***`Ngày soạn: 26/11/2022***

 **Chủ đề 5:TIEÂU HOÙA** Tổng số tiết: 7; từ tiết 25 đến tiết 31

**Giới thiệu chủ đề:**  Ăn uống là 1 nhu cầu cần thiết và đảm bảo cho cơ thể tồn tại và phát triển được.Vậy chức năng chính của hệ tiêu hóa là gì: Là biến đổi thức ăn thành chất dinh dưỡng cho cơ thể. Để thực hiện việc biến đổi đó thì hệ tiêu hóa phải có cấu tạo phù hợp. Do đó hệ được chia thành 2 phần: ống và tuyến tiêu hóa. Muốn biết các phần đó hoạt động như thế nào ta tìm hiểu ở chủ đề 5:TIEÂU HOÙA

**I.Mục tiêu:**

**1. Kiến thức, kĩ năng, thái độ:**

 **\*Kiến thức:** Học xong chủ đề này HS có thể:

- Trình bày được các nhóm chất trong thức ăn.

- Các hoạt động trong quá trình tiêu hóa.

- Vai trò của sự tiêu hóa đối với cơ thể người.

- Trình bày được các hoạt động tiêu hóa diễn ra trong khoang miệng.

- Trình bày được các hoạt động nuốt và đẩy thức ăn từ khoang miệng qua thực quản xuống dạ dày.

- Trình bày được quá trình tiêu hóa diễn ra ở dạ dày gồm các hoạt động tiêu hóa, các cơ quan hay tế bào thực hiện hoạt động và tác dụng của sự hoạt động đó.

- Trình bày được quá trình tiêu hóa xảy ra ở ruột non bao gồm các hoạt động tiêu hóa, các cơ quan hoặc tế bào thực hiện hoạt động và kết quả của sự hoạt động tiêu hóa của ruột non.

- Trình bày được những đặc điểm cấu tạo của ruột non phù hợp với chức năng hấp thụ các chất dinh dưỡng.

- Hiểu được các con đường vận chuyển các chất dinh dưỡng từ ruột non đến các cơ quan, tế bào.

- Vai trò của gan trong sự tiêu hóa.

- Trình bày được các tác nhân gây bệnh tiêu hóa và mức độ gây hại của nó.

- Trình bày được các biện pháp bảo vệ để có một hệ tiêu hóa khỏe mạnh và sự tiêu hóa có hiệu quả.

- Ôn bài tập dạng trắc nghiệm, tự luận phần tiêu hóa .

- Một số câu hỏi ôn tập.

 **\*Kĩ năng:**

- Xác định được trên hình vẽ (hoặc mô hình) các cơ quan của hệ tiêu hóa của người.

- Biết được tại sao phải ăn chậm nhai kỹ.

- Rèn kỹ năng giữ gìn vệ sinh răng miệng, ăn uống.

- Biết cách bảo vệ để có một hệ tiêu hóa khỏe mạnh và sự tiêu hóa có hiệu quả.

 - GD kỹ năng sống cơ bản :

 + Kỹ năng tìm hiểu và xử lý thông tin khi đọc SGK , quan sát tranh vẽ, quan sát sơ đồ để tìm hiểu sự tiêu hóa ở khoang miệng, nuốt và đẩy thức ăn qua thực quản, cấu tạo của dạ dày và quá trình tiêu hóa ở dạ dày cấu tạo của ruột non và quá trình tiêu hóa ở ruột non, về sự hấp thụ các chất dinh dưỡng ở ruột non, con đường vận chuyển, hấp thụ các chất và vai trò của gan, sự thải phân, để tìm hiểu các biện pháp bảo vệ hệ tiêu hóa khỏi các tác nhân có hại và đảm bảo sự tiêu hóa có hiệu quả, tìm hiểu cách tiến hành thí nghiệm, giải thích thí nghiệm.

 + Kỹ năng hợp tác, giao tiếp, lắng nghe tích cực trong nhóm.

 + Kỹ năng quản lý thời gian, đảm nhận trách nhiệm được phân công.

 + Kỹ năng ra quyết định : không sử dụng nhiều các chất không có lợi cho tiêu hóa như: rượu, cà phê, aspirin liều cao, không ăn mặn vì có thể làm thủng dạ dày, ăn uống điều độ, tránh căng thẳng thần kinh, không lạm dụng rượu, bia làm ảnh hưởng tới gan (có vai trò tiết dịch mật)

 + Kỹ năng đạt mục tiêu : bảo vệ hệ tiêu hóa khỏi các tác nhân có hại và đảm bảo sự tiêu hóa có hiệu quả. Kỹ năng hợp tác , ứng xử / giao tiếp trong khi thảo luận.

 + Kỹ năng tự nhận thức : xác định những thói quen ăn uống hằng ngày của bản thân có thói quen nào tốt và chưa tốt.

 **\*Thái độ:**

- Giáo dục ý thức bảo vệ hệ tiêu hoá, bảo vệ giữ gìn răng miệng, bảo vệ dạ dày, bảo vệ cơ quan tiêu hoá. Ý thức trong khi ăn không cười đùa.

- Giáo dục ý thức học tập nghiêm túc.

- Giáo dục ý thức bảo vệ, giữ gìn bản thân .

- Áp dụng những hiểu biết để ứng dụng trong gia đình.

- Quan tâm chế độ ăn và luyện tập rèn luyện thể dục.

- GDBVMT : Ngoài yêu cầu vệ sinh trước khi ăn và ăn chín, uống sôi, còn phải bảo vệ môi trường nước , đất bằng cách sử dụng hợp lý thuốc bảo vệ thực vật và phân hóa học để có được thức ăn sạch , giúp HS hiểu được những điều kiện để đảm bảo chất lượng cuộc sống

 **2. Định hướng phát triển năng lực học sinh:**

 - Năng lực tự học, hợp tác nhóm, giao tiếp, sử dụng ngôn ngữ

 - Năng lực tìm kiến thức qua quan sát

 - Năng lực vận dụng kiến thức để giải quyết vấn đề trong thực tiễn

 - Năng lực thực hành

 - Năng lực tự học

 - Năng lực sử dụng công nghệ thông tin,

**II. Chuẩn bị của giáo viên và học sinh:**

 **1.Giáo viên:**

- Chuẩn bị tranh vẽ:

+ Hình 24.1-Sơ đồ khái quát về thức ăn và các hoạt động chủ yếu của quá trình tiêu hoá.

+ Hình 24.2-Sơ đồ khái quát về các hoạt động của quá trình tiêu hoá

+ Hình 24.3-Sơ đồ các cơ quan trong hệ tiêu hoá của cơ thể người.

+ Hình 25.1-Các cơ quan trong khoang miệng

+ Hình 25.2-Hoạt động của enzim amilaza trong nước bọt.

+ Hình 25.3-Nuốt và đẩy thức ăn qua thực quản.

+ Hình 27.1-Cấu tạo dạ dày và lớp niêm mạc của nó.

+ Hình 27.2-Thí nghiệm bữa ăn giả ở chó

+ Hình 27.3-Biến đổi hoá học ở dạ dày.

+ Hình 28.1-Tá tràng với gan tiết dịch mật và tuỵ tiết dịchtuỵ.

+ Hình 28.2-Ảnh tiêu bản niêm mạc ruột non với các tuyến ruột , tế bào tiết chất nhày.

+ Hình 28.3-Biến đổi hoá học của thức ăn ở ruột non .

+ Hình 29.3.

- Tranh ảnh các bệnh về răng, dạ dày, ruột.

 **2. Học sinh:**

-Nghiên cứu bài trước khi đến lớp.

