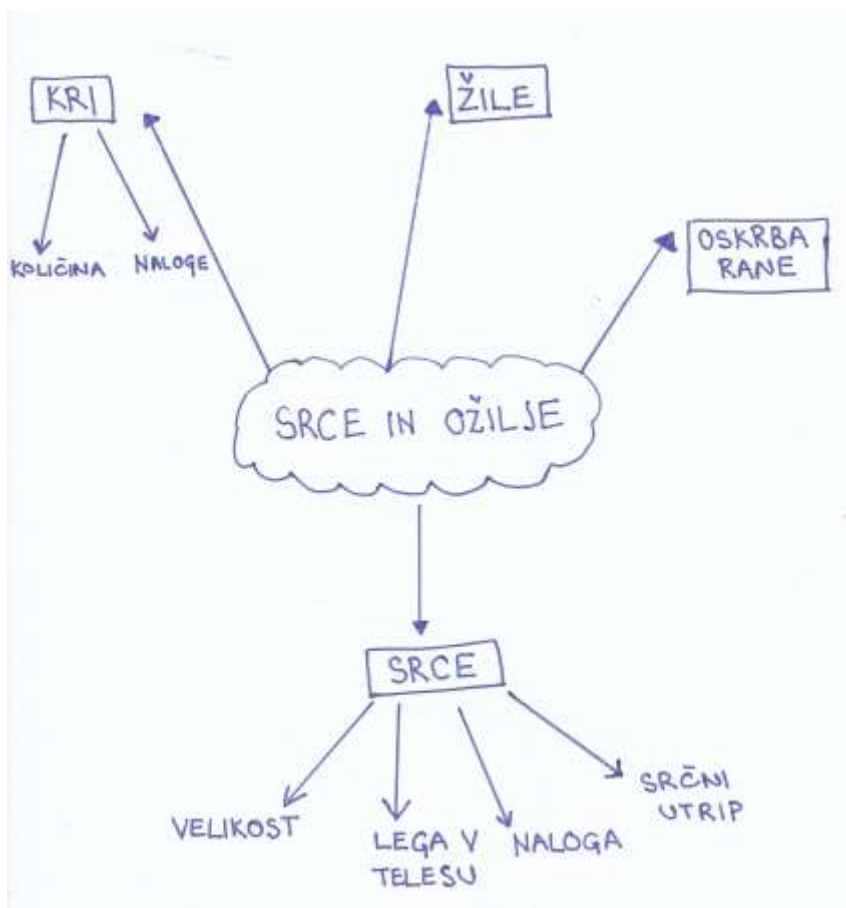


V zvezek napiši naslov: **SRCE IN OŽILJE**

V učbeniku najprej preberi poglavje Koliko utripov v življenju, na straneh 60 in 61.

V zvezek preriši spodnji miselni vzorec. Poglavje v učbeniku še enkrat natančno preberi in sprti dopolnjuj miselni vzorec. Če želiš izvedeti še več, si lahko ogledaš vsebine na interaktivnem učbeniku Radovednih pet (Učni sklop Spoznavam samega sebe, poglavji Po žilah teče kri in Krvni obtok. Povezava:

<https://www.radovednih-pet.si/vsebine/rp4-nit-sdz-osn/#>).



V zvezek zapiši– **Vaja: Srčni utrip**

Po navodilih izvedi spodnji dve vaji. V zvezek prepisi samo rezultate (kar je obkroženo). Pri drugi vaji rezultate prikaži še s stolpci.

Koliko udarcev v minuti



Kazalec in sredinec desne roke položi na žilo v zapeljstvu leve roke, da začutiš srčni utrip.



Srčni utrip lahko čutiš tudi na žili, ki je v vratu.

potrebuješ:
uro s sekundnim kazalcem

Glej na uro in preštej utripe v eni minuti. Moj srčni utrip je _____.

Kaj je bolj naporno

Ugotovi, pri kateri telesni dejavnosti se ti srčni utrip najbolj poveča. Primerjaj nekaj različnih dejavnosti, kot so tek, počepi ... Vsako dejavnost delaj tri minute.

Po vsaki dejavnosti moraš nekaj časa počivati, da bo tvoj srčni utrip spet normalen.

potrebuješ:
uro s sekundnim kazalcem

Telesna dejavnost	Število utripov srca v eni minuti
tek	
počepi	

Rezultate prikaži še s stolpci.



Namig - kako prikažemo rezultate s stolpci:

