**Trường THCS Mỹ Thạnh**

**SINH HỌC 8 HỌC KỲ II – NĂM HỌC 2019-2020**

**BÀI 39: BÀI TIẾT NƯỚC TIỂU**

I. Sự tạo thành nước tiểu

- Sự tạo thành nước tiểu gồm 3 quá trình:

+ Quá trình lọc máu ở cầu thận -> tạo ra nước tiểu đầu.

+ Quá trình hấp thụ lại ở ống thận.

+ Quá trình bài tiết tiếp gồm:

\*Hấp thụ lại các chất cần thiết.

\* Bài tiết tiếp chất thừa chất thải -> tạo thành nước tiểu chính thức.

II. Thải nước tiểu

Nước tiểu chính thức đổ vào bể thận, qua ống dẫn nước tiểu xuống tích trữ ở bóng đái rồi được thải ra ngoài nhờ hoạt động của cơ vòng bóng đái, cơ bóng đái và cơ bụng.

**BÀI 40. VỆ SINH HỆ BÀI TIẾT NƯỚC TIỂU và**

**Bài 41: CẤU TẠO VÀ CHỨC NĂNG CỦA DA**

I. Một số tác nhân (giới thiệu)

II. Một số thói quen bảo vệ hệ bài tiết nước tiểu.

- Thường xuyên giữ vệ sinh cho toàn cơ thể cũng như hệ bài tiết.

- Khẩu phần ăn uống hợp lý.

+ Không ăn quá nhiều prôtêin, quá mặn, quá chua, quá nhiều chất tạo sỏi.

+ Không ăn thức ăn ôi thiu và nhiễm chất độc hại.

+ Uống đủ nước.

- Khi muốn đi tiểu thì đi ngay, không nên nhịn lâu.

III. Cấu tạo của da

Gồm 3 lớp:

- Lớp biểu bì: gồm các tế bào xếp sít nhau, chất gian bào không đáng kể

- Lớp bì : (da chính thức) là mô liên kết có các sợi liên kết bện chặt, trong đó có các thụ quan, tuyến mồ hôi, tuyến nhờn, lông, dây thần kinh và mạch máu

- Lớp mỡ dưới da: gồm các tế bào mỡ tạo mô mỡ

IV. Chức năng của da

- Bao bọc, bảo vệ cơ thể.

- Điều hòa thân nhiệt nhờ các tuyến mồ hôi, các mao mạch máu dưới da.

- Chức năng cảm giác nhờ các thu quan xúc giác (thụ quan áp lực, nóng lạnh, đau đớn).

- Bài tiết nhờ các tuyến mồ hôi, tuyến nhờn.

**Bài 42: VỆ SINH DA**

**Bài 43: GIỚI THIỆU CHUNG HỆ THẦN KINH**

I. Rèn luyện da

Cơ thể là một khối thống nhất -> rèn luyện cơ thể là rèn luyện các hệ cơ quan trong đó có da.

- Các hình thức rèn luyện da:

+ Tắm nắng lúc 8- 9 giờ.

+ Tập chạy buổi sáng.

+ Tham gia thể thao buổi chiều.

+ Xoa bóp da.

+ Lao động chân tay vừa sức.

- Nguyên tắc rèn luyện:

+ Rèn luyện từ từ , nâng dần sức chịu đựng.

+ Rèn luyện thích hợp với sức khỏe.

+ Cần thướng xuyên tiếp xúc với ánh nắng buổi sáng.

II. Phòng chống bệnh ngoài da

- Cần đề phòng tránh bỏng nhiệt, bỏng do vôi, do hóa chất, do điện…

- Vệ sinh cơ thể thường xuyên, tránh làm da xấy xát, giữ vệ sinh nguồn nước, nơi ở và nơi công cộng.

III. Cấu tạo và chức năng hệ thần kinh

1. Cấu tạo

Hệ thần kinh gồm:

- Bộ phận trung ương gồm:

+ Não nằm trong hộp sọ.

+ Tủy sống nằm trong ống xương sống.

- Bộ phận ngoại biên gồm:

+ Các dây thần kinh não và các dây thần kinh tủy.

+ Các hạch thần kinh.

2. Chức năng

- Hệ thần kinh vận động:

+ Điều khiển sự hoạt động của cơ vân.

+ Là hoạt động có ý thức.

- Hệ thần kinh sinh dưỡng:

+ Điều hòa hoạt động các cơ quan sinh dưỡng và cơ quan sinh sản.

+ Là hoạt động không có ý thức.

**Bài 45: DÂY THẦN KINH TỦY**

I. Cấu tạo của dây thần kinh tuỷ

- Có 31 đôi dây thần kinh.

- Mỗi dây thần kinh tủy gồm 2 rễ:

+ Rễ trước: rễ vận động.

+ Rễ sau: rễ cảm giác.

- Các rễ tủy đi ra khỏi lỗ gian đốt nhập lại thành dây thần kinh tủy.

II. Chức năng của dây thần kinh tuỷ

- Rễ trước dẫn truyền xung vận động (li tâm)

- Rễ sau: dẫn truyền xung cảm giác (hướng tâm)

- Dây thần kinh tủy bao gồm các bó sợi cảm giác và vận động nhập lại nối với tủy sống qua rễ trước và rễ sau nên gọi là dây pha.

**Bài 46: TRỤ NÃO, TIỂU NÃO, NÃO TRUNG GIAN**

**BÀI 49: CƠ QUAN PHÂN TÍCH THỊ GIÁC**

**(gộp chung)**

I. Vị trí và chức năng trụ não, tiểu não, não trung gian.

Não bộ kể từ dưới lên gồm:

- Trụ não (nối với tủy sống): điều khiền, điều hòa hoạt động của nội quan và dẫn truyền

- Não trung gian: dẫn truyền, điều khiển quá trình trao đổi chất và điều hòa thân nhiệt.

+ Tiểu não (nằm sau trụ não): điều hoà, phối hợp các cử động phức tạp và giữ thăng bằng cho cơ thể.

II. Cơ quan phân tích (I. bài 49)

- Cơ quan phân tích gồm:

+ Cơ quan thụ cảm.

+ Dây thần kinh.

+ Bộ phận phân tích ở trung ương.

- Cơ quan phân tích giúp cơ thể nhận biết tác động của môi trường xung quanh.

III. Cơ quan phân tích thị giác (II. bài 49)

- Cơ quan phân tích thị giác gồm:

+ Màng lưới trong **cầu mắt**.

+ Dây thần kinh thị giác.

+ Vùng thị giác ở thuỳ chẩm của vỏ não.

**\* Cấu tạo của cầu mắt** (mục II.1 – bài 49)

- Cầu mắt gồm 3 lớp:

+ Màng cứng có nhiệm vụ bảo vệ phần trong của cầu mắt, phía trước màng cứng là màng giác trong suốt để ánh sáng đi vào cầu mắt.

+ Màng mạch có nhiều mạch máu và các tế bào sắc tố đen tạo thành một phòng tối trong cầu mắt.

+ Màng lưới chứa tế bào thụ cảm thị giác.

**Bài 47: Đại não**

**I. Cấu tạo của đại não**

Đại não: chất xám và chất trắng.

- Chất xám làm thành vỏ não.

+ Giữa đại não có một rãnh sâu chia đại não thành hai nửa gọi là bán cấu đại não.

+ Mỗi bán cầu đại não được các ránh sâu chia thành các thùy (thùy trán, thùy đỉnh, thùy thái dương, thùy chẩm).

+ Bề mặt có các khe và rảnh -> khúc cuộn não -> tăng diện tích.

- Chất trắng nằm dưới vỏ não, chứa các nhân nền (nhân dưới vỏ).

Chất trắng là các đường thần kinh nối hai bán cầu đại não với nhau (tạo thành thể chai) và nối đại não với các phần khác của não.

**II. Sự phân vùng chức năng của đại não**

- Vỏ não được phân thành nhiều vùng chức năng khác nhau, thực hiện các chức năng khác nhau: vùng cảm giác, vùng vận động, vùng thị giác, vùng thính giác, vùng vị giác và vùng khứu giác.

- Đặc biệt hơn là xuất hiện vùng vận động ngôn ngữ (nói, viết), vùng hiểu tiếng nói và chữ viết liên quan đến hệ thống tín hiệu thứ hai.

- Não là trung ương của các phản xạ có điều kiện.

**BÀI 49: CƠ QUAN PHÂN TÍCH THỊ GIÁC**

I. Vị trí và chức năng từng phần của não bộ

Não bộ kể từ dưới lên gồm:

- Trụ não( nối với tủy sống): điều khiền, điều hòa hoạt động của nội quan và dẫn truyền

- Não trung gian: dẫn truyền, điều khiển quá trình trao đổi chất và điều hòa thân nhiệt.

+ Đại não.

+ Tiểu não ( nằm sau trụ não): điều hoà, phối hợp các cử động phức tạp và giữ thăng bằng cho cơ thể

II. Cơ quan phân tích

- Cơ quan phân tích gồm:

+ Cơ quan thụ cảm.

+ Dây thần kinh.

+ Bộ phận phân tích ở trung ương.

- Cơ quan phân tích giúp cơ thể nhận biết tác động của môi trường xung quanh.

III. Cơ quan phân tích thị giác

- Cơ quan phân tích thị giác gồm:

+ Màng lưới trong **cầu mắt**.

+ Dây thần kinh thị giác.

+ Vùng thị giác ở thuỳ chẩm của vỏ não.

**\* Cấu tạo của cầu mắt**

- Cầu mắt gồm 3 lớp:

+ Màng cứng có nhiệm vụ bảo vệ phần trong của cầu mắt, phía trước màng cứng là màng giác trong suốt để ánh sáng đi vào cầu mắt.

+ Màng mạch có nhiều mạch máu và các tế bào sắc tố đen tạo thành một phòng tối trong cầu mắt.

+ Màng lưới chứa tế bào thụ cảm thị giác.

**Bài 50: Vệ sinh mắt**

I. Các tật của mắt

1. Cận thị

- Biểu hiện: mắt chỉ có khả năng nhìn gần

- Nguyên nhân: cầu mắt dài, thể thủy tinh quá phồng

- Cách khắc phục: đeo kính cận (kính mặt lõm – kính phân kì)

- Cách phòng tránh: giữ đúng khoảng cách khi đọc sách.

2. Viễn thị

- Biểu hiện: mắt chỉ có khả năng nhìn xa

- Nguyên nhân: cầu mắt ngắn, thể thủy tinh không phồng được.

- Cách khắc phục: đeo kính viễn (kính mặt lồi – kính hội tụ)

- Cách phòng tránh: giữ đúng khoảng cách khi đọc sách.

II. Bệnh về mắt

1. Bệnh đau mắt hột

- Biểu hiện: trong mi mắt có nhiều hột nổi cộm lên, khi hột vỡ ra làm thành sẹo kéo lông mi quặp vào trong (lông quặm) gây đục màng giác dẫn đến mù loà.

- Nguyên nhân: Do 1 loại virut có trong dử mắt gây ra.

- Cách phòng tránh:

+ Không dùng chung khăn, chậu với người bệnh hoặc tắm trong ao tù nước bẩn.

+ Không dụi tay bẩn vào mắt.

+ Rửa mắt băng nước ấm pha muối loãng và nhỏ thuốc mắt.

2. Bệnh đau mắt đỏ

- Biểu hiện: có cảm giác cộm, nóng rát trong mắt, chảy nước mắt, sưng mi mắt.

- Nguyên nhân: do vi khuẩn gây ra.

- Cách phòng tránh: giữ vệ sinh đôi mắt. Tuyệt đối không dùng tay bẩn hoặc khăn bẩn lau dụi mắt, dùng chung đồ dùng: khăn, chậu với người đau mắt đỏ.

**Bài 51: Cơ quan phân tích thính giác**

I. Cấu tạo của tai

Tai được chia ra: tai ngoài, tai giữa, tai trong.

- Tai ngoài gồm vành tai và ống tai.

- Tai giữa là một khoang xương gồm xương búa, xương đe, xương bàn đạp.

- Tai trong gồm: cơ quan tiền đình cùng các ống bán khuyên và ốc tai.

+ Cơ quan tiền đình thu nhận các thông tin về vị trí và thăng bằng của cơ thể.

+ Các ống bán khuyên thu nhận các thông tin về sự chuyển động của cơ thể trong không gian.

+ Ốc tai bao gồm ốc tai xương và ốc tai màng, là cơ quan thu nhận âm thanh nhờ các tế bào thụ cảm thính giác trong cơ quan Coócti.

II. Chức năng thu nhận sóng âm

Sóng âm vào tai làm rung màng nhĩ, tác động đến cơ quan Coócti, kích thích tế bào thụ cảm thính giác giúp ta nhận biết về âm thanh đó.

III. Vệ sinh tai

- Luôn giữ tai sạch sẽ, không dùng que nhọn và vật sắc để ngoái tai.

- Tránh nơi có tiếng ồn hoặc tiếng động mạnh, ảnh hưởng tới hệ thần kinh, làm giảm tính đàn hồi của màng nhĩ dẫn đến tai không nghe rõ.

**Bài 52: Phản xạ không điều kiện và phản xạ có điều kiện**

I. Phân biệt phản xạ có điều kiện và phản xạ không điều kiện

- Phản xạ không điều kiện là phản xạ sinh ra đã có, không cần phải học tập và rèn luyện.

- Phản xạ có điều kiện là phản xạ được hình thành trong đời sống của cá thể, là kết quả của quá trình học tập, rèn luyện.

II. Sự hình thành phản xạ có điều kiện

1. Hình thành phản xạ có điều kiện

- Phản xạ có điều kiện hình thành phải có sự kết hợp giữa một kích thích có điều kiện với kích thích không điều kiện.

- Trong đó kích thích có điều kiện phải tác động trước kích thích không điều kiện một thời gian ngắn.

2. Ức chế phản xạ có điều kiện

Các phản xạ có điều kiện nếu không được củng cố thường xuyên sẽ bị mất do ức chế tắt dần, vì vậy phải thường xuyên củng cố các phản xạ có điều kiện đã được hình thành.

3. Ý nghĩa

- Đảm bảo sự thích nghi với môi trường và điều kiện sống luôn luôn thay đổi.

- Hình thành các thói quen và tập quán tốt đối với con người.

III-So sánh tính chất của phản xạ không điều kiện với phản xạ có điều kiện

- So sánh (bảng 52-2).

- Mối liên quan:

+ Phản xạ không điều kiện là cơ sở để thành lập phản xạ có điều kiện.

+ Phải có sự kết hợp giữa một kích thích có điều kiện với kích thích không điều kiện (kích thích có điều kiện phải tác động trước kích thích không điều kiện một thời gian ngắn).

**Bài 54: Vệ sinh thần kinh**

I. Ý nghĩa của giấc ngủ đối với sức khoẻ

- Ngủ là một nhu cầu sinh lí của cơ thể.

- Bản chất của giấc ngủ là quá trình ức chế tự nhiên. Khi ngủ các cơ quan giảm hoạt động, có tác dụng phục hồi hoạt động của hệ thần kinh và các hệ cơ quan khác.

- Để đảm bảo giấc ngủ tốt cần:

+ Ngủ đúng giờ.

+ Chỗ ngủ thuận lợi.

+ Không dùng chất kích thích: cà phê, chè đặc, thuốc lá.

+ Không ăn quá no, hạn chế kích thích ảnh hưởng tới vỏ não gây hưng phấn.

II. Lao động và nghỉ ngơi hợp lí

- Tác nhân ảnh hưởng xấu đến hệ thần kinh:

+ Chế độ làm việc và nghỉ ngơi không hợp lý.

+ Ngủ không đủ.

+ Các chất kích thích và ức chế đối với hệ thần kinh.

- Để bảo vệ hệ thần kinh cần:

+ Làm việc và nghỉ ngơi hợp lí.

+ Hạn chế tiếng ồn.

+ Đảm bảo giấc ngủ hợp lý.

+ Giữ cho tâm hồn thư thái.

+ Không lạm dụng các chất kích thích, ức chế đối với hệ thần kinh.

III. Tránh lạm dụng các chất kích thích và ức chế đối với hệ thần kinh

**Chủ đề “Nội tiết” (2 tiết)**

I. Đặc điểm hệ nội tiết

Tuyến nội tiết sản xuất hoocmon theo đường máu (đường thể dịch ) đến các cơ quan đích điều hòa quá trình sinh lý trong cơ thể.

II. Đặc điểm hoocmon

- Hoocmon có tính đặc hiệu.

- Hoocmon có hoạt tính sinh học rất cao, chỉ cần một lượng nhỏ cũng ảnh hưởng rõ rệt đến quá trình sinh lí.

- Hoocmon không mang tính đặc trưng cho loài.

\* Vai trò của hoocmon

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

- Điều hòa các quá trình sinh lý diễn ra bình thường.

III. Tuyến và chức năng của tuyến

- Tuyến yên (nhỏ bằng hạt đậu nằm ở nền sọ có liên quan đến vùng dưới đồi - não trung gian):

+ Tiết hoocmon kích thích hoạt động của nhiều tuyến nội tiết khác.

+ Tiết hoocmon ảnh hưởng tới một số quá trình sinh lý trong cơ thể: sự tăng trưởng, trao đổi gluco, chất khoáng, nước và co thắt cơ trơn (tử cung).

- Tuyến giáp (nằm trước sụn giáp của thanh quản, nặng 20 – 25g - lớn nhất):

+ Tiết tirôxin (TH): có vai trò quan trọng trong trao đổi chất và chuyển hóa ở tế bào.

+ Cùng với tuyến cận giáp có vai trò trong điều hòa trao đổi canxi và photpho trong máu.

- Tuyến tụy vừa là tuyến ngoại tiết vừa là tuyến nội tiết (dưới dạ dầy, trên tá tràng): tiết glucagon và inxulin điều hòa đường huyết.

- Tuyến thượng thận (trên thận):

+ Vỏ tuyến

* Lớp ngoài tiết hoocmon điều hòa muối natri, kali trong máu.
* Lớp giũa tạo glucôzơ từ prôtêin và lipit
* Lớp trong: Điều hòa sinh dục nam, gây biến đổi đặc tính SD nam.

+ Tủy tuyến tiết ađrênali và noa ađrênalin làm tăng nhịp tim, co mạch, tăng hô hấp….

- Tuyến sinh dục

+ Tuyến sinh dục nam (tinh hoàn)

* Sản sinh ra tinh trùng.
* Tiết hoocmôn sinh dục nam testosterone (gây biến đổi cơ thể ở tuổi dậy thì của nam).

+ Tuyến sinh dục nữ (buồng trứng)

* Sản sinh ra trứng.
* Tiết hoocmôn sinh dục nữ ơstrogen gây biến đổi cơ thể ở tuổi dậy thì của nữ.

IV. Điều hòa hoạt động của tuyến

- Tuyến yên điều hòa hoạt động các tuyến khác.

- Tuyến yên chịu sự chi phối của các tuyến.

