Вспомните, на какие вопросы мы хотели ответить в начале урока?

- 1. Выяснить, что лежит в основе механизма дыхания.
 - 2. Изучить механизм дыхания.
 - 3. Выяснить значение правильного дыхания для здоровья человека.

Выводы

- 1. Воздух поступает в легкие благодаря дыхательным движениям, в которых участвуют межреберные мышцы и диафрагма.
- 2. Дыхательные движения происходят ритмично, благодаря импульсу.
- 3. Дышать нужно глубоко и размеренно.

Повторяем

Объясните механизм дыхания

Выдох



Вдох



Диафрагма

- Альвеолы это:
- а) разветвления трахеи;
- б) легочные пузырьки;
- в) выпячивания легочных пузырьков.
- 2. При вдохе:
- а) диафрагма и межреберные мышцы сокращаются;
- б) диафрагма и межреберные мышцы расслабляются.
- 3. Сколько дыхательных движений совершает взрослый человек в состоянии покоя:
- a) 10-12;
- б) 16-20;
- в) 20-22.
- 4. В плевральной щели давление:
- а) равно атмосферному;
- б) ниже атмосферного;
- в) выше атмосферного.

В легких нет , которые могли бы попеременно сжимать и расширять их.

При вдохе и выдохе участвуют группы мышц и .

Жизненная емкость легких - это наибольший объем воздуха, который может выдохнуть человек после вдоха.

Дыхание происходит , но под контролем