



freecivrus.81n.ru



Сердце и его работа

Здравствуйте ребята!

Как вы думаете для чего человеку сердце?

Сегодня на занятии мы узнаем:

1. Какое строение имеет сердце.
2. Как кровь перемещается по нашему организму.
3. Узнаем что такое пульс и измерим его.

Сердце

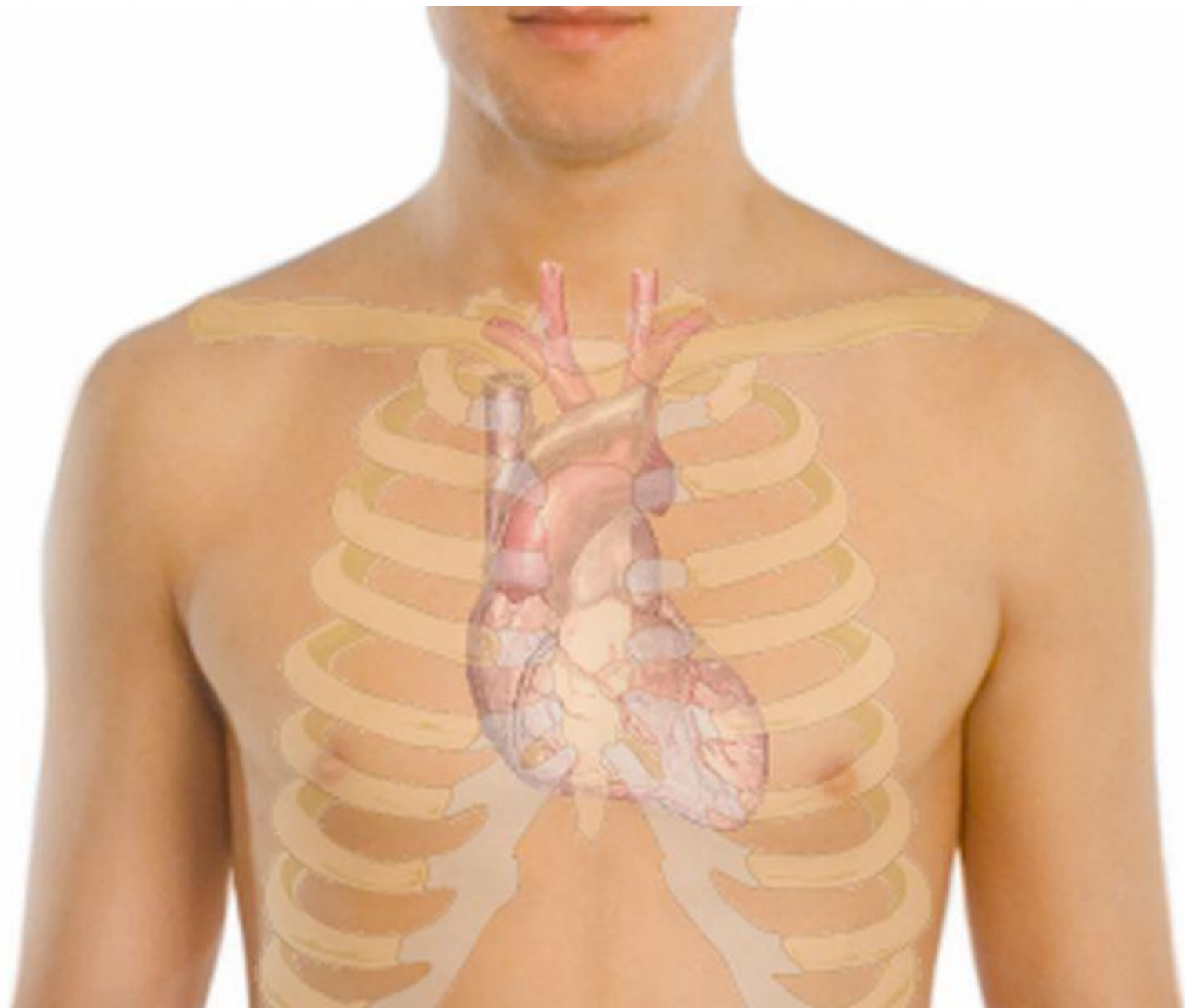
Сердце находится в груди человека.

