | **NỘI DUNG DỰ KIẾN** |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**  ***Từ tiết học trước:*** Chia học sinh thành 3 nhóm ứng với 3 góc, phân nhóm trưởng:  - Góc 1: Các thành phần của máu  - Góc 2: Miễn dịch và vaccine  - Góc 3: Nhóm máu và truyền máu  Giao các nhóm chuẩn bị trước nội dung ở nhà theo phiếu học tập số 1,2,3  ***Tại lớp:*** Yêu cầu HS di chuyển theo các góc ứng với từng nhóm: mỗi trạm dừng lại và học tập trong 8 phút.  Phát phiếu học tập cho mỗi học sinh.  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:**  + HS: Di chuyển từng góc, theo dõi, ghi chép, hoàn thành phiếu.  Sau khi về nhóm, các bạn của mỗi nhóm tổng hợp kiến thức thu thập được vào phiếu tổng hợp A5 và lên báo cáo:  - Nhóm 2: Các thành phần của máu  - Nhóm 3: Miễn dịch và vaccine  - Nhóm 1: Nhóm máu và truyền máu  + GV: Quan sát và hỗ trợ các nhóm.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**  + GV:Gọi đại diện mỗi nhóm 1 bạn lên trình bày theo phiếu A5 đã chuẩn bị (3 phút mỗi nhóm)  + HS: Đại diện các nhóm báo cáo  + Các nhóm khác nhận xét, bổ sung.  **\* Bước 4: Kết luận, nhận định:**GV chính xác hóa và gọi 1 học sinh nhắc lại kiến thức. | **I. Máu**  **1. Các thành phần của máu**  - Các thành phần của máu:  + Huyết tương chiếm khoảng 55% máu, bao gồm nước và các chất tan. Huyết tương giúp duy trì trạng thái lỏng của máu, vận chuyển chất dinh dưỡng và chất thải trong cơ thể.  + Hồng cầu, bạch cầu và tiểu cầu chiếm khoảng 45% máu. Hồng cầu có chức năng vận chuyển oxygen và carbon dioxide trong máu. Bạch cầu bảo vệ cơ thể, trong khi tiểu cầu tham gia vào cơ chế đông máu.  **2. Miễn dịch và vaccine**  **a. Miễn dịch**  - Kháng nguyên là chất khi xâm nhập vào cơ thể kích thích cơ thể tạo kháng thể.  - Kháng thể là phân tử protein do tế bào lympho B tạo ra để chống lại kháng nguyên.  - Kháng nguyên và kháng thể tương tác theo cơ chế chìa khoá và ổ khoá để tạo phản ứng miễn dịch.  - Tế bào lympho B phân bào và biệt hoá thành tương bảo, tương bảo tạo ra kháng thể để tiêu diệt vi sinh vật hoặc làm bất hoạt độc tổ của chúng.  - Tế bào lympho B nhớ giúp cơ thể có khả năng miễn dịch.  **b. Vaccine**  - Vaccine sử dụng mầm bệnh đã chết hoặc suy yếu để kích thích tế bào bạch cầu tạo ra kháng thể.  - Kháng thể tiếp tục tồn tại trong máu giúp cơ thể miễn dịch với bệnh đã được tiêm vaccine.  **3. Nhóm máu và truyền máu**  **a. Nhóm máu**  - Nhóm máu là nhóm các tế bào hồng cầu được xác định dựa vào các đặc tính kháng nguyên khác nhau.  - Hệ nhóm máu phổ biến nhất là hệ nhóm máu ABO gồm bốn nhóm máu A, B, AB, O.  **b. Truyền máu**  - Trong quá trình truyền máu, để tránh hiện tượng kết dính có thể xảy ra, máu của người cho cần cùng nhóm với máu của người nhận.  - Trong trường hợp không có máu trùng với nhóm máu của người nhận, có thể truyền máu khác nhóm nhưng đảm bảo nguyên tắc không để kháng thể trong máu của người nhận gây kết dính kháng nguyên trong máu được truyền. |

***Hoạt động 2.2: Tìm hiểu về hệ tuần hoàn***

**a. Mục tiêu:**

- Kể tên được các thành phần cấu tạo của hệ tuần hoàn (tim, hệ mạch).

