
Кожжа

Тема урока:

**Кожа – наружный
покров тела
человека. Уход за
кожей**

Цель урока:

- Изучить
наружный
покровный орган
человека - кожу
-

Задачи урока:

- Изучить строение кожи
 - Познакомиться с основными функциями кожи
 - Доказать взаимосвязь между строением и функциями кожи
 - Выяснить роль кожи в жизни человека
 - Познакомиться с основными правилами ухода за кожей
-

Интересные факты о коже

Поисковая работа первой группы

-
- Через кожу в организм поступает около **2%** потребляемого человеком кислорода
 - В холодную погоду человек через кожу выделяет до **0,5л** пота в сутки, а в жаркую до **10-15л**. Иногда до **4л** в час. Твердых веществ около **10 г**.
 - Кожная поверхность человека содержит **250 000** рецепторов холода, **30 000** рецепторов тепла.
 - За сутки выделяется **20 г** кожного сала.
-

- Снаружи клетки кожи мёртвые и постоянно слущиваются. Человек среднего роста каждый час теряет около 800 тысяч микрочастиц кожи. Общий вес кожи, сбрасываемой в течение жизни человеком - 18кг.
- Кожа - самый тяжёлый орган человека, он весит 2кг. 700гр., а площадь кожного покрова взрослого человека достигает 1,5 - 2 кв.м.
- Этот орган не только от тепла, но и от стыда - краснеет, от испуга - потеет, а от страха - бледнеет.
- На каждый квадратный сантиметр кожи приходится 100 потовых желёз, кровеносных сосудов и более 150 нервных окончаний.
- В коже 1 километр кровеносных сосудов.
- В коже происходит образование витамина Д.

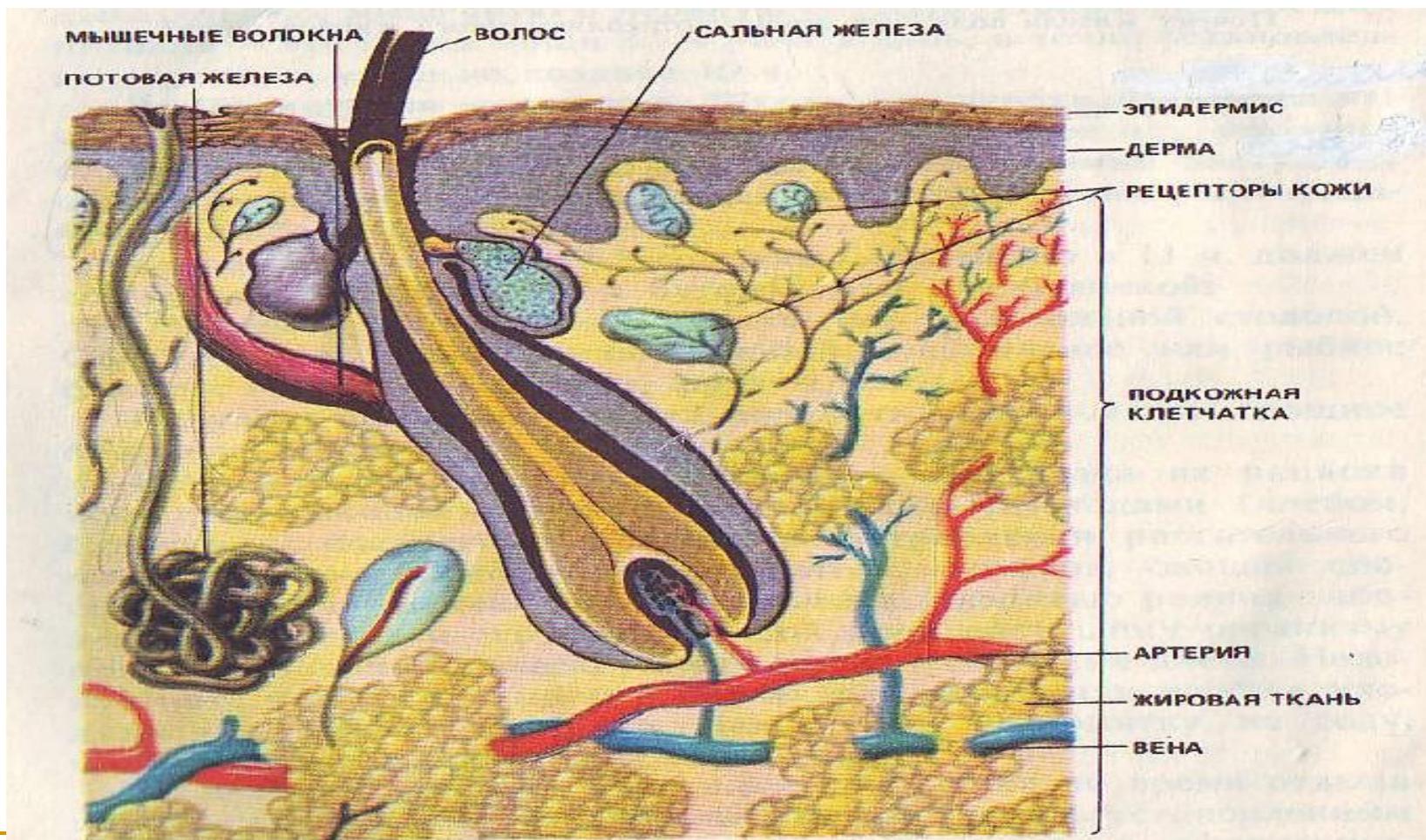
-
- Самый толстый слой кожи находится на ступнях ног и составляет 0,5см., а самый тонкий на веках.
 - В коже находится фермент меланин, защищающий организм от ультрафиолета.
 - Кожа за всё время жизни человека обновляется примерно 1000 раз.
 - Кожа является показателем здоровья и состояния внутренних органов. Поэтому с древних времён к нам пришло изречение «Кожа - это зеркало здоровья человека».
-