Размером оно всего лишь с кулак.

- Сожми ручку в кулачок и посмотри какого размера твоё сердце.

Сердце неуправляемый мотор, который гонит по сосудам кровь и заставляет её обегать всё твоё тело.





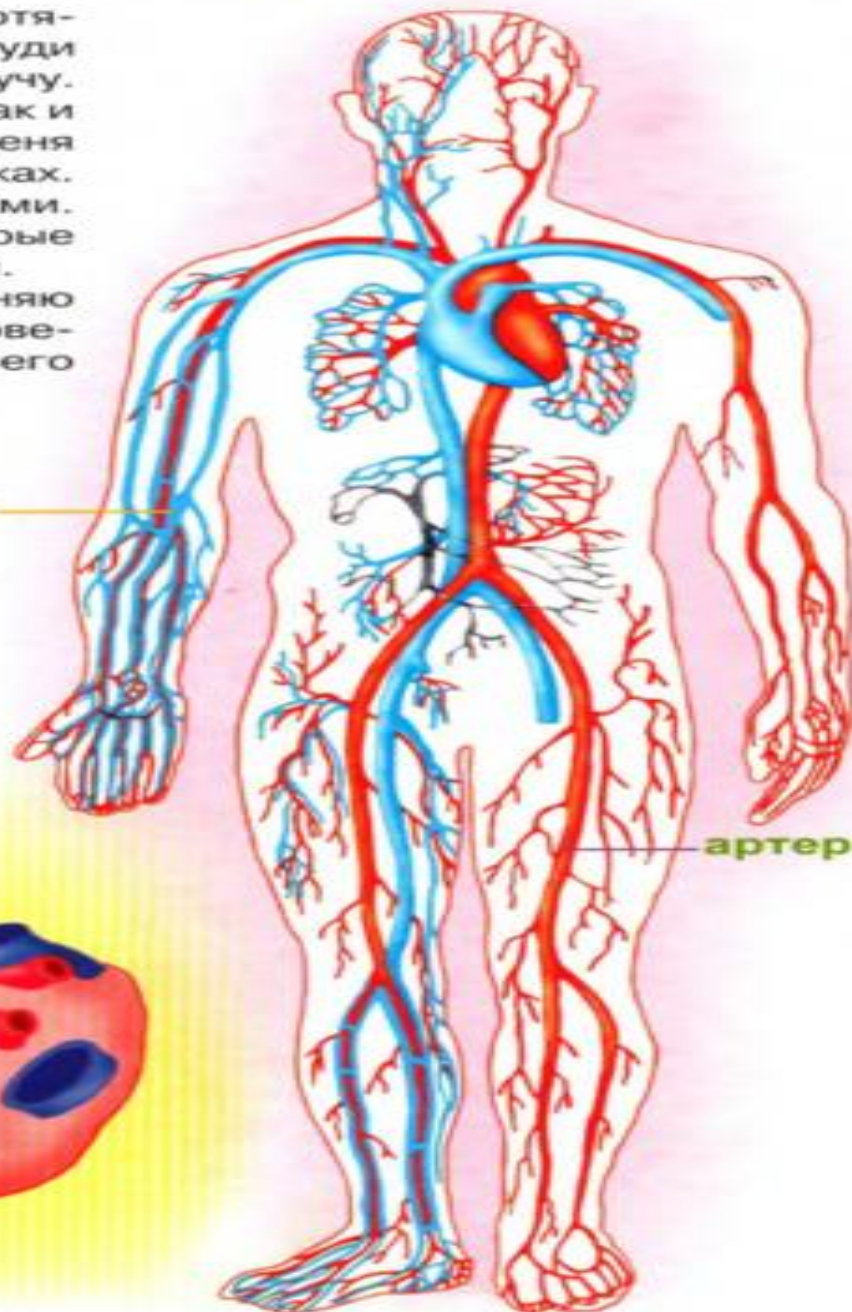
9 Моё сердце - тук, тук, тук

Познакомься, я – СЕРДЦЕ, самый работающий и “громкий” орган. Приложи руку к груди с левой стороны, и ты услышишь, как я стучу. Хочешь