- Vẽ được sơ đồ hệ tuần hoàn ở người.

- Nêu được chức năng của hệ tuần hoàn.

**b. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV VÀ HS** | **NỘI DUNG DỰ KIẾN** |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**  - Lớp vẫn hoạt động theo 3 nhóm như tiết trước  - Phát PHT số 4 (phiếu cá nhân và 1 phiếu nhóm khổ A3)  - Chiếu sơ đồ Hệ tuần hoàn ở người  Yêu cầu: quan sát sơ đồ kết hợp nghiên cứu sách giáo khoa, hoàn thành PHT (6 phút)  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:**   + HS: Suy nghĩ, tham khảo SGK và thảo luận nhóm hoàn thành phiếu học tập.  + 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.  + GV : Thu phiếu học tập của các nhóm.  **\* Bước 4: Kết luận, nhận định:**GV chính xác hóa và gọi 1 học sinh nhắc lại kiến thức | **II. Hệ tuần hoàn**  **1. Cấu tạo của hệ tuần hoàn**  **-** Hệ tuần hoàn gồm tim và hệ mạch.  - Hệ mạch bao gồm động mạch, mao mạch và tĩnh mạch.  **2. Chức năng của hệ tuần hoàn**  - Vận chuyển các chất dinh dưỡng, chất khí và các chất khác đến các tế bào và mô của cơ thể. |

***Hoạt động 2.3: Tìm hiểu một số bệnh về máu và tim mạch***

**a. Mục tiêu:**

- Nêu được khái niệm, nguyên nhân và cách phòng tránh với các bệnh: thiếu máu, huyết áp cao, xơ vữa động mạch.

- Kể tên một số bệnh về hệ tuần hoàn khác thường gặp ở người (huyết áp thấp, máu khó đông, ung thư máu, hở van tim,…).

**b. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV VÀ HS** | **NỘI DUNG DỰ KIẾN** |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**  GV: Phát khung sơ đồ tư duy tìm hiểu một số bệnh về máu và tim mạch (PHT số 3)  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:**  + HS : Suy nghĩ, tham khảo SGK và hoàn thành phiếu học tập.  + GV: Theo dõi HS hoàn thành, hỗ trợ nếu HS có thắc mắc (trong khi đó GV tranh thủ vẽ lại khung sơ đồ lên bảng).  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**  + GV: Gọi 1 HS lên chữa trên sơ đồ trên bảng, các bạn khác theo dõi và chấm chéo cho nhau.  + HS: Đại diện lên trình bày.  + Các HS khác nhận xét, bổ sung cho nhau.  **\* Bước 4: Kết luận, nhận định:**  Giáo viên chữa lại sơ đồ trên bảng, nhận xét và yêu cầu các bạn hoàn thành chấm và chữa chéo cho nhau.  GV chốt lại, chiếu video giới thiệu thêm 1 số bệnh về máu và hệ tuần hoàn khác. | **III. Một số bệnh về máu và tim mạch**  **1. Thiếu máu**  - Tình trạng giảm số lượng hồng cầu hoặc huyết sắc tố (hemoglobin) dẫn đến máu giảm khả năng vận chuyển oxygen trong cơ thể.  - Triệu chứng thường gặp: mệt mỏi, da xanh, tim đập nhanh,...  - Nguyên nhân: chế độ ăn thiếu sắt, chảy máu khi bị thương, kinh nguyệt...  **2. Huyết áp cao**  - Tình trạng tăng huyết áp có nhiều nguyên nhân khác nhau.  - Nguyên nhân có thể là kết quả nhất thời sau khi luyện tập thể dục, thể thao, khi tức giận hay khi bị sốt,...  - Nếu kéo dài, huyết áp cao có thể gây tổn thương cấu trúc thành động mạch và gây ra bệnh huyết áp cao.  - Nguyên nhân khác: chế độ ăn nhiều đường và muối, thức ăn chứa nhiều chất béo,...  **3. Xơ vữa động mạch**  Khi hàm lượng cholesterol trong máu tăng cao sẽ kết hợp với Ca" ngắm vào thành mạch, làm hẹp lòng mạch, mạch bị xơ vữa, dẫn đến tăng huyết áp, giảm dòng máu, tạo thành các cục máu đông dẫn đến tắc mạch. Nguyên nhân có thể do chế độ ăn chưa hợp lí, hút thuốc lá, ít vận động,... |

