Họ và tên:..... Lớp: ..... Điểm:.....

PHIẾU HỌC TẬP: THÂN NHIỆT VÀ ĐIỀU HÒA THÂN NHIỆT

PHẦN I: TÌM HIỂU VỀ THÂN NHIỆT:

Điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống:

Thân nhiệt là: .....

Nhiệt độ cơ thể người bình thường (đo ở nách hoặc miệng) dao động trong khoảng:.....

PHẦN II: CƠ CHẾ ĐIỀU HÒA THÂN NHIỆT:

1. Cơ quan nào đóng vai trò quan trọng nhất trong việc thải nhiệt và giữ nhiệt cho cơ thể?

A. Tim B. Da C. Phổi D. Gan

2. Điền từ thích hợp vào chỗ trống (co, dãn, tăng, giảm) khi cơ thể ở hai trạng thái khác nhau:

- **Khi trời nóng:**
  - Mao mạch dưới da ..... để tăng cường tỏa nhiệt.
  - Tuyến mồ hôi ..... hoạt động để tiết mồ hôi làm mát cơ thể.
- **Khi trời rét:**
  - Mao mạch dưới da ..... để giảm thoát nhiệt ra ngoài.
  - Cơ chân lông co, xuất hiện hiện tượng ..... (run) để sinh nhiệt.

PHẦN III: VẬN DỤNG VÀ BẢO VỆ CƠ THỂ:

Câu 1. Khi lao động nặng hoặc chạy bộ, da chúng ta thường đỏ ửng. Hiện tượng này xảy ra do cơ chế nào sau đây?

A. Các mạch máu dưới da co lại để giữ nhiệt cho cơ thể.

B. Các mạch máu dưới da giãn ra để tăng cường tỏa nhiệt.

C. Tuyến mồ hôi ngừng hoạt động làm máu tụ lại dưới da.

D. Cơ chân lông co lại khiến lượng máu dồn về bề mặt da tăng lên.

Câu 2. Khi gặp lạnh đột ngột, cơ thể xuất hiện hiện tượng "run bần bật". Ý nghĩa sinh lý của hiện tượng này là gì?

A. Kích thích tuyến mồ hôi hoạt động để thải độc tố.

B. Làm giảm diện tích tiếp xúc của cơ thể với môi trường lạnh.

C. Gây co cơ xương liên tục để sinh ra nhiệt lượng sưởi ấm cơ thể.

D. Tăng lưu thông máu ra da để hấp thụ nhiệt từ môi trường.

Câu 3. Khi một người bị sốt cao trên 39 độ C, việc hạ sốt kịp thời là cực kỳ cần thiết vì:

A. Sốt cao kéo dài có thể làm biến tính protein và gây tổn thương tế bào não.

B. Sốt cao làm cơ thể mất hoàn toàn khả năng sản sinh ra nhiệt lượng.

C. Nhiệt độ cao làm các mạch máu co thắt toàn bộ gây ngừng tuần hoàn.

D. Sốt cao khiến các tuyến nội tiết ngừng tiết hormone thyroxine.

LIVEWORKSHEETS