**BÀI 39 : DA VÀ ĐIỀU HÒA THÂN NHIỆT Ở NGƯỜI (2 tiết)**

**I.Mục tiêu**

1.Kiến thức:

- 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, làm đẹp da an toàn; vận dụng được hiểu biết về da để chăm sóc da, trang điểm an toàn cho da.  
- Nêu được khái niệm thân nhiệt; thực hành được cách đo thân nhiệt và nêu được ý nghĩa của việc đo thân nhiệt.  
- Nêu được vai trò và cơ chế duy trì thân nhiệt ổn định ở người; vai trò của da và hệ thần kinh trong điều hoà thân nhiệt.  
- Trình bày được một số phương pháp chống nóng, lạnh cho cơ thể; nêu được một số biện pháp chống cảm lạnh, cảm nóng; thực hiện được tình huống giả định cấp cứu khi cảm nóng hoặc cảm lạnh.

1. Năng lực chung

- Tự chủ và tự học: Chủ động, tích cực thực hiện các nhiệm vụ của bản thân khi thực hiện các nhiệm vụ được GV yêu cầu trong giờ thực hành;

- Giao tiếp và hợp tác: Chia sẻ và thực hiện đúng nhiệm vụ được phân công trong nhóm;

- Giải quyết vấn đề và sáng tạo: Vận dụng linh hoạt các kiến thức, kĩ năng để giải quyết vấn đề liên quan trong thực tiễn và trong các nhiệm vụ học tập.

2. Năng lực khoa học tự nhiên

- Tìm hiểu tự nhiên: Tìm hiểu được một số thành tựu ghép da trong y học, các bệnh về da trong trường học hoặc trong khu dân cư;

- Vận dụng kiến thức, kĩ năng đã học: Áp dụng hợp lý được một số phương pháp chống nóng, lạnh cho cơ thể; nêu được một số biện pháp chống cảm lạnh, cảm nóng; thực hiện được tình huống giả định cấp cứu khi cảm nóng hoặc cảm lạnh.

**3**. Phẩm chất

- Trung thực trong quá trình thực hành và báo cáo kết quả thực hành của cá nhân và nhóm.

**II. CHUẨN BỊ THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

- Chuẩn bị của giáo viên:Giáo án, sgk. Tranh phóng to H 39.1; 39.2; 39.3 SGK, nhiệt kế y tế. Phiếu học tập. Máy chiếu, laptop(nếu có)

- Chuẩn bị của học sinh:SGK, vở ghi, vở bài tập, đọc trước bài ở nhà.

**III. TIẾN TRÌNH BÀI DẠY**

\*Kiểm tra bài cũ: Nêu vai trò của một số hoocmôn, từ đó xác định tầm quan trọng của các hệ nội tiết nói chung.

\*Trả lời:

- Vai trò của hoocmôn: Nhờ sự điểu khiển, điều hòa và phối hợp hoạt động của các tuyến nội tiết (thực chất là các hoocmon) đã:

+ Duy trì được tính ổn định của môi trường bên trong cơ thể.

+ Điều hòa các quá trình sinh lí diễn ra bình thường.

- Do đó, sự mất cân bằng trong hoạt động nội tiết thường dẫn đến tình trạng bệnh lí. Vì vậy, hoocmon có vai trò rất quan trọng đối với cơ thể.

**A. KHỞI ĐỘNG**

**1. Mục tiêu: *Tạo tình huống/vấn đề học tập mà HS chưa thể giải quyết được ngay...kích thích nhu cầu tìm hiểu, khám phá kiến thức mới.***

**2. Sản phẩm:** Câu trả lời của HS

**3. Nội dung:** Giúp học sinh huy động những kiến thức, kĩ năng, kinh nghiệm của bản thân về liên quan giữa hoạt động của cơ thể và sự điều hòa thân nhiệt, từ đó kích thích sự tò mò, mong muốn tìm hiểu bài học mới của học sinh.

**4.Tổ chức thực hiện:**

Giáo viên yêu cầu học sinh chạy tại chỗ thật nhanh trong vòng 3 phút. Yêu cầu các em quan sát bạn bên cạnh và cho biết có gì khác lúc chưa chạy?