узнать, какое я? Сожми руку в кулак и ты увидишь, какого я размера. А форма у меня совсем не такая, какую рисуют на картинках. Я напоминаю мешочек с толстыми стенками. Они состоят из особенных мышц, которые могут сами то сжиматься, то разжиматься.

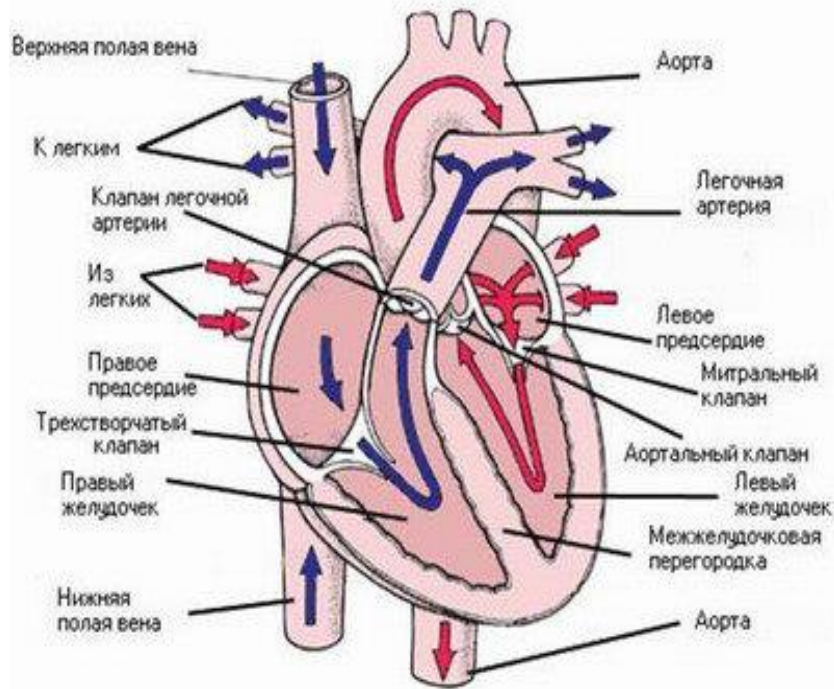
Сердце – очень важный орган! Я гоняю кровь по специальным трубочкам – кровеносным сосудам – к каждой частичке твоего тела.



