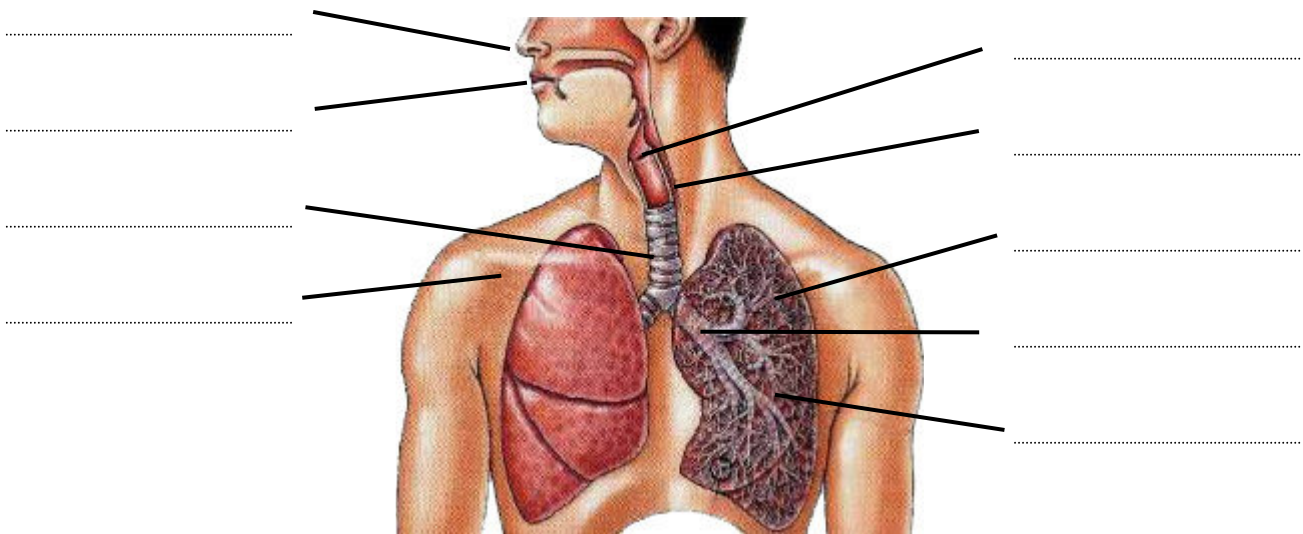


PRACOVNÍ LIST

Jméno a příjmení:

DÝCHACÍ SOUSTAVA

1. Popiš části dýchací soustavy



Dýcháním získáme pro své tělo, vydechujeme

2. Zjisti, kolik sekund vydržíš bez dýchání:

a) Bez dýchání jsem vydržel s.

3. Změř obvod hrudníku:

a) Při nádechu je obvod hrudníku cm.

b) Při výdechu je obvod hrudníku cm.

4. Praktické cvičení

Spočítej, kolikrát se **nadechneš** za 1 minutu v klidu a po námaze.

Každé měření opakuj 2x a vypočítej průměr.

Počet vdechů	1	2
V klidu (sedím)		
Malá námaha (5 dřepů)		
Větší námaha (10 dřepů s výskokem)		
PRŮMĚR		

Zjistil jsem, že po námaze je počet dechů větší / menší než v klidu.

5. Vyber správnou možnost a dokonči větu:

Zdravější je dýchání ústy / nosem,

protože

.....

KLÍČ

5. Zdravější je dýchání nosem, protože se nadechneme hluboko do plic, a zároveň dýcháme do břicha tzv. břišní dýchání.

Použitý materiál a odkazy:

http://www.aureamedica.ic.cz/img/v_dychani/obr9.jpg

Muhlhauserová, H. Soubor námětů, úkolů a zajímavostí k přírodovědnému učivu pro 5. ročník. Znojmo: 2006.

Obrázky staženy 23.11.2011.