- Các tuyến nội tiết trong cơ thể có sự điều hoà và phối hợp hoạt động để duy trì tính ổn định của môi trường trong, đảm bảo các quá trình sinh lí trong cơ thể diễn ra bình thường.

**Bài 60, 61: Cơ quan sinh dục**

I. Cơ quan sinh dục nam

Gồm: Tinh hoàn (tinh trùng X và Y), Túi tinh, Ống dẫn tinh, Dương vật, Tuyến hành, tuyến tiền liệt.

II. Cơ quan sinh dục nữ

Gồm: Buồng trứng (trứng X), Ống dẫn, phễu, Tử cung, Âm đạo, Tuyến tiền đình.

**Bài 62: Thụ tinh, thụ thai và phát triển của thai**

I. Thụ tinh và thụ thai

-Thụ tinh: Sự kết hợp giữa trứng và tinh trùng tạo thành hợp tử

+ Điều kiện trứng và tinh trùng gặp nhau ở 1/3 ống dẫn trứng

- Thụ thai: Trứng được thụ tinh bám vào thành tử cung tiếp tục phát triển thành thai

+ Điều kiện: trứng được thụ tinh phaỉ bám vào thành tử cung

II. Sự phát triển của thai

- Thai được nuôi dưỡng nhờ chất dinh dưởng lấy từ mẹ qua nhau thai

- Khi mang thai người mẹ cần được cung cấp đầy đủ chất dinh dưỡng và tránh các chất kích thích có haị cho thai như: rượu, thuốc lá…

III. Hiện tượng kinh nguyệt

- Kinh nguyệt là hiện tượng trứng không được thụ tinh, lớp niêm mạc tử cung bong ra thoát ra ngoài cùng máu và dịch nhầy.

- Kinh nguyệt xaỷ ra theo chu kỳ.

- Kinh nguyệt đánh dấu chính thức tuổi dậy thì ở em gái.

**Bài 63: Cơ sở khoa học của các biện pháp tránh thai**

I. Ý nghĩa của việc tránh thai

- Đảm bảo sức khoẻ cho người mẹ và chất lượng cuộc sống.

- Đối với Hs (tuổi VTN) không có con sớm ảnh hưởng tới sức khoẻ, học tập và tinh thần.

II. Những nguy cơ có thai ở tuổi vị thành niên

Có thai ở tuổi vị thành niên là nguyên nhân tăng nguy cơ tử vong (mẹ và con) và gây nhiều hậu quả xấu.

III. Cơ sở khoa học của các biện pháp tránh thai

- Nguyên tắc tránh thai:

+ Ngăn trứng chín và rụng.

+ Tránh không để tinh trùng gặp trứng.

+ Chống sự làm tổ của trứng đã thụ tinh.

- Phương tiện tránh thai: Bao cao su, thuốc tránh thai, vòng tránh thai…

**Chủ đề: Bệnh qua đường tình dục**

I. Bệnh lậu

-Tác nhân gây bệnh: do song cầu khuẩn và xoắn khuẩn gây nên

-Triệu chứng gồm 2 giai đoạn:

+Giai đoạn sớm: Chưa có biểu hiện

+Giai đoạn muộn: (trong bảng 64.1)

- Tác hại: (trong bảng 64.1)

II. Bệnh giang mai (giảm tải)

III. HIV/AIDS

- AIDS là hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải.

-Tác hại và con đường lây truyền HIV / AIDS

\* AIDS là thảm hoạ của loài người vì:

- Tỷ lệ tử vong cao.

- Không có vacxin phòng và thuốc chữa.

- Lây lan nhanh.

\* Biện pháp:

- Chủ động phòng tránh lây nhiễm.

- Không tim chích ma tuý, không dùng chung kim tiêm.

- Sống lành mạnh, chung thuỷ một vợ, một chồng.

- Người mẹ bị AIDS không nên sinh con.

HẾT

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