***Hoạt động 2.4: Thực hành: Thực hiện tình huống giả định cấp cứu người bị chảy máu, tai biến, đột quỵ và đo huyết áp***

**a. Mục tiêu:**

- Thực hiện được tình huống giả định cấp cứu người bị chảy máu, tai biến, đột quỵ

- Thực hiện được các bước đo huyết áp

**b. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV VÀ HS** | **NỘI DUNG DỰ KIẾN** |
|  | **IV. Thực hành: Thực hiện tình huống giả định cấp cứu người bị chảy máu, tai biến, đột quỵ và đo huyết áp** |
| **Hoạt động tìm hiểu: Sơ cứu cầm máu trong các trường hợp giải định** | |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**  GV: Phân chia 3 nhóm như cũ, giao dụng cụ cho mỗi nhóm.  Chiếu hình ảnh các bước, giới thiệu các bước thực hiện.  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:**   + HS: Quan sát video thực hiện các bước theo hướng dẫn.  + GV: quan sát và trợ giúp các nhóm.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**  + GV: Yêu cầu các nhóm mang sản phẩm lên báo cáo.  + HS: Các nhóm khác nhận xét, bổ sung.  **\* Bước 4: Kết luận, nhận định:**  Giáo viên đánh giá, rút kinh nghiệm sản phẩm từng nhóm, có thể cho điểm | **1. Sơ cứu cầm máu trong các trường hợp giả định**  **-** Sơ cứu chảy máu mao mạch và tĩnh mạch  - Sơ cứu chảy máu động mạch cánh tay |
| **Hoạt động tìm hiểu: Sơ cứu đột quỵ** | |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**  + GV yêu cầu HS tìm hiểu biểu hiện của người bị đột quỵ.  + GV giới thiệu các bước sơ cứu người đột quỵ bằng hình ảnh  - B1: Gọi người trợ giúp, gọi cấp cứu 115 hoặc cơ sở y tế gần nhất  - B2: Đặt nạn nhân nằm nghiêng trong lúc chờ cấp cứu để tránh sặc đường thở  - B3: Nới lỏng quần áo, đặc biệt phần cổ và ngực, kiểm tra hô hấp của người bệnh  - B4: Dùng vải mềm, gạc quấn quanh ngón tay trỏ, luồn vào miệng, lau sạch đờm dãi trong miệng người bệnh, đảm bảo thông thoáng đường thở  - B5: Ghi lại thời điểm nạn nhân khởi phát đột quỵ, đơn thuốc nếu có.  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:**   + HS: Quan sát, lắng nghe thực hiện các bước theo hướng dẫn.  + GV: quan sát và trợ giúp các nhóm.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**  + GV: Yêu cầu các nhóm mang sản phẩm lên báo cáo.  + HS: Các nhóm khác nhận xét, bổ sung.  **\* Bước 4: Kết luận, nhận định:**  Giáo viên đánh giá, rút kinh nghiệm sản phẩm từng nhóm, có thể cho điểm. | **2. Sơ cứu đột quỵ** |
| **Hoạt động tìm hiểu: Đo huyết áp** | |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**  + GV giới thiệu về khái niệm huyết áp  + Giao dụng cụ, đồ dùng  + GV: chiếu video hướng dẫn cách đo huyết áp ứng với dụng cụ hiện có, đảm bảo các bước:  - B1: người được đo HA nằm hoặc ngồi, duỗi thẳng cánh tay; người đo xác định vị trí động mạch cánh tay để đặt ống nghe  - B2: Quấn vòng bít quanh vị trí đặt ống nghe  - B3: Vặn chặt núm xoáy và bóp quả bóng cao su để bơm khí đến khi đồng hồ chỉ 160-180 thì dừng lại  - B4: vặn ngược núm xoay để xả hơi, đeo ống nghe để thấy tiếng đập đầu tiên là HA tối đa, bắt đầu k nghe thấy tiếng đập là HA tối thiểu  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:**  + HS: Quan sát, lắng nghe thực hiện các bước theo hướng dẫn.  + GV: quan sát và trợ giúp các nhóm.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**  + GV: Yêu cầu các nhóm mang sản phẩm lên báo cáo.  + HS: Các nhóm khác nhận xét, bổ sung.  **\* Bước 4: Kết luận, nhận định:**  Giáo viên đánh giá, rút kinh nghiệm sản phẩm từng nhóm, có thể cho điểm  ***Tổng kết:*** GV nhấn mạnh vai trò của huyết áp và ý nghĩa của việc đo huyết áp thường xuyên, đặc biệt là những người cao huyết áp. | **3. Đo huyết áp** |

