

Der Kreislauf auf dem Prüfstand: Atmung und Puls



Untersuche, wie sich **Atemfrequenz** und **Puls** bei Bewegung verändern!

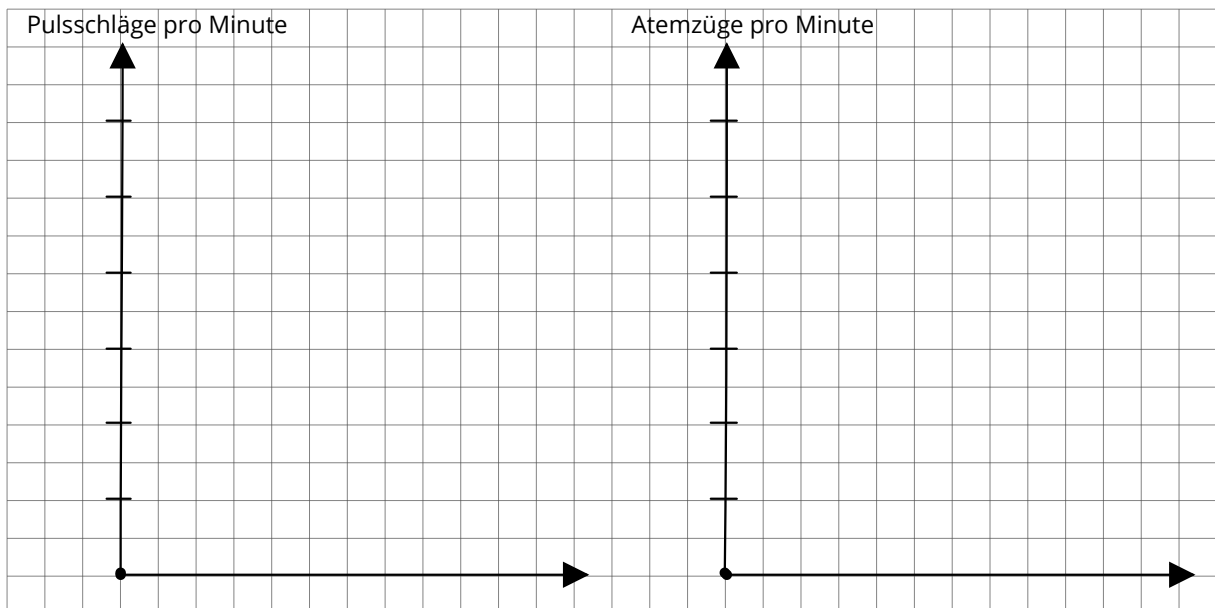
- Bestimme deine Puls-Schläge und Atemzüge innerhalb einer Minute während du ruhig dasitzt.
- Mach für anderthalb Minuten Kniebeugen. Bestimme anschließend erneut Atemzüge und Puls-Schläge.
- Erhöhe dich für zwei Minuten und bestimme dann ein drittes Mal die Anzahl der Atemzüge und Puls-Schläge.

Trage die Ergebnisse in die Tabelle **ein!**

	Pulsschläge pro Minute
In Ruhe	
Nach Bewegung	
Nach der Pause	

	Atemzüge pro Minute
In Ruhe	
Nach Bewegung	
Nach der Pause	

1 Stelle deine Ergebnisse grafisch als **Säulendiagramme** dar.



2 **Erkläre** deine Beobachtungen! Welchem Zweck dienen die Veränderungen bei körperlicher Belastung?

Der Kreislauf auf dem Prüfstand: Atmung und Puls



Untersuche, wie sich **Atemfrequenz** und **Puls** bei Bewegung verändern!

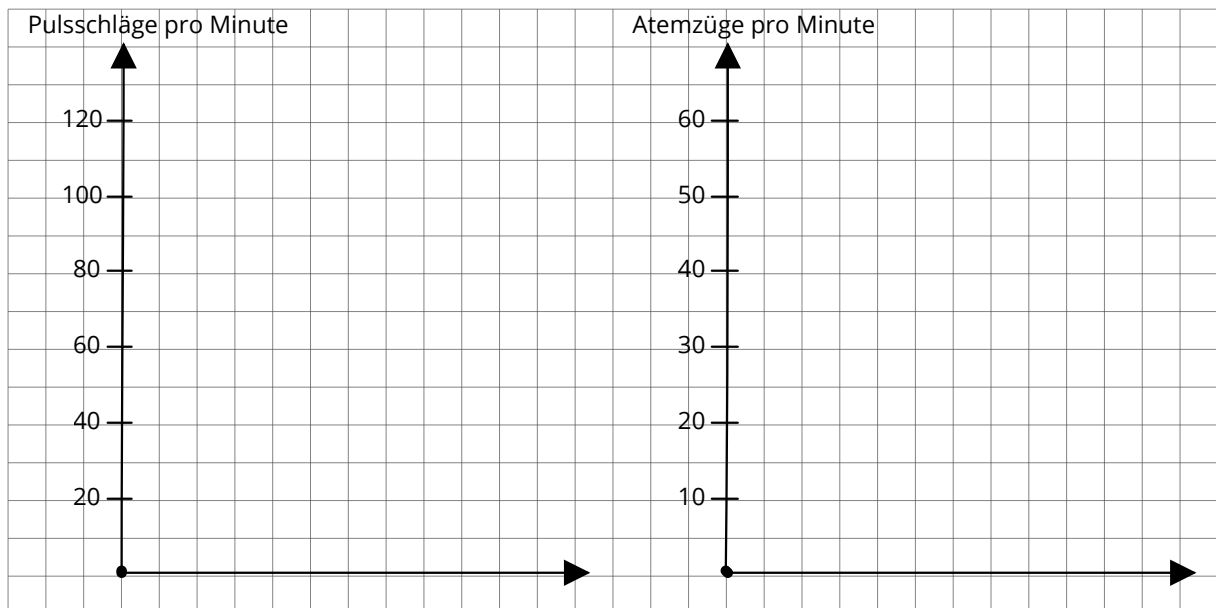
- Bestimme deine Puls-Schläge und Atemzüge innerhalb einer Minute während du ruhig dasitzt.
- Mache für anderthalb Minuten Kniebeugen. Bestimme anschließend erneut Atemzüge und Puls-Schläge.
- Erhöhe dich für zwei Minuten und bestimme dann ein drittes Mal die Anzahl der Atemzüge und Puls-Schläge.