- Vẽ hình 24.3 vào vở

- Kẻ bảng trang 80 vào vở bài tập

- Sưu tầm tranh ảnh các bệnh về răng, dạ dày, ruột

- Chuẩn bị nội dung thuyết trình về cách xử lý tình huống:

 + Khi ăn bị mắc nghẹn

 + Thói quen ăn nóng rồi uống nước đá ngay

 + Khi ngộ độc thực phẩm bị tiêu chảy

 + Khi tự đi chợ mua thực phẩm

 **III. Tiến trình dạy học:**

|  |
| --- |
|  **Hoạt động I: Tình huống xuất phát/Khởi động** (Dự kiến thời lượng:10’ )**Mục tiêu hoạt động:** HS hình dung được mình chuẩn bị học kiến thức gì |
| Nội dung, phương thức tổ chức hoạt động học tập của học sinh | Dự kiến sản phẩm,đánh giá kết quả hoạt động |
| GV đặt câu hỏi:*-Sáng nay các bạn ăn sáng là món gì?**-Phân loại cho cô nhóm chất có trong các loại thức ăn trên?**-Sau bao nhiêu lâu bạn thấy đói?**-Thức ăn vào cơ thể với khoảng thời gian lâu nhằm mục đích gì?* *-Vậy trong các loại chất trên chất nào vào cơ thể được giữ nguyên và chất nào bị biến đổi, hãy dự đoán**GV Thức ăn di chuyển qua 1 quãng đường dài, 1 khoảng thời gian lâu để biến đổi chất phức tạp thành chất đơn giản, rồi hấp thụ vào cơ thể.*Để tìm hiểu rõ hơn về vấn đề này ta tìm hiểu ở chủ đề 5 và đầu tiên ta tìm hiểu ở nội dung 1 | **Dự kiến sản phẩm:** - Xôi thịt, bánh canh chả cá, bánh mì thịt, cơm tấm thịt nướng, bún giò...*-*Nhóm chất có trong các loại thức ăn trên là: Tinh bột, Prôtêin, Lipit, rau xanh, nước-Sau 2,3,4 h tùy theo hôm đó ăn gì-Biến đổi thành chất dinh dưỡng- HS có câu trả lời tùy ý |
|  **Hoạt động II: Hình thành kiến thức** (Dự kiến thời lượng:260’) |
| **Nội dung 1**: **Tiêu hóa và các cơ quan tiêu hóa** (Dự kiến thời lượng:30’)**Mục tiêu hoạt động:**HS trình bày được 2 nhóm thức ăn có chất vô cơ và hữu cơ, các hoạt động trong quá trình tiêu hoá,vai trò của nó. Xác định các cơ quan tiêu hoá trên cơ thể người |
| Nội dung. phương thức tổ chức hoạt động học tập của học sinh | Dự kiến sản phẩm, đánh giá kết quả hoạt động |
| ***I. Thức ăn và sự tiêu hoá:***🏵GV hỏi:*- Hằng ngày chúng ta ăn những loại thức ăn nào?*GV chia thức ăn HS nêu vào 2 nhóm chất hữu cơ và vô cơGV treo hình 24.1 và 24.2 GV nêu câu hỏi:*- Các chất nào trong thức ăn không bị biến đổi về mặt hoá học trong quá trình tiêu hoá?**- Chất được biến đổi về mặt hoá học trong quá trình tiêu hoá?**- Quá trình tiêu hoá gồm những hoạt động nào? Hoạt động nào là quan trọng**- Vai trò của quá trình tiêu hoá thức ăn?*GV bổ sung:Thức ăn dù biến đổi bằng cách nào thì cuối cùng phải thành chất hấp thụ được thì mới có tác dụng với cơ thể.***II.Các cơ quan tiêu hoá:***GV treo tranh H24.3:GV yêu cầu HS thảo luận nhóm:+ Thức ăn di chuyển bắt đầu từ đâu, CQ sau cùng của hệ tiêu hóa+ Hoàn thành bảng 24 trang 80 GV yêu cầu HS tự xác định các cơ quan tiêu hóa trên tranh và trên cơ thể mình.GV hỏi: *Chức năng của cơ quan:**-Miệng ?**-Dạ dày ?* .*-Ruột non dài 2.8m?* GV bổ sung:-Ruột già dài 1.5m hấp thụ nước có trong phân.Manh tràng nằm trong hố chậu phải có 1 mấu ruột thừa không tham gia quá trình tiêu hóa.-Tuyến gan tiết ra mật.Tại mỗi phần của ống tiêu hóa đều có tuyến tiêu hóa để tiêu hóa thức ăn | ***I. Thức ăn và sự tiêu hoá:***🏵Cá nhân suy nghĩ trả lời, HS khác đánh giá, bổ sung.   HS quan sát tranh. **\*Dự kiến sản phẩm**: - Chất vô cơ : vitamin , muối khoáng, nước.- Chất hữu cơ : gluxit, lipit, protein, axit nuclêic- Hoạt động : ăn, tiêu hoá thức ăn, hấp thụ chất dinh dưỡng và thải phân.- Biến đổi thức ăn thành chất đơn giản hòa tan hấp thụ vào máu cung cấp cho các tế bàoHS đánh giá sản phẩm của nhauGV đánh giá câu sản phẩm của HS    HS rút ra kiến thức***Nội dung:******- Thức ăn gồm chất vô cơ và hữu cơ******- Hoạt động tiêu hoá gồm: Ăn, đẩy thức ăn, tiêu hoá thức ăn, hấp thụ chất dinh dưỡng, thải phân******- Nhờ quá trình tiêu hoá, thức ăn biến đổi thành chất dinh dưỡng và thải chất cặn* *bả***  ***II.Các cơ quan tiêu hoá:***HSquan sát, nghiên cứu hình 24.3.  HS thảo luận nhóm **\*Dự kiến sản phẩm**+ HS lên chỉ trên tranh con đường di chuyển của thức ănHoàn thành bảng 24 trang 80.

|  |  |
| --- | --- |
| Các CQ trongống tiêu hóa | Các tuyến tiêu hóa |
| Miệng | Tuyến nước bọt |
| Dạ dày | Tuyến vị |
| Tá tràng | Tuyến gan, tuyến tụy |
| Ruột non | Tuyến ruột |