***Hoạt động 2.5: Điều tra một số bệnh về máu, tim mạch và phong trào hiến máu nhân đạo tại địa phương***

**a. Mục tiêu:**

- Điều tra được các bệnh về máu và tim mạch tại địa phương

- Tìm hiểu được phong trào hiến máu nhân đạo tại địa phương

- Hình thành cái nhìn đúng đắn về việc phòng tránh các bệnh tim mạch và ý nghĩa của nghĩa cử cao đẹp hiến máu nhân đạo.

**b. Tổ chức thực hiện:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV VÀ HS** | **NỘI DUNG DỰ KIẾN** |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ:**  GV chiếu 1 video về tình trạng phổ biến của các bệnh về máu và tim mạch hiện nay. Từ đó nêu ra câu hỏi: “Thực trạng đó ở địa phương em như thế nào?”  Chia lớp thành 4 nhóm:  - Nhóm 1: Tìm hiểu bệnh về máu  - Nhóm 2, 3: Tìm hiểu bệnh về tim mạch  - Nhóm 4: Tìm hiểu phong trào hiến máu nhân đạo ở địa phương.  Thời gian hoàn thành dự án: 4 tuần  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ:**  + GV: Hướng dẫn xây dựng dự án: Xác định nhiệm vụ cần tìm hiểu, địa điểm điều tra (cơ sở y tế, xã phường, tổ dân phố, hàng xóm khu dân cư,..)  Xây dựng bảng số liệu theo dõi:  Nhóm 1, 2, 3: Theo bảng 33.2  Nhóm 4: xây dựng bảng số lượng, tỉ lệ người hiến máu, đối tượng hiến (nam, nữ, lứa tuổi),…  + HS: Xây dựng kế hoạch thực hiện dự án, bảng số liệu và thực hiện.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận:**  Thực hiện sau 4 tuần | **IV. Điều tra một số bệnh về máu, tim mạch và phong trào hiến máu nhân đạo tại địa phương**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Tên bệnh | Số lượng người mắc | Nguyên nhân | Biện pháp phòng chống | |  |  |  |  | |

**3. HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP**

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

**b. Tổ chức thực hiện:**

Câu 1**:** Trong máu, huyết tương chiếm tỉ lệ bao nhiêu về thể tích ?