Trage die Ergebnisse in die Tabelle **ein!**

	Pulsschläge pro Minute
In Ruhe	
Nach Bewegung	
Nach der Pause	

	Atemzüge pro Minute
In Ruhe	
Nach Bewegung	
Nach der Pause	

1 Stelle deine Ergebnisse grafisch in den **Säulendiagrammen** dar.



2 **Erkläre** deine Beobachtungen! Welchem Zweck dienen die Veränderungen bei körperlicher Belastung?

Der Kreislauf auf dem Prüfstand: Atmung und Puls



Untersuche, wie sich **Atemfrequenz** und **Puls** bei Bewegung verändern!

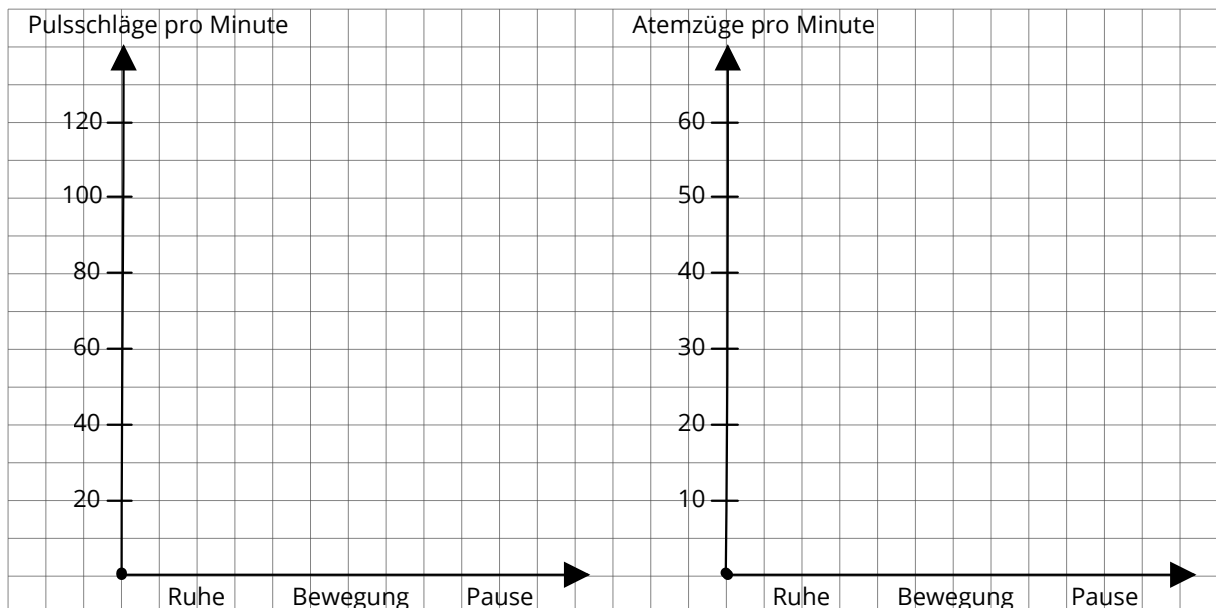
- Bestimme deine Puls-Schläge und Atemzüge innerhalb einer Minute während du ruhig dasitzt.
- Mach für anderthalb Minuten Kniebeugen. Bestimme anschließend erneut Atemzüge und Puls-Schläge.
- Erhöhe dich für zwei Minuten und bestimme dann ein drittes Mal die Anzahl der Atemzüge und Puls-Schläge.

Trage die Ergebnisse in die Tabelle **ein!**

	Pulsschläge pro Minute
In Ruhe	
Nach Bewegung	
Nach der Pause	

	Atemzüge pro Minute
In Ruhe	
Nach Bewegung	
Nach der Pause	

1 Stelle deine Ergebnisse grafisch in den **Säulendiagrammen** dar.



2 **Erkläre** deine Beobachtungen! Warum werden bei körperlicher Belastung mehr Herzschläge und Atemzüge benötigt?