HS tự đánh giá sản phẩm của nhauGV đánh giá sản phẩm của HSTự xác định các cơ quan tiêu hóa trên tranh và trên cơ thể mình.**\*Dự kiến trả lời**-Nghiền nát sơ bộ thức ăn-Nhào trộn thức ăn-Biến đổi và hấp thụ thức ănHS đánh giá câu trả lời của nhauGV đánh giá câu trả lời của HSHS rút ra kiến thức***Nội dung:******-Ống tiêu hoá gồm: Miệng, hầu, thực quản, dạ dày, ruột, hậu môn.******-Tuyến tiêu hoá gồm: Tuyến nước bọt, tuyến gan, tuyến tuỵ, tuyến vị, tuyến ruột*** |
| **Nội dung 2:Tiêu hóa ở khoang miệng** (Dự kiến thời lượng:45’)**Mục tiêu hoạt động:**HS chỉ ra được hoạt động tiêu hoá chủ yếu ở khoang miệng là biến đổi lý học và phần biến đổi hoá học.HS trình bày được hoạt động nuốt và đẩy thức ăn, liên hệ với thực tế. |
| Nội dung. phương thức tổ chức hoạt động học tập của học sinh | Dự kiến sản phẩm, đánh giá kết quả hoạt động |
| ***I. Tiêu hoá ở khoang miệng:***🏵GV treo hình 25.1 và 25.2  - GV cho HS đọc thông tin trang 81 thảo luận nhóm trả lời câu hỏi:*- Khi có thức ăn vào miệng có những hoạt động nào xảy ra?**- Khi nhai cơm, bánh mì lâu trong miệng cảm thấy ngọt, vì sao?**-Chỉ ra đâu là biến đổi lý, hoá học?**- Tại sao cần phải nhai kỹ thức ăn?*GV bổ sung : Răng 32 chiếc để cắn xé nhai . Bên ngồi là lớp men răng, trong la ngà răng, đến tủy răng. Chân răng cắm vào xương hàm. Nếu lười đánh răng thức ăn cịn dính sẽ bị VK lên men tiết axit gây hỏng răng dẫn đến nhức răng.-Lưỡi : là cơ quan vị giác , có gai vị giác phân vùng : chua , cay, mặn …và để nuốt thức ăn và góp phần phát âm chuẩn.- Một ngày cơ thể tiết 800-1200ml nước bọt. Mỗi giờ 15ml. Ban ngày nhiều hơn ban đêm, trong nước bọt có lizôzim có tác dụng diệt khuẩn.Vì vậy các em cần đánh răng trước khi ngủ***II. Nuốt và đẩy thức ăn qua thực quản:***🏵GV treo tranh hình 25.3-Nuốt và đẩy thức ăn qua thực quản GV yêu cầu HS quan sát, đọc thông tinGV nêu câu hỏi:*- Nuốt diễn ra nhờ hoạt động của cơ quan nào là chủ yếu và có tác dụng gì?**- Lực đẩy viên thức ăn qua thực quản xuống dạ dày đã được tạo ra như thế nào?**- Thức ăn qua thực quản có được biến đổi lí học, hóa học không?*GV bổ sung: Khi nuốt, viên thức ăn đè lên sụn tranh thiệt làm nó gập xuống đậy kín khí quản để thức ăn không lọt vào đường hô hấp. Do đó khi ăn không nên cười đùa | ***I. Tiêu hoá ở khoang miệng:***HS quan sát tranhCá nhân tự đọc thông tin trang 81 → ghi nhớ kiến thức.Thảo luận nhóm trả lời câu hỏi **\*Dự kiến sản phẩm:**- Nhai , đảo trộn thức ăn… trong miệng- Vì tinh bột trong cơm đã chịu tác dụng của enzim amilaza trong nước bọt và biến đổi một phần thành đường mantôzơ, đường này đã tác động vào các gai vị giác trên lưỡi cho ta cảm giác ngọt.- Biến đổi lý học: Nhai, đảo trộn thức ăn, nghiền nát thức ăn. Biến đổi hóa học: hoạt động của enzim Amylaza trong nước bọt- Để thức ăn thấm đều nước bọt và giảm áp lực với dạ dàyHS tự đánh giá sản phẩm của nhauGV đánh giá sản phẩm của HSHS rút ra kiến thức***Nội dung:******1. Biến đổi lý học:*** ***- Gồm: Tiết nước bọt, nhai, đảo trộn thức ăn, tạo viên thức ăn.******- Tác dụng: Làm mềm, nhuyễn thức ăn, giúp thức ăn thấm nước bọt, tạo viên vừa để nuốt.******2. Biến đổi hoá học: Gồm:******- Hoạt động của enzim amilaza trong nước bọt.******- Tác dụng: Biến đổi 1 phần tinh bột chín thành đường mantozơ******II. Nuốt và đẩy thức ăn qua thực quản:***🏵 HS quan sát hình vẽ SGK.HS tự đọc thông tin SGK\***Dự kiến sản phẩm**:- Nhờ hoạt động của lưỡi là chủ yếu và có tác dụng đẩy viên thức ăn từ khoang miệng xuống thực quản.- Nhờ sự co dãn phối hợp nhịp nhàng của các cơ thực quản.-Thời gian đi qua thực quản rất nhanh( chỉ 2-4s ) nên có thể coi như thức ăn không được biến đổi gì về mặt lí học và hoá học.HS đánh giá câu trả lời của nhauGV đánh giá câu trả lời của HSHS rút ra kiến thức***Nội dung:******- Nhờ hoạt động của lưỡi đẩy thức ăn xuống thực quản******- Thức ăn qua thực quản xuống dạ dày nhờ hoạt động của các cơ thực quản.*** |
| **Nội dung 3**:**Tiêu hóa ở dạ dày** (Dự kiến thời lượng:35’)**Mục tiêu hoạt động:**HS chỉ ra cấu tạo cơ bản của dạ dày, cấu tạo đó phù hợp với chức năng.HS chỉ ra được các tế bào tham gia vào các hoạt động tiêu hoá và tác dụng của các hoạt động đó đối với sự tiêu hoá thức ăn. |
| Nội dung. phương thức tổ chức hoạt động học tập của học sinh | Dự kiến sản phẩm, đánh giá kết quả hoạt động |
| ***I. Cấu tạo của dạ dày:***🏵GV treo tranh hình 27.1, yêu cầu HS quan sát tranh và đọc thông tin SGKGV nêu câu hỏi:*- Trình bày các đặc điểm cấu tạo chủ yếu của dạ dày?* ***II. Tiêu hoá ở dạ dày:***🏵GV treo vẽ hình 27.2 và 27.3 cho HS quan sát:   GV yêu cầu HS thảo luận, điền vào bảng 27 trang 88, câu hỏi trang 89*– Thức ăn dược đẩy xuống ruột nhờ hoạt động của cơ quan bộ phận nào?**– Loại thức ăn gluxit và lipit được tiêu hoá trong dạ dày như thế nào?**– Thử giải thích vì sao prôtêin trong thức ăn bị dịch vị phân huỷ nhưng prôtêin của lớp niêm mạc dạ dày lại được bảo vệ và không bị phân huỷ?*GV bổ sung: thức ăn được chuyển xuống ruột non theo từng lượng nhỏ, khi chuyển hết thì chúng ta sẽ có cảm giác đói bụng. Do đó thời gian thức ăn lưu lại ở dạ dày khoảng 3-6h tùy theo loại thức ăn. Dịch vị sẽ tiết ra nhiều nhất vào giờ ăn cụ thể nên cần ăn đúng giờ đúng bữa | ***I. Cấu tạo của dạ dày:***🏵HS quan sát tranh và đọc thông tin SGK    \***Dự kiến sản phẩm** :-Thành dạ dày có 4 lớp:lớp màng ngoài, lớp cơ dày, khoẻ, lớp dưới niêm mạc, lớp niêm mạc trong cùngHS đánh giá câu trả lời của nhauGV đánh giá câu trả lời của HSHS rút ra kiến thức ***Nội dung:******- Dạ dày hình túi, dung tích 3l.******- Thành dạ dày có 4 lớp:******+ Lớp màng ngoài******+ Lớp cơ dày, khoẻ gồm 3 lớp: cơ dọc, cơ vòng, cơ chéo******+ Lớp dưới niêm mạc******+ Lớp niêm mạc trong cùng: với nhiều tuyến tiết dịch vị******II. Tiêu hoá ở dạ dày:***🏵HS quan sát tranh vẽHS tự thu nhận thông tin, thảo luận và hoàn thành bảng 27 trang 88**\*Dự kiến sản phẩm:**– Sự đẩy thức ăn xuống ruột nhờ hoạt động co của các cơ dạ dày phối hợp với sự co cơ vòng ở môn vị.– Trong dạ dày:+ Thức ăn gluxit tiếp tục được tiêu hoá một phần nhỏ enzim amilaza đã được trộn đều với thức ăn từ khoang miệng tiếp tục phân giải một phần tinh bột thành đường mantôzơ.+ Thức ăn lipit không dược tiêu hoá trong dạ dày, vì trong dịch vị không có men tiêu hoá lipit.– Prôtêin trong thức ăn bị dịch vị phân hủy nhưng prôtêin của lớp niêm mạc dạ dày lại được bảo vệ và không bị phàn hủy là nhờ các chất nhày được tiết ra từ các tế bào tiết chất nhày ờ cổ tuyến vị. Các chất nhày phủ lên bề mặt niêm mạc, ngàn cách các tế bào niêm mạc với pepsin.HS đánh giá sản phẩm của nhau GV đánh giá sản phẩm của HSHS rút ra kiến thức***Nội dung:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Biến đổi thức ăn ở dày** | **Các hoạt động tham gia** | **Thành phần tham gia hoạt động** | **Tác dụng của hoạt động** |
| Biến đổi lý học | -Sự tiết dịch vị-Sự co bóp của dạ dày | -Tuyến vị-Các lớp cơ của dạ dày | -Hòa loãng thức ăn-Đảo trộn thức ăn cho thấm đều dịch vị |
| Biến đổi hóa học | Hoạt động của enzim pepsin | Enzim pepsin | Phân cắt Prôtêin chuỗi dài thành chuỗi ngắn gồm 3-10 a xit amin |

