

CHỦ ĐỀ : DA

I. CẤU TẠO DA.

• NÊU VAI TRÒ VÀ ĐẶC ĐIỂM TỪNG PHẦN TRONG CẤU TẠO CỦA DA.

- Tầng sừng : gồm các tế bào chết, luôn bong ra có tác dụng bảo vệ.
- Tầng tế bào sống: phân chia tạo tế bào mới thay thế tế bào chết, có các hạt sắc tố tạo nên màu sắc da.
- Sợi mô liên kết : giúp da co, dãn.
- Thụ quan : nhận biết, cảm giác.
- Tuyến mồ hôi: bài tiết và điều hòa thân nhiệt.
- Tuyến nhờn : tiết chất nhờn làm mềm da.
- Dây thần kinh : dẫn truyền xung thần kinh.
- Mạch máu : điều hòa thân nhiệt, mang chất dinh dưỡng đến nuôi da.
- Tóc, lông, móng là sản phẩm của da.
- Cơ chân lông : điều hòa thân nhiệt.
- Lớp mỡ dưới da : cách nhiệt và dự trữ mỡ.

II. CHỨC NĂNG CỦA DA.

- Bảo vệ cơ thể.
- Tiếp nhận kích thích.
- Bài tiết.
- Điều hòa thân nhiệt.
- Da và sản phẩm của da tạo nên vẻ đẹp của cơ người.

III. VỆ SINH DA.

1. Bảo vệ da:
 - Phải thường xuyên tắm rửa, thay quần áo và giữ gìn da sạch sẽ.
 - Tránh làm da bị xây xát, bị bỏng; không nên nặn mụn.
2. Rèn luyện da:
 - Hình thức: Tắm nắng sớm, tham gia TDTT và lao động vừa sức, xoa bóp.
 - Nguyên tắc: Rèn luyện từ từ, thường xuyên, thích hợp với thể trạng sức khỏe.
3. Phòng chống bệnh ngoài da:
 - Để phòng bệnh:
 - + Giữ vệ sinh cơ thể thường xuyên.
 - + Tránh để da bị xây xát hoặc bị bỏng.
 - + Vệ sinh nguồn nước, nơi ở và nơi công cộng.
 - Để chữa bệnh:
 - + Chữa trị kịp thời và đúng cách.
 - + Dùng thuốc theo chỉ dẫn của bác sĩ.

IV. BÀI TẬP CŨNG CỐ.

1. Tìm một số bệnh thường gặp ngoài da ? (Nêu biểu hiện và cách phòng bệnh)
(Mỗi học sinh tìm ít nhất 5 bệnh ngoài da thường gặp ở cơ thể, ghi vào tập Gv sẽ chấm lấy điểm thường xuyên).
2. Trả lời các câu hỏi lệnh sgk bài 41,42 vào tập.