Строение кожи

В коже человека выделяют три слоя:

- **наружный – эпидермис**
 - **средний – дерму
(собственно кожу)**
 - **внутренний – гиподерму
(подкожную клетчатку)**
-

Строение кожи



Самонаблюдение

Задание 1

- Изучите через лупу кожу тыльной стороны руки. Обратите внимание на то, что из пор выходят стержни волос. Поры на коже образуют ромбы и треугольники, а ограниченная ими поверхность блестит. Почему она блестит?

Каково значение сальных желез?

Задание 2

Какая сторона кисти сильнее потеет: тыльная или ладонная?

Почему?

Рассмотрите при помощи лупы ладонь. Там нет волос, но имеются поры, правда, более мелкие, чем на тыльной стороне кисти. Куда они ведут?

Какое значение имеют потовые железы?

Задание 3

- Определите с помощью бумажной салфетки тип вашей кожи. Для этого прижмите салфетку к лицу, а затем рассмотрите её. Что вы заметили? Почему так произошло?
 - Найдите в параграфе 40, как надо ухаживать за сухой и жирной кожей
-

Задание 4

- Рассмотрите узоры на подушечках пальцев. Они называются папиллярными линиями. Подумайте и решите, где больше кожных рецепторов – на подушечках пальцев или на ладонной поверхности кисти.
 - В какой профессии используются данные, изучающие разнообразие папиллярных линий
-

Функции кожи

- **Защитная функция**

Защищает от ушибов внутренние органы, от действия газов и жидкостей, от попадания микробов.

Функции кожи

- **Выделительная и дыхательная функции**

Избыток воды, солей, продуктов обмена и различных шлаков выделяется через потовые железы наружу. Через потовые железы происходит и газообмен: поглощается кислород и выделяется углекислый газ.

Функции кожи

- **Рецепторная функция**

В коже много рецепторов, воспринимающих тепло и холод, прикосновение, давление, боль. Особенно много рецепторов на кончиках пальцев

- **Участие в теплорегуляции**

Благодаря порообразованию и изменениям просвета

Кровеносных сосудов происходит увеличение или уменьшение теплоотдачи

Обобщение

(Имя любого человека в классе),

на сегодняшнем

уроке я узнал(а)...

Биологические задачи

- Выделяется ли пот человека при температуре 0 градусов?
 - Оказывается, кожа человека гораздо чувствительнее к холоду, чем к теплу. Дайте объяснение этому факту.
-

Домашнее задание

- Параграф 39 полностью, параграф 40 первая глава.
 - Заполнить рабочую тетрадь по теме «Кожа».
 - Найти и подготовить сообщения по теме «Уход за производными кожи», «Закаливание», «Болезни кожи»
-

**Берегите здоровье
смолоду!**