 |
| **Nội dung 4**: **Tiêu hóa ở ruột non** (Dự kiến thời lượng:35’)**Mục tiêu hoạt động:**HS chỉ rõ cấu tạo của ruột non, đặc biệt là lớp niêm mạc có nhiều tuyến tiêu hoá phù hợp cho sự biến đổi hoá họcHS chỉ ra được thành phần tham gia vào các hoạt động tiêu hoá và tác dụng của nó trong sự tiêu hoá thức ăn. |
| Nội dung. phương thức tổ chức hoạt động học tập của học sinh | Dự kiến sản phẩm, đánh giá kết quả hoạt động |
| ***I. Ruột non:***🏵GV treo hình 28.1 và 28.2 cho HS quan sát tranh, đọc thông tin và trả lời câu hỏi: GV phát vấn câu hỏi:*- Quan sát tranh hãy cho biết ruột non có cấu tạo như thế nào?*  GV bổ sung; Thức ăn xuống ruột non từng lượng nhỏ, khi thức ăn chuyển hết thì ta có cảm giác đói bụng    ***II. Tiêu hoá ở ruột non:***🏵GV treo thêm tranh của hình 28.3GV yêu cầu HS thảo luận nhóm trả lời câu hỏi:*-Thức ăn xuống tới ruột non còn chịu sự biến đổi lí học nữa không?**Nếu có thì biểu hiện như thế nào?**-Sự biến đổi hóa học của ruột non được thực hiện đối với những loại chất nào trong thức ăn**-Vai trò của lớp cơ trong thành ruột non như thế nào?*GV theo dõi giúp đỡ các nhóm gặp khó khănGV bổ sung : tại ruột non :- Tinh bột thành đường đơn- Prôtêin thành axit amin.-Lipit thành axit béo và glyxêrinGV nêu câu hỏi liên hệ thực tế:*- Vì sao Prôtêin của thức ăn bị dịch tiêu hoá tiêu hoá hoàn toàn nhưng prôtêin của ruột non lại được bảo vệ không bị phân huỷ?**- Làm thế nào để khi chúng ta ăn thức ăn được biến đổi hoàn toàn thành chất dinh dưỡng mà cơ thể có thể hấp thụ?* | ***I. Ruột non:***🏵HS quan sát tranh, đọc thông tin và trả lời câu hỏi**\*Dự kiến sản phẩm:**- Thành ruột có 4 lớp giống dạ dày nhưng mỏng hơn.+ Lớp cơ chỉ có cơ dọc và cơ vòng.+ Lớp niêm mạc (sau tá tràng) có nhiều tuyến ruột tiết dịch ruột và tế bào tiết chất nhày.HS khác đánh giá câu trả lời của bạn. GV đánh giá câu trả lời của HS***Nội dung:******- Tá tràng là đoạn đầu của ruột non, nơi có ống dẫn chung của dịch tuỵ và dịch mật.******- Thành ruột có 4 lớp giống dạ dày nhưng mỏng hơn.******+ Lớp cơ chỉ có cơ dọc và cơ vòng.******+ Lớp niêm mạc (sau tá tràng) có nhiều tuyến ruột tiết dịch ruột và tế bào tiết chất nhày******II. Tiêu hoá ở ruột non:***🏵HS quan sát tranh vẽHS dựa vào dự đoán cũng như thông tin ở SGK để thảo luận nhóm trả lời câu hỏi:⚫ **Dự kiến sản phẩm**: - Thức ăn xuống tới ruột non vẫn còn chịu sự biến đổi lí học. Những biểu hiện:+ Thức ăn được hoà loãng, phân nhỏ và trộn đều với các dịch tiêu hoá.+ Thức ăn được đẩy dần xuống các phần tiếp theo của ruột.-Sự biến đổi hóa học của ruột non được thực hiện đối với gluxit, lipit, prôtêin- Vai trò của lớp cơ trên thành ruột non: Nhào trộn thức ăn cho ngấm đều dịch tiêu hoá; tạo lực đẩy thức ăn dần xuống các phần tiếp theo của ruột.Các nhóm đánh giá sản phẩm của nhau.GV đánh giá sản phẩm của HS**\*Dự kiến sản phẩm**:- Do ruột non được bảo vệ nhờ chất nhày - Nhai kĩ → + Dạ dày đỡ co bóp nhiều+ Thức ăn được nghiền nhỏ thì sẽ thấm đều dịch tiêu hoá → biến đổi hoá học được thực hiện dễ dàng.HS rút ra kiến thức ***Nội dung:******- Sự biến đổi lí học: (Vai trò chủ yếu của lớp cơ)*:*Thức ăn được hoà loãng và trộn đều với các dịch tiêu hoá, được đẩy dần xuống các phần tiếp theo của ruột.******- Sự biến đổi hoá học: nhờ có nhiều tuyến tiêu hoá hổ trợ như gan, tuỵ, các tuyến ruột, nên ở ruột có đủ các loại enzim phân giải các phân tử phức tạp của thức ăn (gluxit, lipit, prôtêin) thành các chất dinh dưỡng có thể hấp thụ được (đường đơn, glixêrin và axit béo, axit amin).*** |
| **Nội dung 5**: **Hấp thụ chất dinh dưỡng và thải phân.** (Dự kiến thời lượng:40’)**Mục tiêu hoạt động:**HS khẳng định được ruột non là nơi hấp thụ chất dinh dưỡng; Cấu tạo của ruột non phù hợp với sự hấp thụChỉ rõ 2 con đường vận chuyển các chất, đó là con đường máu và bạch huyết. Nêu vai trò quan trọng của gan.Chỉ rõ vai trò quan trọng của ruột già, đó là khả năng hấp thụ nước và thải phân. |
| Nội dung. phương thức tổ chức hoạt động học tập của học sinh | Dự kiến sản phẩm, đánh giá kết quả hoạt động |
| ***I. Hấp thụ chất dinh dưỡng:***GV thông báo cho HS: ruột non không hững tiêu hóa mà còn là nơi hấp thụ thức ăn***II. Con đường vận chuyển, hấp thụ các chất và vai trò của gan:***🏵GV treo tranh vẽ hình 29.3 cho HS quan sát tranh GV yêu cầu HS thảo luận nhóm trả lời câu hỏi (lệnh ⏷/tr.95 SGK):*- Liệt kê các chất dinh dưỡng được vận chuyển về tim rồi theo hệ tuần hoàn tới các tế bào của cơ thể vào các cột ở bảng 29.*

|  |  |
| --- | --- |
| **Các chất d2 được hấp thụ và vận chuyển theo đường máu** | **Các chất d2 được hấp thụ và vận chuyển theo đường bạch huyết** |
|  |  |

*- Gan đóng vai trò gì trên con đường vận chuyển chất dinh dưỡng về tim?*GV bổ sung: gan có khả năng khử độc nhưng không phải là vô hạn nên không được lạm dụng rượu bia, đồ uống có cồn.***III. Thải phân:***🏵GV gọi HS đọc thông tin trong SGK và trả lời câu hỏi:*- Vai trò chủ yếu của ruột già trong quá trình tiêu hoá ở cơ thể người là gì?*GV bổ sung: Ruột già hấp thụ lại nước nên khi đau bụng đại tiện thì nên đi ngay vì không đi viên phân sẽ bị mất nước, cô dặc lại gây táo bón, lâu ngày gây bệnh trĩ**GV lồng ghép BVMT :** Ngoài vệ sinh trước khi ăn và ăn chín , uống sôi, còn phải bảo vệ môi trường nước , đất bằng cách sử dụng hợp lý thuốc bảo vệ thực vật và phân hóa học để có được thức ăn sạch đảm bảo chất lượng cuộc sống.Nâng cao ý thức, khuyến khích dùng phân bón hữu cơ trong trồng trọt | ***I. Hấp thụ chất dinh dưỡng:******- Ruột non là nơi hấp thụ chất dinh dưỡng******II. Con đường vận chuyển, hấp thụ các chất và vai trò của gan:***🏵HS quan sát tranhHS thảo luận nhóm trả lời câu hỏi hiếu học tập 4 (lệnh ⏷/tr.95 SGK):\***Dự kiến sản phẩm**: - HS hoàn thành bảng 29.

|  |  |
| --- | --- |
| **Các chất d2 được hấp thụ và vận chuyển theo đường máu** | **Các chất d2 được hấp thụ và vận chuyển theo đường bạch huyết** |
| - Đường. Nước.-Axít béo và glixerin.Axit amin.- Các VTM tan trong nước.- Các muối khoáng | - Lipít (các giọt nhỏ đã được nhũ tương hoá).- Các VTM tan trong dầu (A, D, E, K) |

