

Bandymas. Pulso matavimas.

Tikslas: Atliks bandymą ir išsiaiškins, koks yra pulsas esant ramybės būsenos ir po aktyvios veiklos, suformuluos išvadą.

Darbo eiga	
1.	Ramiai pasėdėti keletą minučių.
2.	Prispausti pirštus sau prie riešo po nykščio pagrindu. Pajusti ritmišką pulsavimą.
3.	Suskaičiuoti kiek dūžių pajutote per minutę. Tai pulso dažnumas, kai būseną rami.
4.	5 minutes bėgioti vietoje.
5.	Atsisėsti ir vėl pamatuoti pulsą.
Išvada	
Širdis plakdama varinėja kraują po kūną. Šis plakimas – tai mūsų pulsas. Judėdami dažniau kvėpuojame, padažnėja ir pulsas, nes mūsų kūnui reikia daugiau deguonies.	



D. Kirvėlienė