

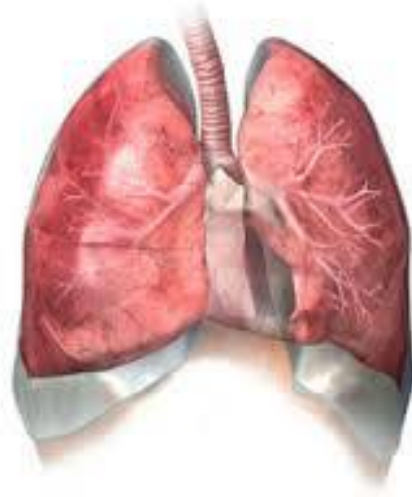
Fizinio krūvio įtaka kvėpavimo dažniui

Vilkyškių Johaneso Bobrovskio vid. m –
klos

9 klasės mokinės
Alvitos Bajorinaitės

Tikslas

- Ištirti, kokią įtaką fizinis krūvis daro kvėpavimo dažniui.



Hipotezē

- Aš manau, kad kuo didesnis fizinis krūvis tuo kvēpavimo dažnis didesnis.

Priemonės ir medžiagos

- Chronometras.



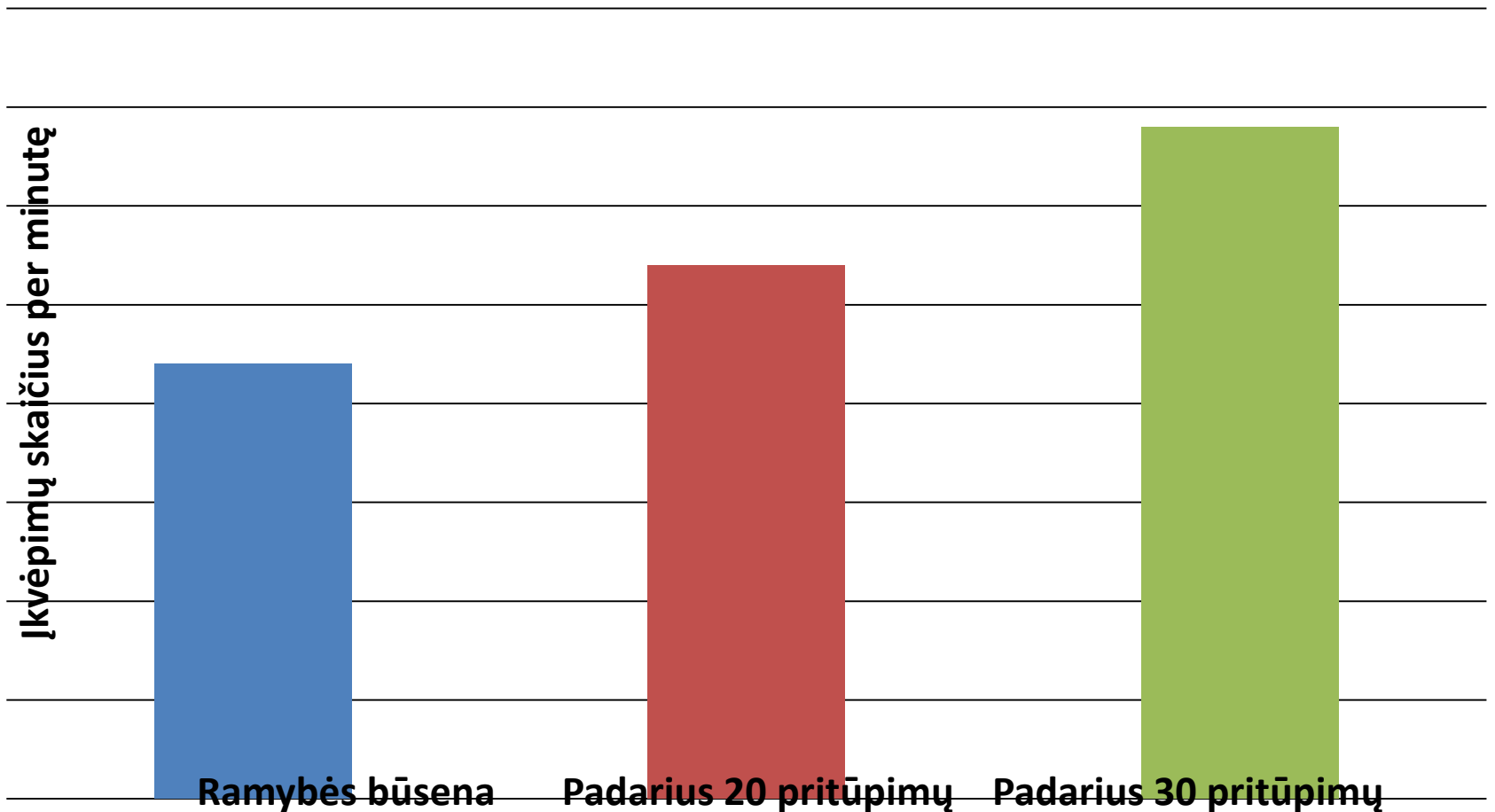
Darbo eiga

- Sēdēdama suskaičiavau kiek kartų per minutę įkvepiu. Po to padariau 20 pritūpimų ir vėl suskaičiavau per minutę kiek įkvepiu, ir tada padariau 30 pritūpimų ir suskaičiavau kiek dabar per minutę įkvėpiaiu.

Rezultatu lentelē

Fizinis krūvis	Ķvēpimū skaičius per minutē
Ramybēs būsenā	20
Pritūpus 20 kartū	27
Pritūpus 30 kartū	34

Kitimo diagrama



Kokių organizmo reakcijos į krūvį, be padažnėjusio kvėpavimo, dar pastebėjote?

- Padažnėjo ir širdies pulso dažnis, nes greitėja kraujo tėkmė, organizme gausėja deguonies ir tada daugiau atpalaiduojama energijos.

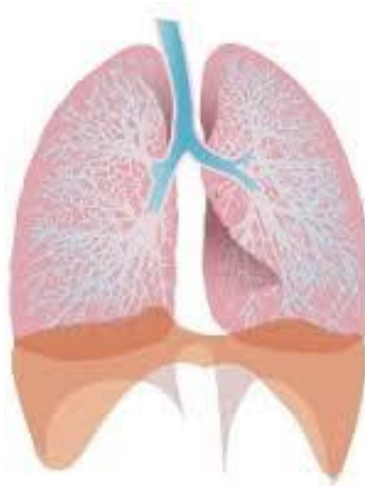


Kodėl padidėjus fiziniam krūviu pradedama kvėpuoti pro burna?

- Nes kvėpuojant pro burną greitai įkvepiamas ir iškvepiamas didelis oro kiekis.

Palyginkit sportuojančių mokinių ir nesportuojančių mokinių įkvėpimų po įvairių krūvių skaisčių.

Sportuojančių mokinių kvėpavimo dažnis mažesnis, nes jų plaučiai geriau išlavinti pasisavinti deguonį.



Išvada

Kuo didesnis fizinis krūvis, tuo giliau ir dažniau kvėpuojame. Nes organizmui reikia daugiau deguonies, kad būtų kuo daugiau energijos atpalaiduota.