- Gan tham gia điều hoà nồng độ các chất d2 trong máu được ổn định, đồng thời khử các chất độc có hại với cơ thể,tiết mật. Các nhóm đánh giá sản phẩm của nhau.GV đánh giá sản phẩm của HSHS rút ra kiến thức***Nội dung:******- Các chất được hấp thụ tuy đi theo hai đường máu và bạch huyết nhưng cuối cùng vẫn được hoà chung và phân phối đến các tế bào cơ thể.******- Gan tham gia điều hoà nồng độ các chất d2 trong máu được ổn định, đồng thời khử các chất độc có hại với cơ thể.******III. Thải phân:***🏵 HS đọc thông tin trong SGK và trả lời câu hỏi:**\*Dự kiến sản phẩm**:- Hấp thụ nước và thải phân.Các HS khác đánh giá sản phẩm.GV đánh giá sản phẩm của HSHS rút ra kiến thức***Nội dung:******- Vai trò của ruột già:******+ Hấp thụ nước.******+ Thải phân (chất cặn bã) ra khỏi cơ thể.*** |
| **Nội dung 6**:**Vệ sinh tiêu hóa** (Dự kiến thời lượng:45’)**Mục tiêu hoạt động:**Chỉ ra các tác nhân gây hại và ảnh hưởng của nó tới cơ quan trong hệ tiêu hoá.Trình bày các biện pháp bảo vệ hệ tiêu hoá và cơ sở khoa học của các biện pháp |
| Nội dung. phương thức tổ chức hoạt động học tập của học sinh | Dự kiến sản phẩm, đánh giá kết quả hoạt động |
| ***I.Các tác nhân gây hại cho hệ tiêu hóa***🏵GV gọi HS đọc thông tin trong SGK.GV yêu cầu HS thảo luận nhóm để hoàn thành bảng 30.1 theo lệnh ⏷/tr.98 SGK. **GV lồng ghép BVMT:**Ngoài vệ sinh trước khi ăn và ăn chín , uống sôi, còn phải bảo vệ môi trường nước , đất bằng cách sử dụng hợp lý thuốc bảo vệ thực vật và phân hóa học để có được thức ăn sạch đảm bảo chất lượng cuộc sống.***II. Các biện pháp bảo vệ hệ tiêu hoá khỏi các tác nhân có hại và đảm bảo sự tiêu hoá có hiệu quả:***🏵 GV yêu cầu HS đọc thông tin trong SGK, thảo luận nhóm trả lời câu hỏi: *-Thế nào là vệ sinh răng miệng đúng cách?**-Thế nào là ăn uống hợp vệ sinh?**-Tại sao ăn uống đúng cách giúp cho sự tiêu hóa đạt hiệu quả?*GV bổ sung:+ Thức ăn hợp khẩu vị cũng như ăn trong bầu không khí vui vẻ → sự tiết dịch tiêu hóa tốt hơn → hiệu quả hơn.+ Sau khi ăn cần có thời gian nghĩ ngơi → hoạt động tiết dịch tiêu hóa cũng như hoạt động co bóp của dinh dưỡngvà ruột được tập trung hơn → sự tiêu hóa có hiệu quả hơn**GV lồng ghép GD ứng phó với biến đổi khí hậu:  *Ngoài yêu cầu vệ sinh trước khi ăn và ăn chín, uống sôi, cần phải bảo vệ môi trường nước, đất bằng cách sử dụng hợp lí thuốc bảo vệ thực vật và phân hóa học để có được thức ăn sạch → Học sinh hiểu được những điều kiện để đảm bảo chất lượng cuộc sống.*** | ***I.Các tác nhân gây hại cho hệ tiêu hóa***🏵HS đọc thông tin trong SGK.HS thảo luận nhóm thống nhất ý kiến để hoàn thành bảng 30.1.\***Dự kiến sản phẩm:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tác nhân**  | **Cơ quan hoặc hoạt động bị ảnh hưởng** | **Mức độ ảnh hưởng** |
| **Vi khuẩn** | Răng | Tạo nên môi trường axit làm hỏng men răng. |
| Họng  | Viễm nhiễm |
| Dạ dày | Bị viêm loét |
| Ruột | Bị viêm loét |
| Các tuyến tiêu hóa | Bị viêm  |
| **Giun, sán** | Ruột | Gây tắc ruột |
| Các tuyến tiêu hóa | Gây tắc ống dẫn mật |
| **Ăn uống không đúng cách** | Các cơ quan tiêu hoá | Có thể bị viêm |
| Hoạt động tiêu hóa | Kém hiệu quả  |
| Hoạt động hấp thụ | Kém hiệu quả |
| **Khẩu phần ăn không hợp lí** | Các cơ quan tiêu hoá | D2 và ruột bị mỏi mệt, gan có thể bị sơ |
| Hoạt động tiêu hóa | Bị rối loạn hoặc kém hiệu quả |
| Hoạt động hấp thụ | Bị rối loạn hoặc kém hiệu quả |

