

ВЫЗОВ:

**Возьмите книгу и вытяните
руки.**

**«Что заметили? Почему устают мышцы?
Что происходит в мышечных клетках? Как
это связано с дыханием?»**

Тема урока:

**«Сравнение аэробного и анаэробного
дыхания»**

**Цели обучения: различать анаэробное и
аэробное типы дыхания**



Аэробные упражнения- это те упражнения, которые задействуют большее количество мышц, выполняемые в течение длительного периода времени, что в свою очередь заставляет сердце и легкие работать сильнее. Аэробные упражнения можно выполнять для потери веса, но они также хорошо тренируют сердечно-сосудистую систему. Аэробные упражнения: ходьба, езда на велосипеде, бег, плавание, аэробика и беговые лыжи.



Анаэробные упражнения– физическая активность не высокой интенсивности, например поднятие тяжестей. Анаэробные упражнения выполняют в первую очередь для предотвращения потери мышечной массы и ее увеличения. Тренировки с отягощениями является формой анаэробных упражнений.

Сравнение аэробного и анаэробного дыхания

Признаки для сравнения	Анаэробное дыхание	Аэробное дыхание
<ol style="list-style-type: none">1. Локализация в клетке2. Конечные продукты3. Количество АТФ4. Словесная формула процесса		

Сравнение аэробного и анаэробного дыхания

Признаки для сравнения	Анаэробное дыхание	Аэробное дыхание
<ol style="list-style-type: none"> 1. Локализация в клетке 2. Конечные продукты 3. Количество АТФ 4. Словесное уравнение реакции 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Цитоплазма клетки 2. Молочная кислота 3. 2 молекулы АТФ 4. Глюкоза \Rightarrow молочная кислота + энергия 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Митохондрии клетки 2. Углекислый газ 3. 36 молекул АТФ 4. Глюкоза + кислород \Rightarrow углекислый газ + вода + энергия

Теплокровные и холоднокровные ЖИВОТНЫЕ



Рефлексия «Синквейн»

- Назовите тему урока одним словом
- Назовите 2 прилагательных, которые характеризуют тему.
- Назовите 3 действия, которые можно выполнять с темой.
- Выразите в одном предложении свое впечатление о теме урока
- Как иначе можно назвать тему?