PHIẾU HỌC TẬP

BÀI 10: TUẦN HOÀN Ở ĐỘNG VẬT

Dựa vào thông tin mục VI sgk/67, hãy hoàn thành các nội dung sau đây:

1. Nối các ý đúng với lợi ích của luyện tập thể dục, thể thao thường xuyên đối với HTH

Cơ tim kém phát triển

Thành tim dày lên

Lưu lượng tim giảm

Cơ tim phát triển

Nhịp tim khi nghỉ tăng

Thể tích tâm thu tăng

LUYỆN TẬP THỂ DỤC, THỂ THAO THƯỜNG XUYÊN

Mạch máu bền hơn

Tăng thể tích máu

Lưu lượng máu tăng

Nhịp tim khi nghỉ giảm

Buồng tim co mạnh hơn

Tim nhỏ lại, dày lên

2. Liệt kê các tác hại của việc lạm dụng rượu, bia đối với tim mạch và sức khỏe (tối thiểu 5 tác hại)

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

LIVEWORKSHEETS

3. Sử dụng các phần mềm chỉnh sửa, tạo video trên điện thoại. Hãy tạo 1 video ngắn tuyên truyền về tác hại của rượu, bia đối với tim mạch và sức khỏe hoặc lợi ích của luyện tập thể dục thể thao thường xuyên.

Yêu cầu: Video ngắn từ 30-60s (1đ) Có lồng tiếng hoặc chữ minh họa các hình ảnh (4đ) Trong video chứa đựng ít nhất 5 tác hại hoặc 5 lợi ích tùy theo chủ đề lựa chọn(2đ) Video phải có thông điệp chung ở đoạn kết hoặc mở đầu (2đ).

LIVEWORKSHEETS