A. 75%  B. 60% C. 45%  D. 55%

Đáp án: D

Câu 2: Vì sao máu nhiễm tác nhân gây bệnh (HIV, virut viêm gan B, virut viêm gan C,…) thì dù có tương thích cũng không nên đem truyền cho người khác ?

A. Vì nếu truyền máu thì người nhận sẽ bị kết dính hồng cầu do các tác nhân gây bệnh kích thích sự ngưng kết trong lòng mạch.

B. Vì nếu truyền máu thì người nhận sẽ bị nhiễm các tác nhân trên và phát sinh những bệnh tương ứng.

C. Vì nếu truyền máu thì người nhận sẽ bị sốc phản vệ cho các tác nhân gây bệnh kể trên xâm nhập vào cơ thể.

Đáp án: B

Câu 3: Nhóm máu mang kháng nguyên A có thể truyền được cho nhóm máu nào dưới đây ?

A. AB B. O C. B D. Tất cả các phương án còn lại

Đáp án: A

Câu 4: Một người được xem là mắc bệnh cao huyết áp khi

A. huyết áp tối thiểu 90 mmHg, huyết áp tối đa > 140 mmHg.

B. huyết áp tối thiểu 120 mmHg, huyết áp tối đa > 160 mmHg.

C. huyết áp tối thiểu 100 mmHg, huyết áp tối đa > 160 mmHg.

D. huyết áp tối thiểu 90 mmHg, huyết áp tối đa > 120 mmHg.

Đáp án: A

Câu 5. Để phòng ngừa các bệnh tim mạch, chúng ta cần lưu ý điều gì ?

A. Thường xuyên vận động và nâng cao dần sức chịu đựng

B. Nói không với rượu, bia, thuốc lá, mỡ, nội tạng động vật và thực phẩm chế biến sẵn

C. Ăn nhiều rau quả tươi, thực phẩm giàu Omega – 3

D. Tất cả các phương án còn lại

Đáp án: D

**4. 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 các thành phần chính của máu.

2/ Trình bày cấu tạo của hệ tuần hoàn và chức năng của hệ tuần hoàn.

3/ Trình bày các bước sơ cứu cầm máu.

4/ Trình bày các bước sơ cứu đột quỵ.

**\* HƯỚNG DẪN VỀ NHÀ:**

- Vẽ sơ đồ tư duy cho bài học để hệ thống lại kiến thức.

- Làm câu hỏi và bài tập trong SGK và SBT.

**PHỤ LỤC**

**PHIẾU HỌC TẬP 1**

**Các thành phần của máu**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thành phần** | **Tỉ lệ** |  | **Đặc tính** | **Chức năng** |
| Huyết tương | 55% | Nước | Lỏng |  |
|  |
| Tế bào máu |  | Hồng cầu | Các tế bào máu, có cấu tạo và chức năng khác nhau |  |
|  |  |
|  |  |

**Đáp án:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thành phần** | **Tỉ lệ** |  | **Đặc tính** | **Chức năng** |
| Huyết tương | 55% | Nước | Lỏng | - Duy trì trạng thái lỏng của máu  - Vận chuyển các chất |
| Các chất tan |
| Tế bào máu | 45% | Hồng cầu | Các tế bào máu | Vận chuyển oxygen và carbon dioxide |
| Bạch cầu | Bảo vệ cơ thể (miễn dịch) |
| Tiểu cầu | Đông máu |

**PHIẾU HỌC TẬP 2**

**Miễn dịch và vaccine**

|  |  |
| --- | --- |
| Kháng nguyên |  |
| Kháng thể |  |
| Cơ chế miễn dịch |  |
| Vaccine |  |