Học sinh: Thấy bạn thở gấp, mồ hôi vã ra và có một số bạn mặt đỏ lên.

Giáo viên hãy giải thích tại sao khi mình chạy hoặc làm việc gì đó nặng thì mặt đỏ lên

để tìm hiểu vấn đề này chúng ta cùng nghiên cứu bài học hôm nay.

**B. HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI**

**Tiết 1:**

**Hoạt động 1 : Da ở người**

**a. Mục tiêu:**

- 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, làm đẹp da an toàn; vận dụng được hiểu biết về da để chăm sóc da, trang điểm an toàn cho da.

**b. Nội dung:** Học sinh quan sát hình chiếu của giáo viên, hình 39.1 và 39.2. Hoàn thành phiếu học tập:



Bảng 1: Cấu tạo và chức năng của da

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cấu tạo da | | Chức năng |
| Các lớp da | Thành phần cấu tạo của các lớp |
| 1. Lớp biểu bì |  |  |
| 2. Lớp bì |  |  |
| 3. Lớp mỡ dưới |  |  |

Bảng 2 : Một số bệnh về da:

|  |  |
| --- | --- |
| Các bệnh về da  thường gặp |  |
| Biện pháp chăm sóc, bảo vệ và làm đẹp da |  |

Bảng 3: Một số bệnh về da tại địa phương:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Một số bệnh về da tại địa phương | Số người mắc | Cách phòng tránh |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**c. Sản phẩm:** Là phiếu học tập của học sinh được hoàn thành

**d. Cách thức tổ chức hoạt động**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GIÁO VIÊN** | | **HOẠT ĐỘNG CỦA HỌC SINH** |
| **Bước 1 : Chuyển giao nhiệm vụ học tập** | | |
| - Gv chia lớp thành 4 nhóm, mỗi nhóm có 1 nhóm trưởng và 1 thư kí.  Nhiệm vụ 1: Giáo viên chiếu hình ảnh 39.1  Nhiệm vụ 2: Giáo viên chiếu hình 39.2  Nhiệm vụ 3: Giáo viên chiếu bảng 39.1 | | Học sinh quan sát tranh, bảng. |
| **Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập** | | |
| - Hoàn thành các bảng phụ.  - Dựa vào hình 39.1 và kiến thức đã biết. Em hãy trình bày cấu tạo và chức năng của da.  ( Thành phần cấu tạo các lớp, mỗi thành phần đảm nhận chức năng gì?)  - Dựa vào hình 39.2 và kiến thức đã biết. Em hãy trình bày các bệnh thường gặp về da, biện pháp chăm sóc, bảo vệ và làm đẹp da một cách an toàn và phù hợp với lứa tuổi. | | - Học sinh: lắng nghe nhiệm vụ, thảo luận theo nhóm, ghi câu trả lời ra giấy a2, bảng phụ và trình bày. |
| **Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận** | | |
| ***- Qua phiếu học tập, em có thể cho biết***  - Em hãy liên hệ một số bệnh về da thường gặp ở địa phương em.  - GV chốt lại : Da là một bộ phận quan trọng của cơ thể người, nó có cấu tạo phức tạp và đảm nhận các chức năng quan trọng. Ở lứa tuổi của các em rất dễ mắc các bệnh ngoài da như: mụn trứng cá, hắc lào. Từ kiến thức đã học chúng ta cần áp dụng, vệ sinh đúng các để có một làn da đẹp và khỏe mạnh.  - Mở rộng :  + 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. Ghép da thành công giúp cứu chữa những người có da bị tổn thương nặng do bỏng, nhiễm trùng da... + Em hãy tìm hiểu và nêu một số thành tựu ghép da trong y học. | | HS trả lời:  - Trả lời bằng phiếu đã hoàn thành.  - Học sinh lắng nghe. Đề xuất biện pháp vệ sinh da : Không nặn mụn, không mặc chung quần áo.  - Học sinh trả lời : ghép da chữa bỏng, loét, nhiễm trùng hoặc ghép da với mục đích thẩm mỹ. |
| **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập** | | |
| GV tổng kết kiến thức | Học sinh nghe | |

**NỘI DUNG KIẾN THỨC CẦN ĐẠT PHẦN I:**

**I. Da ở người:**

**1.Cấu tạo và chức năng của da.**

**a. Cấu tạo của da:**

Da cấu tạo gồm 3 lớp:

- Lớp biểu bì.

