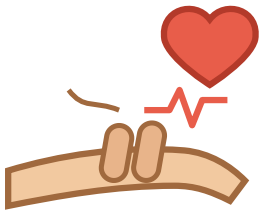
Ad Soyad: ..... Tarih: ...../...../.....

Nabız Ölçme ve Kayıt

Nabzını 15 saniye say, 4 ile çarp. Üç ölçümü tabloya yaz ve grafiğini çiz.



1. İşaret ve orta parmağını bileğinin başparmak tarafına koy. Başparmağını kullanma.
2. "Başla" denince vuruşları say. 15 saniye sonra dur.
3. Sayıyı 4 ile çarp. Bu, 1 dakikalık nabzındır.

Örnek
15 saniyede 18 vuruş
18 × 4 = 72
Nabız: 72

Ölçüm	15 saniyede vuruş	× 4	1 dakikalık nabız
1 Dinlenirken (oturarak)		× 4 =	
2 1 dakika hareketten hemen sonra		× 4 =	
3 2 dakika dinlendikten sonra		× 4 =	



Nabzın en yüksek hangi ölçümde oldu? Neden?

_____

_____

Dinlenince nabzına ne oldu?

_____

_____

adimadimetkinlik.com · Ücretsiz eğitim materyali · Kişisel ve sınıf içi kullanım içindir.