

# 15

## CƠ QUAN TIÊU HOÁ

Hãy cùng tìm hiểu về:

- Các bộ phận chính của cơ quan tiêu hoá.
- Chức năng của cơ quan tiêu hoá.
- Một số cách bảo vệ cơ quan tiêu hoá.

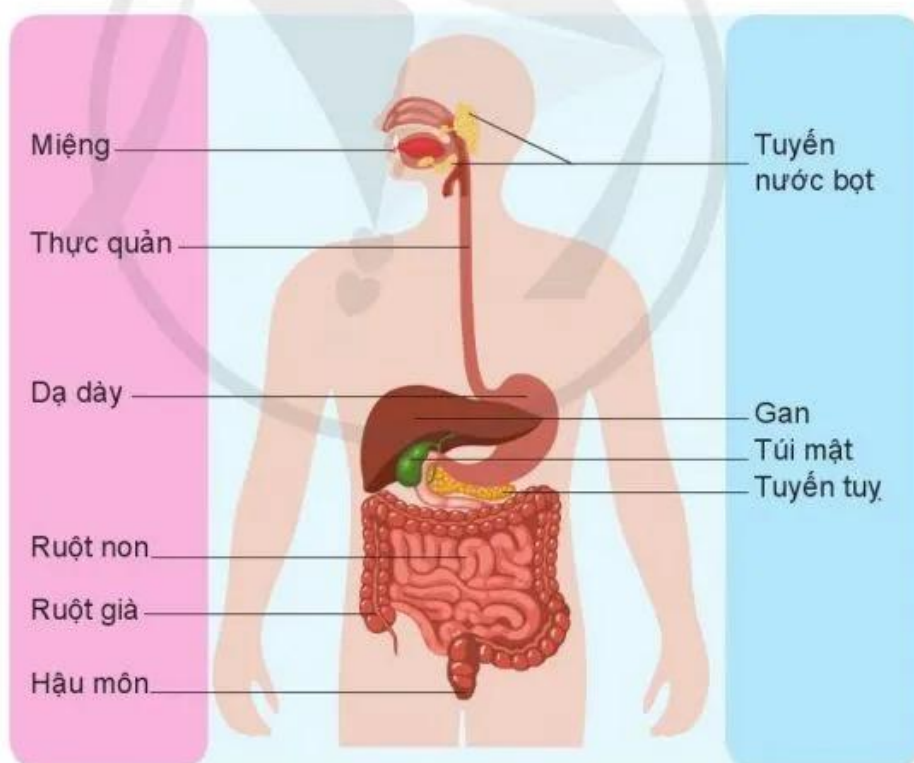


Cùng đoán xem, thức ăn chúng ta ăn hằng ngày qua miệng sẽ đi đâu trong cơ thể.

### 1 Các bộ phận chính của cơ quan tiêu hoá



Chỉ và nói tên các bộ phận chính của cơ quan tiêu hoá trong sơ đồ dưới đây.



Sơ đồ cơ quan tiêu hoá



Ghép thẻ chữ vào hình.



### Chuẩn bị:



1. Các thẻ chữ

2. Sơ đồ cơ quan tiêu hoá

Thực quản

Miệng

Hậu môn

Tuyến tụy

Gan

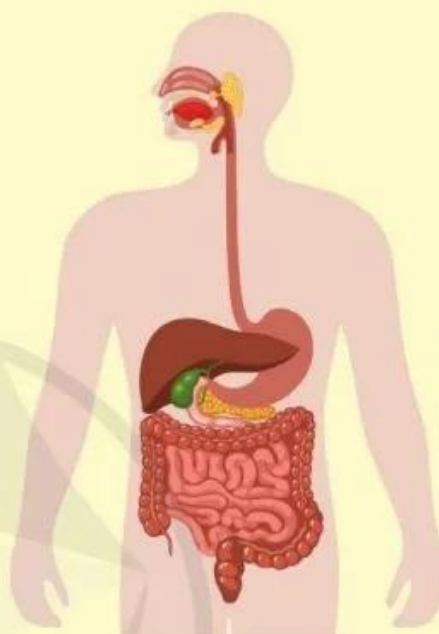
Dạ dày

Túi mật

Ruột già

Tuyến nước bọt

Ruột non



### Thực hiện:

1. Ghép thẻ chữ vào sơ đồ cơ quan tiêu hoá cho phù hợp.
2. Chỉ và nói đường đi của thức ăn trên sơ đồ cơ quan tiêu hoá.



Cơ quan tiêu hoá gồm ống tiêu hoá và tuyến tiêu hoá.

**Ống tiêu hoá:** miệng, thực quản, dạ dày, ruột non, ruột già và hậu môn.

**Tuyến tiêu hoá:** tuyến nước bọt tiết ra nước bọt; gan tiết ra mật (dự trữ trong túi mật); tuyến tụy tiết ra dịch tụy.

### Em có biết?

Ở thành dạ dày có tuyến dạ dày tiết ra dịch vị.

Ở thành ruột non có tuyến ruột tiết ra dịch ruột.

## 2 Chức năng của cơ quan tiêu hoá



Khám phá quá trình tiêu hoá thức ăn ở khoang miệng.

### Chuẩn bị:

Bánh mì hoặc cơm.

### Thực hiện:

1. Nhai kĩ một miếng bánh mì hoặc cơm trong khoảng một phút.
2. Chia sẻ với bạn về:
  - a) Sự thay đổi độ cứng và vị của miếng bánh mì hoặc cơm trước và sau khi nhai.
  - b) Vai trò của răng, lưỡi và nước bọt khi ăn.