+ Tầng sừng.

+ Tầng tế bào sống.

- Lớp bì : cấu tạo từ sợi mô liên kết. Gồm các cơ quan.

- Lớp mỡ dưới da gồm các tế bào mỡ.

**b. Chức năng của da:**

- Bảo vệ cơ thể.

- Nhận biết kích thích của môi trường

- Tham gia bài tiết.

- Điều hoà thân nhiệt.

- Da và sản phẩm của da tạo nên vẻ đẹp con người.

**2. Một số bệnh về da và bảo vệ da.**

- Các bệnh ngoài da do vi khuẩn, nấm, bỏng nhiệt, bỏng hoá chất ….

- Da bẩn:

+ Là môi trường cho vi khuẩn phát triển.

+ Hạn chế hoạt động tuyến mồ hôi.

- Da bị xây xát dễ nhiễm trùng → cần giữ da sạch và tránh bị xây xát.

- Biện pháp bảo vệ:

+ Thường xuyên tắm rửa, thay quần áo

+ Chống xây xát và thương tích cho da

+ Tránh tiếp xúc với nắng gắt, không lạm dụng mĩ phẩm.

**3. Một số thành tựu ghép da trong y học.**

- Ghép da thành công giúp cứu chữa những người tổn thương do bỏng nặng, nhiễm trùng da…

***Tiết 2***

**Hoạt động 2. Điều hòa thân nhiệt ở người**

**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.  
- Nêu được vai trò và cơ chế duy trì thân nhiệt ổn định ở người; vai trò của da và hệ thần kinh trong điều hoà thân nhiệt.  
- Trình bày được một số phương pháp chống nóng, lạnh cho cơ thể; nêu được một số biện pháp chống cảm lạnh, cảm nóng; thực hiện được tình huống giả định cấp cứu khi cảm nóng hoặc cảm lạnh.

**b. Nội dung:**

**-** Thực hành đo thân nhiệt.

- Học sinh quan sát hình chiếu của giáo viên, hình 39.3. Hoàn thành phiếu học tập:

Phiếu học tập:

**PHIẾU HỌC TẬP SỐ 4**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cơ chế điều hòa thân nhiệt** | **Khi trời nóng** | **Khi trời lạnh** |
| **Vai trò của da** |  |  |
| **Vai trò của hệ thần kinh** |  |  |

**PHIẾU HỌC TẬP SỐ 5**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Phòng chống cảm nóng, cảm lạnh** | **Nguyên nhân** | **Cách phòng tránh** | **Cách chữa trị** |
| **Cảm nóng** |  |  |  |
| **Cảm lạnh** |  |  |  |