Các HS khác đánh giá câu trả lời. GV đánh giá sản phẩm của HS***Nội dung******- Sinh vật: gây sâu răng, viêm loét dạ dày, ruột, các tuyến tiêu hóa, tắc ruột…******-Ăn uống không đúng cách, khẩu phần ăn không hợp lí:hoạt động tiêu hóa, hấp thụ kém hiệu quả..******II. Các biện pháp bảo vệ hệ tiêu hoá khỏi các tác nhân có hại và đảm bảo sự tiêu hoá có hiệu quả:***🏵 HS đọc thông tin.HS thảo luận nhóm nhóm trả lời câu hỏi\***Dự kiến sản phẩm:** - Đánh răng sau khi ăn và trước khi ngủ - Ăn uống hợp vệ sinh :+ Ăn chín, uống sôi.+ Rau sống, trái cây tươi cần rửa sạch trước khi ăn.+ Không ăn thức ăn bị ôi thiu.+ Không để ruồi, nhặng… đậu vào thức ăn.- Ăn chậm, nhai kĩ → thức ăn được nghiền nhỏ, dễ thấm dịch vị → tiêu hóa hiệu quả hơn.+ Ăn đúng giờ, đúng bữa → sự tiết dịch tiêu hóa thuận lợi hơn, số lượng và chất lượng dịch tiêu hóa cao hơn và sự tiêu hoá sẽ hiệu quả hơn.+ Sau khi ăn cần có thời gian nghĩ ngơi → hoạt động tiết dịch tiêu hóa cũng như hoạt động co bóp của dinh dưỡngvà ruột được tập trung hơn → sự tiêu hóa có hiệu quả hơn.HS đánh giá sản phẩm của nhauGV đánh giá sản phẩm của HSHS rút ra kiến thức ***Nội dung:******Các biện pháp bảo vệ hệ tiêu hoá:******+ Ăn uống hợp vệ sinh.******+ Khẩu phần ăn hợp lý.******+ Ăn uống đúng cách.******+ Vệ sinh răng miệng sau khi ăn.*** |
| **Nội dung 7**: **Bài tập** (Dự kiến thời lượng:30’)**Mục tiêu hoạt động:**HS nhận dạng được các cơ quan và tuyến tiêu hóa biết được sự biến đổi lý và hóa học từ khoang miệng đến ruột non.HS biết cách bảo vệ hệ tiêu hóa |
| Nội dung. phương thức tổ chức hoạt động học tập của học sinh | Dự kiến sản phẩm, đánh giá kết quả hoạt động |
| **Bài tập1:** **Hoàn thành các chú thích vào bức tranh**GV treo tranh và yêu cầu HS lên hoàn thành các chú thích vào bức tranhqua-trinh-tieu-hoa-thuc-o-nguoi**Bài tập 2:Trình bày quá trình tiêu hóa thức ăn từ khoang miệng đến dạ dày đến ruột non**🏵 GV cho HS ngồi theo 3 nhóm và học theo phương pháp mảnh ghép :*- Nhóm 1: trình bày sự tiêu hóa ở khoang miệng?**-Nhóm 2 : trình bày sự tiêu hóa ở dạ dày?**- Nhóm 3 : trình bày sự tiêu hóa ở ruột non ?*GV yêu cầu:+ 4 HS của nhóm 1 qua nhóm 2,3 + 4 HS cảu nhóm 2 qua nhóm 1,3+ 4 HS của nhóm 3 qua nhóm 1,2GV yêu cầu HS trình bày lại kiến thức mà mình thảo luận được cho nhóm bạnGV yêu cầu HS trình bày lại sản phẩm GV đánh giá sản phẩm và hoàn thiện kiến thức***Bài tập 3:* *Bảo vệ hệ tiêu hóa***🏵 GV yêu cầu HS thảo luận theo kỹ thuật khăn trải bàn trả lời một số câu hỏi:*- Trình bày các tác nhân gây hại cho hệ tiêu hóa ?**- Nêu các biện pháp bảo vệ hệ tiêu hóa ?*GV bổ sung:+ Rau sống, trái cây tươi cần rửa sạch, gọt vỏ trước khi ăn.+ Không để ruồi, nhặng… đậu vào thức ăn.+ Ăn thức ăn hợp khẩu vị cũng như ăn trong bầu không khí vui vẻ → sựtiết dịch tiêu hóa tốt hơn  | **\*Kiểm tra thường xuyên 15’****Nội dung: Chủ đề 5****Bài tập1: Hoàn thành các chú thích vào bức tranh**HS lên hoàn thành các chú thích vào bức tranhqua-trinh-tieu-hoa-thuc-o-nguoi**Bài tập 2: Trình bày quá trình tiêu hóa thức ăn từ khoang miệng đến dạ dày đến ruột non.**🏵 HS ngồi theo 3 nhóm, thảo luận nhóm theo yêu cầu.Sau đó:+ 4 HS của nhóm 1 qua nhóm 2,3 + 4 HS của nhóm 2 qua nhóm 1,3+ 4 HS của nhóm 3 qua nhóm 1,2\* HS di chuyển và mang bản thảo luận của nhóm mình để làm việc với nhóm bên cạnh.\***Dự kiến sản phẩm**:- Nhóm 1 : ***Thức ăn được nghiền nhỏ và thấm đẫm nước bọt, 1 phần tinh bột chín bị biến đổi thành đường đơn dưới tác dụng của enzim amylaza.*** -Nhóm 2: ***Dạ dày tiết dịch vị, co bóp đảo trộn trức ăn cho thấm đều dịch vị và protein được phân cắt thành các polypeptit gồm 3-10 axit amin..***- Nhóm 3: ***Tại ruột non các chất được tiêu hóa dưới tác dụng của enzim do tuyến ruột tiết ra:******+ Gluxit thành đường đơn******+ Lipit thành axit béo và glyxerin.******+ Prôtein thành axit amin***.HS trình bày lại sản phẩmHS khác đánh giá sản phẩm hoàn thành và lên bảng làm bài tập.***Bài tập 3:* *Bảo vệ hệ tiêu hóa***- HS thảo luận theo kỹ thuật khăn trải bàn.\***Dự kiến sản phẩm**:\* Vi khuẩn, giun sán, ăn uống không đúng cách, khẩu phần ăn không hợp lý.\* Các biện pháp bảo vệ hệ tiêu hóa: - Đánh răng sau khi ăn và trước khi ngủ - Ăn uống hợp vệ sinh gồm:+ Ăn thức ăn đã nấu chín , uống sôi.+ Không ăn thức ăn bị ôi thiu.- Ăn chậm, nhai kĩ → thức ăn được nghiền nhỏ, dễ thấm dịch vị → tiêu hóa hiệu quả hơn.+ Ăn đúng giờ, đúng bữa → sự tiết dịch tiêu hóa thuận lợi hơn, số lượng và chất lượng dịch tiêu hóa cao hơn và sự tiêu hoá sẽ hiệu quả hơn. + Sau khi ăn cần có thời gian nghĩ ngơi Các nhóm đánh giá sản phẩm của nhauGV đánh giá sản phẩm của HSHS rút ra kiến thức**Bài tập 3**: ***Các biện pháp bảo vệ hệ tiêu hóa:*** ***- Đánh răng sau khi ăn và trước khi ngủ*** ***- Ăn uống hợp vệ sinh gồm:******- Ăn chậm, nhai kĩ, ăn đúng giờ, đúng bữa*** ***-Khẩu phần ăn hợp lí*** |
|  **Hoạt động III: Luyện tập** (Dự kiến thời lượng:25’)**Mục tiêu hoạt động:** Giúp học sinh củng cố lại các kiến thức đã được học |
| Nội dung. phương thức tổ chức hoạt động học tập của học sinh | Dự kiến sản phẩm, đánh giá kết quả hoạt động |
| GV treo bảng phụ với nội dung bài tập như sau:***Bài 1:Đánh dấu vào đầu câu trả lời đúng:******Câu 1. Chất nào dưới đây hầu như không bị biến đổi trong quá trình tiêu hoá thức ăn ?***a.Axit nuclêic b. Lipit c. Vitamin d. Prôtêin***Câu 2. Quá trình biến đổi lí học và hoá học của thức ăn không diễn ra đồng thời ở:***a.Khoang miệng b. Dạ dày c. Ruột non d. Thực quản***Câu 3. Qua tiêu hoá, lipit sẽ được biến đổi thành:***a. glixêrol. b. glixêrol và axit béo. c.axit amin. d. đường. ***Câu 4. Trong hệ tiêu hoá ở người, bộ phận nào nằm liền dưới dạ dày ?***a. Tá tràng       b. Thực quản c. Hậu môn       d. Kết tràng***5. Enzim trong dạ dày có tên:***a. Amylaza. b. pepsinogen.c. pépin. d. HCl***6. Ở dạ dày có sự biến đổi hóa học đối với nhóm chất:***a. Prôtêin b. Gluxitc. Lipit d. vitamin***7.Dung tích chứa của dạ dày khoảng:***a. 2l b. 3l c. 4l d. 5l***8.Chất dinh dưỡng được hấp thụ chủ yếu nhờ:***a. lớp cơ ruột giàb. enzimc. chất nhầy trong ruột nond. ruột non***9.Hoạt động nào diễn ra chủ yếu ở ruột non:***a. biến đổi hóa họcb. đảo trộn thức ănc. biến đổi lí họcd. Tiết nước bọt***10. Loại thức ăn được biến đổi và hấp thụ nhanh nhất là:***a. Prôtêin b. Tinh bột chín c. lipit d. mỡ thực vật***Bài 2:*** Trả lời các câu hỏi sau ***Câu 1***: *Khi bị quá đói em nên ăn hoặc uống món gì? Vì sao?****Câu 2****:Khi bị sâu răng em nên nhổ hay trám răng?****Câu 3****: Thí nghiệm đơn giản nào không dùng hóa chất vẫn giúp em xác định được Enzim có trong nước bọt đã biến đổi tinh bột tạo thành đường?****Câu 4:*** *Khi ta ăn cháo hay uống sữa, các loại thức ăn này có thể được biến đổi trong khoang miệng như thế nào?****Câu 5****: Có nên tin: chữa sâu răng bằng cách bắt con sâu răng?Vì sao?****Câu 6:*** *Một người bị triệu chứng thiếu axit trong dạ dày thì sự tiêu hóa ở ruột non có thể thế nào?* | **Dự kiến sản phẩm:*****Bài 1*.** 1. c     2.d    3.b  4.a5.a  6.a7.b  8.d    9.a      10.b***Bài 2:******Câu 1***: *Khi bị quá đói em nên ăn cháo, trái cây có vị ngọt hoặc uống nước trái cây vì tinh bột chín và đường sẽ dễ tiêu hóa và nhanh hấp thụ vào máu tạo ra năng lượng tức thì cho cơ thể nên sẽ nhanh khỏe. Không nên uống sữa hoặc ăn đạm nhiều .****Câu 2****:**Khi bị sâu răng em nên: nhổ hay trám răng còn tùy mức độ. Nhưng trám răng sẽ giữ lại được răng để nhai, không bị cóp má và phát âm cũng chuẩn hơn****Câu 3:*** *Thí nghiệm đơn giản nào không dùng hóa chất vẫn giúp em xác định được Enzim có trong nước bọt đã biến đổi tinh bột tạo thành đường là khi em nhai cơm nguội rồi chắp chắp nuốt vào cổ thấy có vị ngọt là đường.****Câu 4****:* *Với cháo: thấm một ít nước bọt, một phần tinh bột trong cháo bị enzim amilaza biến đổi thành đường matozo**Với sữa: thấm 1 ít nước bọt, sự tiêu hóa không diễn ra ở khoang miệng vì thành phần chính của sữa là protein và đường đôi hoặc đường đơn****Câu 5****:* *Không nên tin: chữa sâu răng bằng cách bắt con sâu răng.Vì sâu răng là do răng bị thủng, bị viêm nhiễm do vi khuẩn tấn công chứ không có con sâu nào trong răng.****Câu 6****:* *Môn vị thiếu tín hiệu đóng, nên thức ăn sẽ qua môn vị xuống ruột non liên tục và nhanh hơn, thức ăn sẽ không đủ thời gian ngấm đều dịch tiêu hóa của ruột non nên hiệu quả tiêu hóa thấp.* |
|  **Hoạt động IV : Vận dụng** (Dự kiến thời lượng:20’)**Mục tiêu hoạt động:** Giúp học sinh vận dụng kiến thức, hiểu biết của mình để xử lý 1 số tình huống trong cuộc sống  |
| Nội dung, phương thức tổ chứchoạt động học tập của học sinh | Dự kiến sản phẩm,đánh giá kết quả hoạt động |
| ***Câu 1****: Ăn uống đúng cách là ăn uống như thế nào?*  ***GV yêu cầu mỗi nhóm thuyết trình về các tình huống đã chuẩn bị trước******1.Khi bị tiêu chảy****GV bổ sung:*Đau vùng thượng vị hoặc quanh rốn: Đau này thường kéo theo cơn đau quặn hoặc đau âm ỉ rất khó chịu.Tiêu chảy cấp gây [mất nước](https://doisongbiz.com/mat-nuoc-trieu-chung-nguyen-nhan-va-dieu-tri.html) nghiêm trọng đối với người bệnhĐi phân lỏng nhiều lần trong ngày: Có thể đi từ 3-10 lần trên 1 ngày. Đây chính là nguyên nhân khiến người bệnh mệt mỏi và thiếu nước trầm trọng.Da khô, mắt trũng: Biểu hiện nặng của ***tiêu chảy cấp***chính là mắt trũng sâu, da khô. Đây là biểu hiện của mất nước nặng cần bổ sung nước kịp thời nếu không dễ dẫn đến trụy tim mạch.Đôi khi người bị bệnh tiêu chảy cấp không thể bù nước bằng đường uống có thể tiến hành truyền nước bằng tĩnh mạch.Người bị tiêu chảy cấp cần thật sự chú ý đến [chế độ ăn uống](https://doisongbiz.com/dinh-duong/che-do-an-uong) của mình để nhanh chóng đẩy lùi bệnh. Ăn nhiều hoa quả chín để bổ sung kháng thể. Ăn thức ăn đã qua nấu chín và uống nước sôi.***2. Thói quen ăn nóng rồi uống nước đá ngay***https://static.tuoitre.vn/tto/i/s626/2016/01/19/anh-jpg-1453166804.jpgTac hai cua nuoc da voi suc khoe-Hinh-5GV bổ sung: Mọi người nên hạn chế tối đa uống nước quá lạnh. Thay vào đó, nước ấm hoặc nước mát là an toàn cho sức khỏe. Ngoài ra, cần chú ý vấn đề vệ sinh của các loại đá bán bên ngoài vì chúng có thể nhiễm khuẩn và các tạp chất mà mắt thường không thể nhìn thấy | ***Câu 1****: Ăn uống đúng cách là :**+ Ăn chậm, nhai kĩ* *+ Ăn đúng giờ, đúng bữa* *+ Sau khi ăn cần có thời gian nghĩ ngơi* *+ Thức ăn hợp khẩu vị cũng như ăn trong bầu không khí vui vẻ* ***Mỗi nhóm thuyết trình về các tình huống đã chuẩn bị trước*****Dự kiến sản phẩm:*****1. Khi bị tiêu chảy***- ***Bệnh tiêu chảy cấp*** có thể được xác định bởi một số nguyên nhân sau:+Do ăn uống: do thức ăn, nước uống. Có thể người bệnh ăn phải thức ăn ôi thiu, thức ăn nhiễm bệnh nhiễm khuẩn, nguồn nước chưa được đun sôi. Thường rất hay xảy ra vào mùa hè.+Do virut: Đôi khi ***bệnh tiêu chảy cấp*** do vi rút xâm nhập và trường hợp này rất dễ hình thành ổ dịch nhỏ.**-*Cách chữa tiêu chảy cấp:***+Ăn búp ổi xanh, ăn chè khô…nghĩa là ăn những thức ăn có vị chát để cầm việc đi phân lỏng.**+**Khi bị tiêu chảy cấp người bệnh mất nước rất nhiều do đó cần phải bù nước kịp thời Oresol là gói bù nước điện giải .Cách dùng đơn giản là sử dụng 1 gói Oresol pha với 1 lít nước đun sôi để nguội và uống liên tục thay nước.+Bổ sung hệ vi sinh bằng cách uống men tiêu hóa+Ăn thức ăn lỏng thanh đạm dễ tiêu, tránh nhiều dầu mỡ, chia nhỏ bữa ăn-***Nếu nặng nên đi bệnh viện******2. Thói quen ăn nóng rồi uống nước đá ngay***Ăn nóng trên 60 độ C có thể gây ra bỏng cấp độ 1 dẫn đến đỏ rát trong miệng, lưỡi. Điều này khích thích và làm thoái hóa các tế bào.Việc ăn nóng rồi lập tức uống lạnh sẽ tạo ra sự sốc nhiệt. Đây cũng là nguyên nhân làm tăng nguy cơ ung thư vòm họng nếu duy trì thói quen này trên 10 năm.Nhiều người lầm tưởng viêm họng chỉ do uống nước đá lạnh hoặc ăn nhiều kem. Tuy nhiên, nguyên nhân chính lại là do vi khuẩn đến từ thức ăn, nước uống hoặc trào ngược dạ dày, thực quản kèm theo cơ thể yếu, không có đề kháng.***Giảm sức đề kháng****:* Khi uống nhiều nước đá, cơ thể phải hao phí năng lượng hóa giải chất lạnh, giảm [sức đề kháng](https://suckhoe.vn/dinh-duong/suc-de-khang-la-gi-vai-tro-cua-suc-de-khang-voi-suc-khoe.html) nên càng lúc càng suy yếu và sinh bệnh.***Viêm họng:***Uống nhiều nước đá hàng ngày sẽ làm giảm hoạt động của các tuyến tiết dịch, gây tình trạng khô, rát họng, tăng tiết nhầy gây vướng, phải khạc nhổ nhiều dẫn đến [viêm họng](https://suckhoe.vn/benh-pho-bien/nhan-biet-cac-the-viem-hong-de-co-bien-phap-dieu-tri-kip-thoi.html)***Giảm khả năng lưu thông máu****:* Uống [nước đá](https://suckhoe.vn/do-uong/nuoc-da-tac-hai-cua-nuoc-da-voi-co-the-chung-ta-ban-nen-biet.html) khiến cho [mạch máu](https://suckhoe.vn/y-hoc-thuong-thuc/tim-hieu-the-nao-la-mach-mau-co-nhung-loai-mach-mau-nao.html) co lại, giảm máu đi nuôi [niêm mạc](https://suckhoe.vn/y-hoc-thuong-thuc/niem-mac-la-gi-cau-tao-va-chuc-nang-cua-niem-mac.html) ảnh hưởng tới [tiêu hóa](https://suckhoe.vn/y-hoc-thuong-thuc/tim-hieu-tieu-hoa-la-gi-dac-diem-cua-qua-trinh-tieu-hoa-thuc-an-o-nguoi.html) gây [đau bụng](https://suckhoe.vn/benh-pho-bien/dau-bung-cac-loai-dau-bung-va-nguyen-nhan-gay-dau-bung.html) [tiêu chảy](https://suckhoe.vn/kieng-ki/de-khong-gay-anh-huong-den-suc-khoe-va-thai-nhi-ba-bau-khong-nen-an-dua-muoi.html)***Hỏng men răng:***Uống nước đá có thể làm hỏng men [răng](https://suckhoe.vn/loi-song/trao-luu-chay-dua-tham-my-rang-can-than-keo-tien-mat-tat-mang.html) thậm chí nứt to và mẻ vì bị [sốc nhiệt](https://suckhoe.vn/benh-pho-bien/soc-nhiet-la-gi-trieu-chung-va-bieu-hien-cua-con-soc-nhiet.html) ( khi nhiệt độ thay đổi đột ngột). Thói quen nhai đá còn có thẻ làm [răng](https://suckhoe.vn/tong-hop/rang-la-gi-phan-loai-va-cau-tao-cua-rang-chung-ta-khong-nen-bo-qua.html) yếu và [dễ gãy](https://suckhoe.vn/meo-vat-suc-khoe/lam-gi-de-han-che-tinh-trang-mong-tay-bi-kho-va-de-gay.html)***Tăng khả năng nhiễm khuẩn****:*Nước đá thường rất dễ nhiễm bẩn. Khi đá tan [vi khuẩn](https://suckhoe.vn/y-hoc-thuong-thuc/vi-khuan-la-gi-mot-so-benh-pho-bien-do-vi-khuan-gay-ra.html) sẽ tấn công và xâm nhập cơ thể, gây ra một số căn bệnh nguy hiểm cho bạn.Các nhóm đánh giá sản phẩm của nhau Gv đánh giá sản phẩm của HS và cùng nhau bổ sung rút kinh nghệm cho bản thân |

