LKPD

MENGHITUNG DENYUT NADI SEBELUM DAN SESUDAH BERAKTIVITAS FISIK

NAMA ANGGOTA KELOMPOK:

1. .
2. .
3. .
4. .
5. .
6. .

LANGKAH KEGIATAN

1. Rabalah pergelangan tangan kalian dan temukan denyut nadinya.
2. Hitunglah jumlah denyut nadi kalian selama 1 menit sebelum melakukan aktifitas, catat hasilnya pada tabel
3. Lakukan lari-lari kecil, atau naik turun tangga selama 3 menit.
4. Hitung denyut nadi kalian selama 1 menit dan catat dalam tabel.

Nama	Jumlah Denyut Nadi	
	Sebelum Beraktivitas	Sesudah Aktifitas

LIVEWORKSHEETS