Ở khoang miệng, thức ăn được nghiền nhỏ, nhào trộn, tẩm ướt. Khi nhai kĩ, nước bọt sẽ giúp biến đổi một lượng nhỏ thức ăn chứa chất bột như bánh mì, cơm,... thành đường.



Chỉ và nói quá trình tiêu hoá thức ăn ở dạ dày, ruột non, ruột già trong các hình dưới đây.

1

### Ở dạ dày

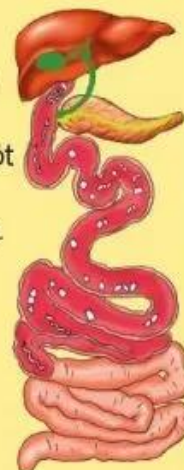
- Thức ăn được nhào trộn, nghiền nát thành dạng lỏng.
- Một phần thức ăn được dịch vị biến đổi thành chất dinh dưỡng.



2

### Ở ruột non

- Hầu hết thức ăn được mật, dịch tụy, dịch ruột biến đổi thành chất dinh dưỡng.
- Các chất dinh dưỡng được hấp thu vào máu nuôi cơ thể.



3

### Ở ruột già

- Phần lớn nước được hấp thu vào máu.
- Các chất cặn bã được tạo thành phân và thải ra ngoài.





1. Kể về việc ăn uống hằng ngày của em.
2. Em có nhận xét gì về lượng thức ăn, đồ uống được đưa vào cơ thể và lượng chất cặn bã thải ra?
3. Cơ quan tiêu hoá có chức năng gì?



Cơ quan tiêu hoá có chức năng biến đổi thức ăn thành các chất dinh dưỡng nuôi cơ thể và thải các chất cặn bã ra ngoài.

### 3 Bảo vệ cơ quan tiêu hoá



Hãy nói về những việc cần làm hoặc cần tránh để bảo vệ cơ quan tiêu hoá trong các hình dưới đây.



Em còn biết việc làm nào có lợi hoặc có hại cho cơ quan tiêu hoá?



## "Hỏi – đáp"



Vi sao không nên chạy nhảy ngay sau bữa ăn?

1

a

Kích thích các cơ trong ruột, làm tăng tốc độ di chuyển của thức ăn ở ruột



Vi sao thường xuyên tập thể dục và vận động vừa sức vào thời gian phù hợp lại có lợi cho việc tiêu hoá thức ăn?

2

b

Dễ bị sặc, thức ăn rơi vào khí quản rất nguy hiểm



Vi sao không nên cười, đùa trong khi ăn?

3

c

Dễ bị đau bụng, làm giảm tác dụng tiêu hoá thức ăn ở dạ dày



Em cần thay đổi thói quen nào trong ăn uống để bảo vệ cơ quan tiêu hoá? Vì sao?



Em sẽ khuyên các bạn thế nào, nếu các bạn cười đùa trong khi ăn?



Các bạn nhớ tập cho mình thói quen ăn đúng giờ, ăn đủ bữa, không ăn quá no; ăn chậm, nhai kĩ; thường xuyên tập thể dục và vận động vừa sức.

# 16

## CƠ QUAN TUẦN HOÀN

Hãy cùng tìm hiểu về:

- Các bộ phận chính của cơ quan tuần hoàn.
- Chức năng của cơ quan tuần hoàn.
- Một số cách bảo vệ cơ quan tuần hoàn.



Khi bạn hoặc ai đó bị đứt tay, bạn nhìn thấy gì ở vết thương?

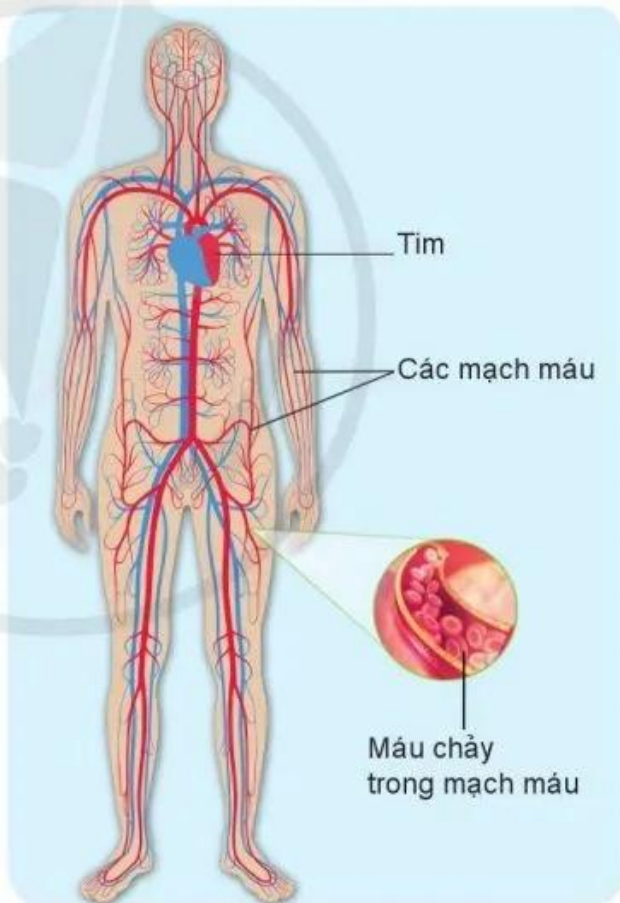
### 1 Các bộ phận chính của cơ quan tuần hoàn



Chỉ và nói tên các bộ phận chính của cơ quan tuần hoàn trong sơ đồ bên.

#### Em có biết?

Các mạch máu gồm: động mạch, mao mạch và tĩnh mạch.



Sơ đồ cơ quan tuần hoàn



Cơ quan tuần hoàn là một hệ thống khép kín, bao gồm: tim và các mạch máu.