**Đáp án:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Kháng nguyên** | Chất lạ khi xâm nhập vào cơ thể sẽ kích thích cơ thể sản sinh ra kháng thể tương ứng |
| **Kháng thể** | Những phân tử prôtêin do bạch cầu tạo ra để chống lại kháng nguyên tương ứng. |
| **Cơ chế miễn dịch** | Lý thuyết Máu và hệ tuần hoàn của cơ thể người - Khoa học tự nhiên 8 Kết nối  tri thức | SGK Khoa học tự nhiên 8 - Kết nối tri thức |
| **Vaccine** | Là mầm bệnh đã chết hoặc yếu có khả năng kích thích bạch cầu tạo kháng thể. |

**PHIẾU HỌC TẬP 3**

**Nhóm máu và truyền máu:**

|  |  |
| --- | --- |
| Kháng nguyên (hồng cầu) |  |
| Kháng thể (huyết tương) |  |
| Kết dính |  |
| Nhóm máu |  |
| Nhóm máu A |  |
| Nhóm máu B |  |
| Nhóm máu AB |  |
| Nhóm máu O |  |
| Truyền máu |  |

**Đáp án:**

|  |  |
| --- | --- |
| Kháng nguyên (hồng cầu) | Là thành phần có trên bề mặt hồng cầu, có khả năng kết dính với kháng thể tương ứng, gồm 2 loại A và B |
| Kháng thể (huyết tương) | Là thành phần trong huyết tương, có khả năng gây kết dính với kháng nguyên tương ứng; có 2 loại là α và β |
| Kết dính | Là hiện tượng kháng nguyên tương ứng bị kết dính với kháng thể tương ứng (A kết dính với α; B kết dính với β) |
| Nhóm máu | Nhóm các tế bào hồng cầu được xác định bởi kháng nguyên |
| Nhóm máu A | Chứa kháng nguyên A và kháng thể β |
| Nhóm máu B | Chứa kháng nguyên B và kháng thể α |
| Nhóm máu AB | Chứa kháng nguyên A và B và không chứa kháng thể |
| Nhóm máu O | Không chứa kháng nguyên và chứa kháng thể α và β |
| Truyền máu | Truyền máu từ người này cho người khác nhưng đảm bảo kháng thể của người nhận không gây kết dính cho kháng nguyên trong máu truyền. |

**PHIẾU HỌC TẬP 4**

**Hệ tuần hoàn**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Thành phần** | **Cấu tạo** | **Chức năng** |
| Tim | 4 ngăn |  |
| Động mạch |  |  |
| Mao mạch |  |  |
| Tĩnh mạch |  |  |

**Đáp án:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Thành phần** | **Cấu tạo** | **Chức năng** |
| Tim | 4 ngăn |  |
| Động mạch | Ống | Vận chuyển máu từ tim đi đến mao mạch |
| Mao mạch | Ống nhỏ | Trao đổi các chất giữa máu và các tế bào |
| Tĩnh mạch | Ống | Dẫn máu từ mao mạch trở về tim |

-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Ngày soạn: 11/10/2024

Ngày dạy: 13/10 /2024 đến ngày 20/10/2024

**BÀI 34: HỆ HÔ HẤP Ở NGƯỜI**

**Thời lượng : 3 tiết (12,13,14)**

**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 hấp  Nhóm 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 |

