

课题：血压和脉搏 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/61/2021_2022__E8_AF_BE_E9_A2_98_EF_BC_9A_E8_c38_61326.htm

课题：血压和脉搏 教学目标 1、理解血压和脉搏的基础知识。 2、通过实验探究运动与脉搏的关系。 教学重点 1、血压和脉搏的概念 2、探究运动与脉搏的关系 教学难点 1、血压、脉搏的形成。 2、探究运动与脉搏的关系 教具准备 作业纸、图片、秒表、计算器。 课时安排 1课时。 教学过程 一、设置情境导入课题。 出示资料：据最新统计，我国高血压患者数量已达1.1亿，并且还在以每年300多万人的速度增多，且有继续增加的趋势。高血压是当今世界上发病率最高的疾病之一，它是引起脑卒中、冠心病、肾功能不全的重要危险因素。我国的高血压患病率40余年来持续上升，从1958年的5.11%上升到1991年的11.88%，近年来还在继续上升，而且短时间内不会下降。更为严重的是，我国高血压的发病年龄正在逐渐提前，农村地区的患病率也在明显上升，高血压的严重合并症脑卒中、冠心病的发病率也在随之上升，全国每年因高血压导致脑卒中的患者有近150万人。可见，高血压是当代社会的一种主要疾病，分布的地区十分广泛。 师：看了这些报道你们有何感想？ 生：我觉得高血压人群已日益成为现代人的一大健康杀手，不能不引起我们重视。 生：高血压给许多家庭带来的巨大的经济压力和社会负担，只有及早采取措施才是根本出路。 生：... 师：很好，我们必须提高广大群众的自我保护意识，普及高血压知识，可事实上广大群众对高血压的了解又有多少呢？ 出示资料：卫生部组织的一项调查表明，我国人群

高血压的知晓率、治疗率、控制率仍然偏低，特别是35-44岁年龄组的人，知晓率和治疗率最低，健康意识最为淡薄。师：从这些资料可以看出尽管我们已经做了大量工作，但我国高血压防治工作仍然任重道远。预防高血压，关键在于实行全民教育。要了解高血压知识，必须先了解什么是血压？今天我们就一同来学习这些方面的知识。（导入课题：血压和脉搏）

二、组织学生提出问题并进行分析、讨论

师：上节课我已经布置了大家进行预习，收集有关血压方面的资料，并把所关注的问题记录下来，同学们准备好了吗？

生：、什么是血压？血压是怎样形成的？正常血压值是多少？、小明的父亲血压值为21.3 / 13.3千帕。是高血压患者吗？这些数值分别代表什么含义？说明了什么？、我想知道自己的血压应该怎样测量？、不同血管的血压是否相同？、刚才提到的都是高血压患者，有没有低血压患者？具体有什么症状？

师：以上同学所提出的问题非常好，下面以小组为单位进行讨论。

生：进行讨论（时间5分钟）

师：根据同学们提出的问题，看看你们小组的同学能解决哪些问题？

生：由各小组的同学回答上述问题。

师：很好，我们通常所说的血压是指体循环的动脉血压，血压形成的机理很复杂，血液在血管内向前流动时，对血管壁产生的侧压力叫血压；正常血压值是在12/8.0/12.0千帕（kPa）。血压过高或血压过低都会影响人的正常生理活动，所以，必须维持血压的相对稳定。除了心脏在有力地跳动之外，我们身体上还有脉搏也在一刻不停地跳动着。

师：伸出自己的左手，掌心朝上，右手的食指、中指、无名指三指并拢，将指肚部位放在左手手腕外侧，大拇指自然地放在手背附近。这时，你有什么感觉？

生：

中指指肚就可以感觉到手腕处有规律的跳动了。师：再把手指放在左手的静脉处，有没有什么感觉？生：感觉不到有规律的跳动。师：可见，脉搏指的是动脉的搏动，那么脉搏又是怎样产生呢？生：当心脏收缩，左心室射血入主动脉，主动脉壁先向外扩张，然后回缩，这种血管壁一张一缩的搏动，像波浪一样沿着动脉壁向远处传播，就形成了脉搏。正常人每分钟内脉搏的次数与心脏的次数一样。师：2000年前，我国医学家扁鹊就已经用“切脉”诊断疾病，其依据就是用手感知脉搏的快、慢、强、弱，可以推知心脏和其他器官的健康情况来诊断疾病。脉搏的变化可能受哪些因素的影响呢？生：与发烧有关……与恐惧有关。与跑步有关。师：结果大致可分为三类：即脉搏的变化与人的身体状况、情绪和运动状态有关系。今天我们重点探究运动与脉搏的关系。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com