**IV. Câu hỏi/bài tập kiểm tra, đánh giá theo định hướng phát triển năng lực và phẩm chất học sinh**

1.**Bảng mô tả ma trận kiểm tra, đánh giá theo các mức độ nhận thức**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Nhận biết** | **Thông hiểu** | **Vận dụng** | **Vận dụng cao** |
| **Nội dung 1**Tiêu hóa và các cơ quan tiêu hóa | Nhận biết cơ quan không tham gia tiêu hóa thức ăn | Dự đoán vai trò của tiêu hóa | Xác định tuyến tiêu hóa có trong miệng |  |
| **Nội dung 2**Tiêu hóa ở khoang miệng | Liệt kê sự biến đổi thức ăn ở *khoang miệng* | Biến đổi của chất dưới tác dụng của enzim trong nước bọt | Chỉ ra loại thức ăn được biến đổi về mặt hoá học ở khoang miệng | Giải thích vì sao khi ăn không nên cười đùa |
| **Nội dung 3**Tiêu hóa ở dạ dày | Chọn ra chức năng của dạ dày | Dự đoán chất ngăn cách các tế bào niêm mạc với pépsin  | Dự đoán thức ăn bị enzim có trong dạ dày biến đổi | Đưa ra kết luận tác hại của rượu với dạ dày |
| **Nội dung 4**Tiêu hóa ở ruột non | Chọn ra chiều dài phù hợp ruột non | Phân biệt cơ quan được dịch tuyến tụy đổ vào | Xác định chức năng quan trọng nhất của ruột non |  |
| **Nội dung 5**Hấp thụ chất dinh dưỡng và thải phân | Gọi tên đoạn ruột chứa phân | Dự đoán chất được hấp thụ ở ruột già | Xác định chức năng của gan | Đánh giá lợi ích của việc nhai kỹ |
| **Nội dung 6**Vệ sinh tiêu hóa | Phác thảo giờ nghỉ ngơi cho hệ tiêu hóa | Giải thích được loại thực phẩm cần ăn khi quá đói | Thiết lập quan hệ giữa thức ăn hàng ngày và việc đại tiện |  |
| **Nội dung 7**Bài tập | Phát biểu đúng về tiêu hóa thức ăn | Giải thích loại thực phẩm không nên ăn nhiều trong tuần | Sửa đổi thói quen để bảo vệ hệ tiêu hóa |  |