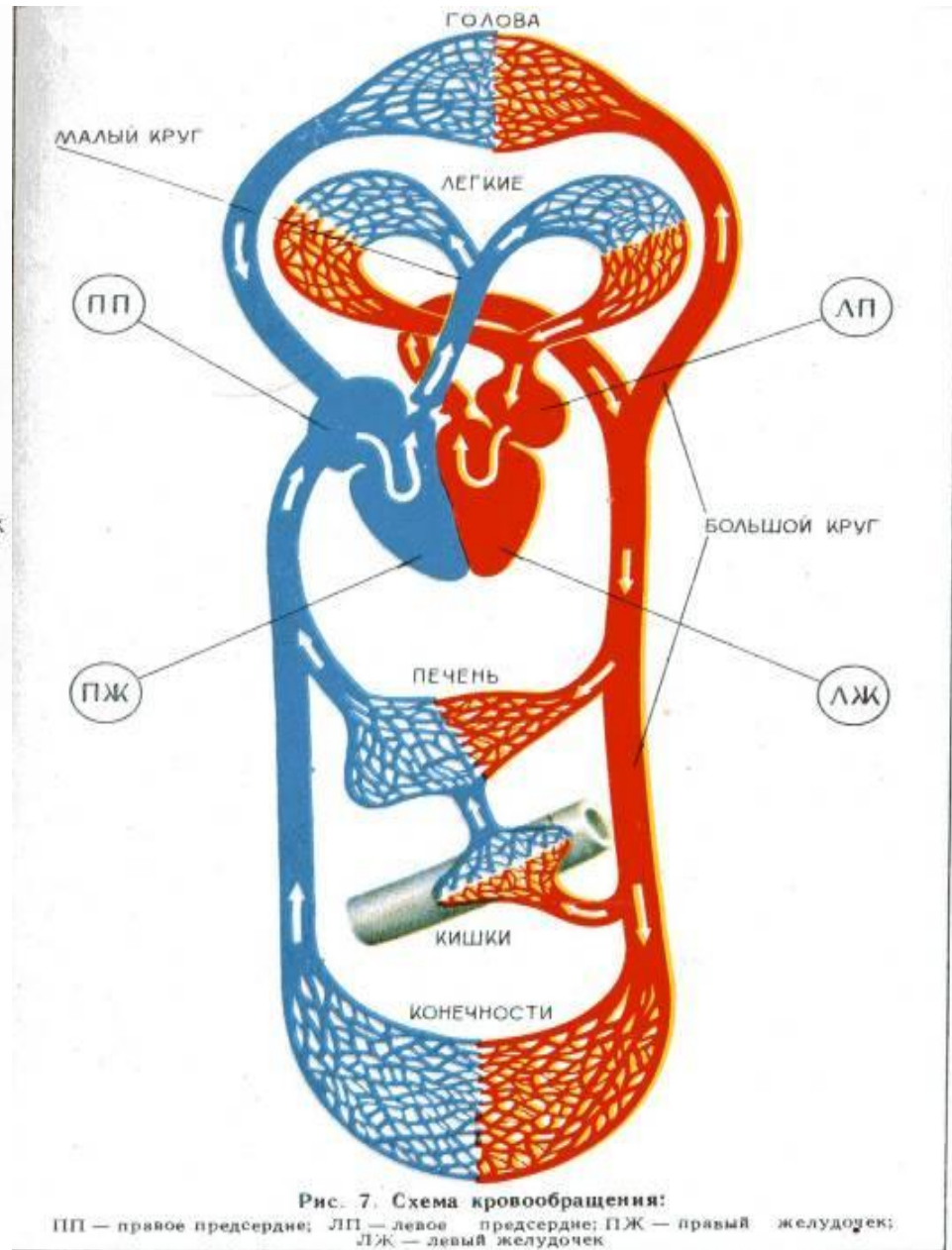
вены



артерии



Движение крови в организме человека





Пульс — это колебания стенок сосудов, связанное с сердечными циклами.

Практическая работа «Измерение пульса»

КАК ПРАВИЛЬНО ПОСЧИТАТЬ ПУЛЬС

1. **Наложить средний и указательный палец на запястье**
В большом пальце – свой собственный пульс
2. **Нащупать артерию и несильно прижать**
(пальцы не должны побелеть)
3. **Кисть должна располагаться на уровне сердца**
4. **При измерении пульса нельзя разговаривать и двигаться**
5. **Нужно посчитать пульс за 15 секунд и получившееся число умножить на 4**
Необходимо отметить также были ли пропуски ритма или «лишние» удары



Для человека старше 18 лет нормальный пульс в состоянии покоя составляет от 60 до 100 ударов в минуту

Задание

- Ребята, а посчитайте какой пульс у вас. Ответ напишите нам в группе Viber или Whatsapp.