**c. Sản phẩm:** Là phiếu học tập và phần thực hành của học sinh được hoàn thành.

**d. Cách thức tổ chức hoạt động**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GIÁO VIÊN** | | **HOẠT ĐỘNG CỦA HỌC SINH** |
| **Bước 1 : Chuyển giao nhiệm vụ học tập** | | |
| - Giáo viên yêu cầu học sinh thực hành đo thân nhiệt của bạn bằng nhiệt kế điện tử(GV có thể làm mẫu)  - Quan sát hình 39.3 và kiến thưc sách giáo khoa hoàn thành phiếu học tập bảng 4 và 5. | | Học sinh quan sát tranh và đọc kiến thức để hoàn thành. |
| **Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập** | | |
| GV đưa ra các câu hỏi thảo luận trong phần thực hành và phiếu học tập. | | Học sinh trả lời bằng cách thực hành và điền phiếu. |
| **Bước 3: Báo cáo kết quả và thảo luận** | | |
| **-** Giáo viên:  + Sau khi đo thân nhiệt các bạn có nhận xét gì về thân nhiệt ở người?  - Giáo viên:  + Duy trì ổn định thân nhiệt ở người có vai trò gì? Bộ phận nào của cơ thể tham gia vào sự điều hoà thân nhiệt ?  + Em có kết luận gì về vai trò của da trong sự điều hoà thân nhiệt  + Em có kết luận gì về vai trò của hệ thần kinh trong sự điều hoà thân nhiệt  - Giáo viên:  - Em hãy nêu một số phương pháp phòng chống nóng lạnh cho cơ thể?  - Em cho biết một số hoạt động trong đời sống giúp cân bằng nhiệt độ từ đó chống nóng và chống lạnh cho cơ thể?  - Em biết những gì về cảm nóng và cảm lạnh? | | - Học sinh:  + Quan sát kết quả đo và suy nghĩ độc lập để tìm câu trả lời, phát biểu. Các bạn khác nhận xét, bổ sung.  - Học sinh lắng nghe và thảo luận nhóm để hoàn thành phiếu học tập số 4.  - Học sinh lắng nghe và thảo luận cặp để trả lời.  - Học sinh lắng nghe và thảo luận nhóm để hoàn thành phiếu học tập số 5. |
| **Bước 4: Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập** | | |
| GV tổng kết kiến thức | Học sinh nghe | |

**NỘI DUNG KIẾN THỨC CẦN ĐẠT PHẦN II:**

**II. Điều hòa thân nhiệt ở người**

- Thân nhiệt là nhiệt độ của cơ thể. Thân nhiệt luôn ổn định ở 370C.

- Da có vai trò quan trọng nhất trong điều hoà thân nhiệt .

+ Khi trời nóng, lao động nặng: Mao mạch ở da dãn toả nhiệt, tăng tiết mồ hôi.

+ Khi trời rét: Mao mạch co lại cơ chân lông co giảm sự toả nhiệt.

- Mọi hoạt động điều hoà thân nhiệt đều là phản xa dưới sự điều khiển của hệ thần kinh

- Phương pháp phòng chống nóng lạnh:

+ Mùa hè: Đội mũ nón khi đi đường, lao động.

+ Mùa đông: giữ ấm chân, cổ ngực, không ngồi nơi hút gió.

+ Nơi ở và nơi làm việc phải phù hợp cho mùa nóng và lạnh.

+ Trồng nhiều cây xanh quanh nhà và nơi công cộng.

- Sơ cứu cho người bị cảm nóng cảm lạnh: cân bằng nhiệt độ cơ thể bằng các biện pháp và phương tiện thích hợp.

**Hoạt động 3: Luyện tập**

**a. Mục tiêu**: Ôn tập lại các kiến thức vừa được học

**b. Nội dung:** hệ thống câu hỏi ôn tập tự luận và trắc nghiệm

**c. Sản phẩm:** Các câu hỏi được trả lời

**d. Cách thức tổ chức hoạt động :** Vấn đáp học sinh hoặc hoạt động nhóm

**NỘI DUNG CÂU HỎI LUYỆN TẬP:**

1. Theo em có nên trang điểm bằng cách lạm dụng kem phấn, nhổ bỏ lông mày, dùng bút chì kẻ lông mày tạo dáng không vì sao?

2. Hãy nêu phương pháp phòng chống nóng và rét ở gia đình em?

3. Em đã gặp người bị cảm nóng và cảm lạnh chưa? Em hoặc những người xung quanh đã giúp đỡ người đó ra sao?

***C. Dặn dò:***

- Về nhà học bài, làm bài tập SGK, SBT

- Tìm hiểu trước nội dung thực hành

***D.Kiểm tra đánh giá thường xuyên***

- Kết thúc chủ đề, GV cho học sinh tự đánh giá theo bảng sau

Họ và tên học sinh: …………………………………………………

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Các tiêu chí | Tốt | Khá | TB | Chưa đạt |
| Chuẩn bị bài trước khi đến lớp |  |  |  |  |
| Tham gia hoạt động nhóm theo yêu cầu của GV |  |  |  |  |
| Kết quả phần thảo luận nhóm I |  |  |  |  |
| Kết quả phần thảo luận nhóm II |  |  |  |  |
| Kết quả phần luyện tập |  |  |  |  |