***2. Câu hỏi/Bài tập***

***Câu hỏi/Bài tập - Nhận biết: Hãy khoanh tròn vào đầu câu trả lời đúng:***

***Câu 1. Cơ quan không tham gia vào việc tiêu hóa thức ăn là:***

a. Dạ dạy b. Ruột non c. Ruột thừa d. Khoang miệng

***Câu 2. Quá trình biến đổi thức ăn ở khoang miệng gồm:***

a. Biến đổi lý học, biến đổi hoá học b. Nhai

c. Đảo trộn thức ăn d. Tiết nước bọt

***Câu 3. Chức năng chính của dạ dày về mặt biến đổi hóa học là:***

a. Làm nhuyễn b. Đảo trộn thức ăn c. Phân cắt prôtêin d. Co bóp

***Câu 4. Ruột non có chiều dài:***

a. 2,2m b. 2,4m c. 2,6m d. 2,8m.

***Câu*** 5. ***Đoạn ruột chứa phân có tên là***:

a. Tá tràng b. Đại tràng c. Trực tràng d. Manh tràng.

***Câu 6: Không nên ăn sau giờ nào:***

 a. 21h b. 7h c. 11h d. 18h

***Câu*** 7. ***Tiêu hóa thức ăn là quá trình***:

a. Hấp thụ chất dinh dưỡng

b. Biến đổi thức ăn thành chất dinh dưỡng

c. Thải bã ra ngoài

d. Nghiền nát thức ăn.

 ***Dự kiến sản phẩm: 1c, 2a; 3c; 4d; 5c; 6a; 7b***

  ***Câu hỏi/Bài tập - Thông hiểu***

***Câu 8. Vai trò không phải của tiêu hoá là:***

a. Biến đổi thức ăn thành chất dinh dưỡng cơ thể hấp thụ được.

b. Thải các chất cặn bả ra khỏi cơ thể

c. Hấp thụ chất dinh dưỡng cho cơ thể.

d. Bảo vệ cơ thể

***Câu 9. Enzim có trong nước bọt có tác dụng với nhóm chất:***

a. Prôtêin, tinh bột, lipit b. Tinh bột chín

c. Prôtêin, tinh bột, hoa quả d. Bánh mì, mỡ thực vật

 ***Câu 10. Chất được tiết ra và phủ lên bề mặt niêm mạc, ngăn cách các tế bào niêm mạc với pépsin là:***

 a. Máu b. Nước mô c. Chất nhầy d. Sụn ***Câu 11. Ở người, dịch tiêu hoá từ tuyến tuỵ sẽ đổ vào bộ phận nào ?***

a. Thực quản       b. Khoang miệng c. Dạ dày       d. Ruột non

***Câu 12: Chất được hấp thụ ở ruột già là:***

 a. Nước b. Vitamin c. Chất xơ d. Tinh bột

***Câu 13: Khi bị quá đói bụng ta nên ăn hoặc uống loại thực phẩm nào sau đây:***

 a. Sữa b. Nước cam c. Gà rán d. Xôi

***Câu 14: Thực phẩm nào nên hạn chế không nên ăn 3 lần 1 tuần:***

 a. Cá b. Cơm c. Nội tạng động vật d. Rau xanh

 ***Dự kiến sản phẩm: 8d; 9b; 10c; 11d; 12a; 13b; 14d***

 ***Câu hỏi/Bài tập - Vận dụng***:

***Câu 15. Tuyến nào sau đây không phải là tuyến tiêu hóa:***

a. tuyến nước bọt b. tuyến gan c. tuyến ruột d. tuyến mồ hôi

***Câu 16. Loại thức ăn được biến đổi về mặt hoá học ở khoang miệng là:***

a. Cơm b. Cá kho c. Thịt nướng d. Trứng luộc

***Câu 17. Loại thức ăn nào sau đây bị enzim trong dạ dày biến đổi về mặt hóa học:***

a. Khoai lang b. Trái cây c. Thịt luộc d. Bánh mỳ

***Câu 18.*** Chức năng quan trọng nhất của ruột non là:

a. Nhào trộn thức ăn     b. Hấp thụ chất dinh dưỡng

c. Chứa phân       d. Nghiền nát thức ăn

***Câu 19.*** Chức năng nào sau đây không phải của gan?

a. Khử độc b. Diệt vi khuẩn c.Tiết mật d.Tích lũy chất dinh dưỡng dư

***Câu 20: Để thuận lợi cho việc đi đại tiện trong khẩu phần ăn hàng ngày ta nên bổ sung:***

 a. Chất đạm b. Chất béo c. Rau xanh d. Đường

***Câu 21: Để bảo vệ hệ tiêu hóa ta nên:***

 a. Ăn đúng giờ, đúng bữa b. Ăn nóng, uống lạnh

 c. Ăn đồ cứng d. Ăn mặn, cay

 ***Dự kiến sản phẩm:15d; 16a; 17c; 18b; 19b, 20c; 21a***

 ***Câu hỏi/Bài tập - Vận dụng cao:***

***Câu 1***: *Vì sao trong khi ăn không được cười đùa?*

***Câu 2****: Khi mắc nghẹn ta không nên uống nước, có đúng hay không? Cách xử lí khi bị mắc nghẹn?*

***Câu 3: Hãy giải thích nghĩa đen về mặt sinh học của câu thành ngữ “Nhai kĩ no lâu”***

***Câu 4:*** *Uống rượu nhiều gây hại cho dạ dày như thế nào ?*

 ***Dự kiến sản phẩm:***

 ***Câu 1***: *Trong khi ăn không được cười đùa vì khi nói sụn thanh thiệt hay còn gọi là nắp thanh quản mở ra, còn chúng ta nuốt đột ngột nắp này đóng lại không kịp thức ăn sẽ lọt vào thanh quản gây nguy hiểm nên cơ thể có phản ứng ho, sặc để tống thức ăn ra ngoài.*

***Câu 2****: Khi mắc nghẹn ta không nên uống nước là không đúng . Cách xử lí khi bị mắc nghẹn là uống nước từng ngụm nhỏ cho thức ăn trôi xuống, tạm thời ngừng ăn trong giây lát và khi ăn nên ăn chậm rãi*

***Câu 3****:**Nghĩa đen về mặt sinh học của câu thành ngữ này là khi ta nhai kĩ thì hiệu suất tiêu hóa càng cao, cơ thể hấp thụ được nhiều chất dinh dưỡng hơn nên no lâu hơn*

***Câu 4****: Rượu làm trôi lớp chất nhầy ngăn cách enzim pepsin với lớp cơ dạ dày, lâu dần lớp cơ này sẽ bị ăn mòn và dạ dày sẽ bị thủng.*

 ***V. Phụ lục***

 ***Bảng 27: Các hoạt động biến đổi thức ăn ở dạ dày***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Biến đổi thức ăn ở dày** | **Các hoạt động tham gia** | **Thành phần tham gia hoạt động** | **Tác dụng của hoạt động** |
| Biến đổi lý học |  |  |  |
| Biến đổi hóa học |  |  |  |

 ***Lệnh ⏷/trang 95 SGK: Bảng 29. Con đường vận chuyển chất dinh dưỡng đã được hấp thu***

|  |  |
| --- | --- |
| **Các chất d2 được hấp thụ và vận chuyển theo đường máu** | **Các chất d2 được hấp thụ và vận chuyển theo đường bạch huyết** |
| -- | -- |

 ***Lệnh ⏷/trang 98 SGK: Bảng 30.1: Các tác nhân gây hại cho hệ tiêu hóa***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tác nhân**  | **Cơ quan hoặc hoạt động bị ảnh hưởng** | **Mức độ ảnh hưởng** |
|  Vi khuẩn |  |  |
| Giun, sán |  |  |
| Ăn uống không đúng cách |  |  |
| Khẩu phần ăn không hợp lí |  |  |

***Tài liệu được chia sẻ bởi Website VnTeach.Com***

***https://www.vnteach.com***

***Một sản phẩm của cộng đồng facebook Thư Viện VnTeach.Com***

***https://www.facebook.com/groups/vnteach/***

***https://www.facebook.com/groups/thuvienvnteach/***