

BÀI 2 TRANG 60 SGK SINH 8

| GIẢI BÀI TẬP SGK SINH HỌC LỚP 8 |

Đề bài

Các vận động viên thể thao luyện tập lâu năm thường có chỉ số nhịp tim/phút thưa hơn người bình thường. Chỉ số này là bao nhiêu và điều đó có ý nghĩa gì? Có thể giải thích điều này thế nào khi số nhịp tim/phút ít đi mà nhu cầu ôxi của cơ thể vẫn được đảm bảo?

» Ôn tập [Bài 1 trang 60 sgk Sinh 8](#)

HƯỚNG DẪN GIẢI

* Chỉ số nhịp tim/phút của các vận động viên thể thao luyện tập lâu năm:

Trạng thái	Nhịp tim (số lần/phút)	Ý nghĩa
Lúc nghỉ ngơi	40 → 60	Tim được nghỉ ngơi nhiều hơn Khả năng tăng năng suất của tim cao hơn
Lúc hoạt động gắng sức	180 → 240	Khả năng hoạt động của cơ thể tăng lên

* Giải thích : Ở các vận động viên tập luyện lâu năm thường có chỉ số nhịp tim/phút nhỏ hơn người bình thường. Tim của họ đập chậm hơn, ít hơn mà vẫn cung cấp đủ nhu cầu ôxi của cơ thể vì mỗi lần đập tim bơm đi được nhiều máu hơn, hay nói cách khác là hiệu suất làm việc của tim cao hơn.

» Xem tiếp [Bài 3 trang 60 sgk Sinh 8](#)

» Xem ngay hướng dẫn soạn [Sinh học lớp 8](#) cùng đầy đủ đáp án các bài tập trong [Chương 3. Tuần hoàn](#) - sgk Sinh 8 tại doctailieu.com