

Практична робота №9

Дата _____

Тема: «Як залежить частота серцевих скорочень від активності людини (у спокої, під час і після фізичного навантаження)»

Мета: дослідити частоту серцевих скорочень людини, навчитися вимірювати пульс у себе та інших людей.

Обладнання: секундомір.

Хід роботи

1. Розглянь малюнки та підпиши назви приладів якими можна виміряти пульс



2. Пульс - ритмічні коливання стінки артеріальних судин, викликані підвищенням тиску в аорті під час систоли. Де можна визначити пульс?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

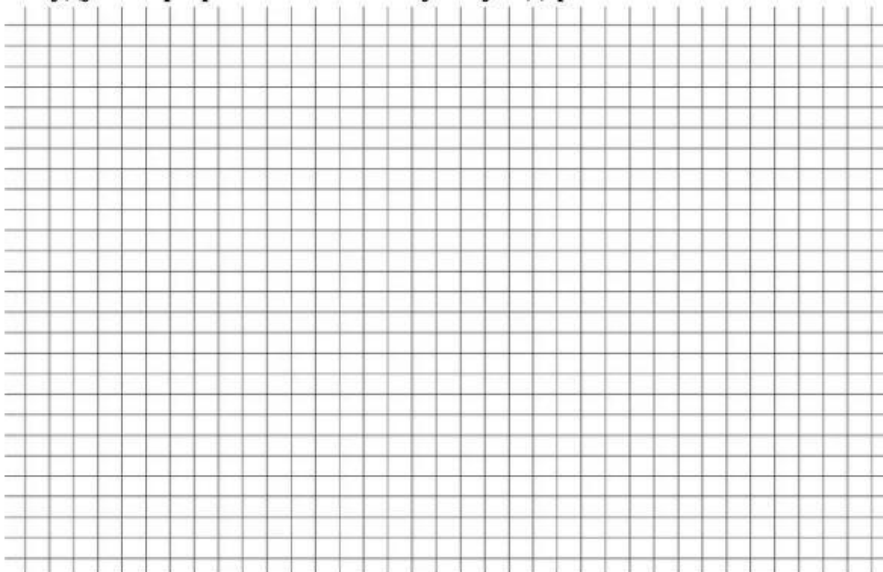


3. Заповни таблицю

Виміряй свій пульс у стані спокою та запиши результат у таблицю. Виконай 15 присідань. Виміряй частоту пульсу відразу після фізичного навантаження і через 1, 2, 5, 10 хвилин.

	Стан спокою	Після 15 присідань	1 хв	2 хв	5 хв	10 хв
Пульс						

4. Побудуйте графік залежності пульсу від фізичного навантаження



Висновок: _____