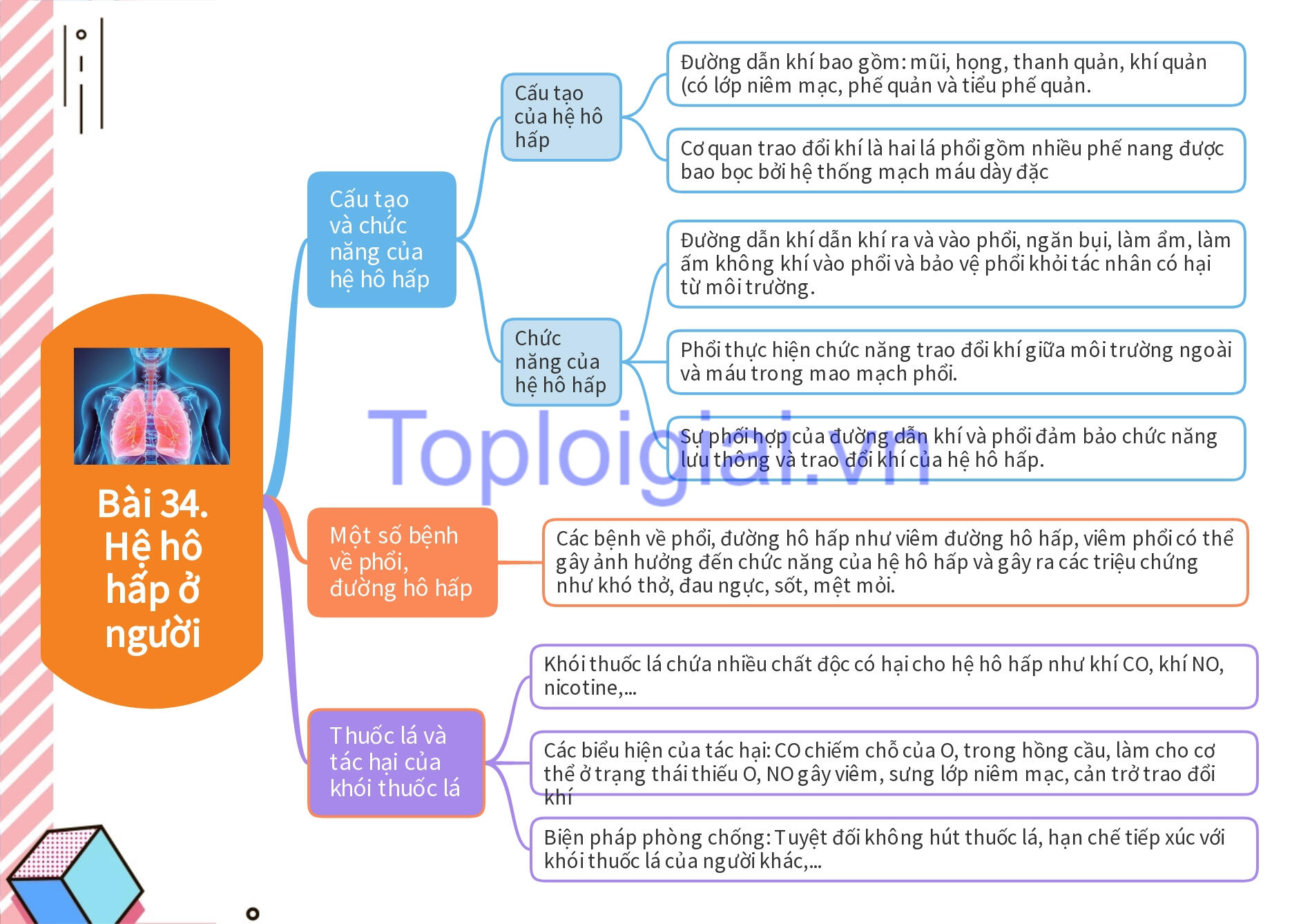
**3. HOẠT ĐỘNG 3. LUYỆN TẬP**

**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***



**4. 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

**Câu 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, lóp niêm mạc tiết chất nhầy và có 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 chất nhầy với nhiều lông rung chuyển 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 phế quản | Có dạng ống, chia nhỏ dần để đi vào từng phế nang | Dẫn khí vào phổi rổi đến phế nang |
| Phế nang | Được bao bọc bởi hệ thống mạch máu dày đặc | Nơi diễn ra quá trình trao đổi khí 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?  ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………… |

|  |  |
| --- | --- |
| **TỔ TRƯỞNG CHUYÊN MÔN** | **GIÁO VIÊN BỘ MÔN** |
|  |  |
| ***Nguyễn Thị Mỹ Linh*** | ***Hà Duy Tân*** |