Aufgabe 7: Hörst du dein Herz klopfen?

**LERNZIELE:**

* Bau und Arbeitsweise des Herzmuskels kennen
* Messungen ausführen

**Achte auf die Beurteilungskriterien:**

***Grundansprüche:***

1. Du kannst den Puls an geeigneten Stellen am eigenen Körper und bei anderen genau messen (Auftrag 1).

2. Du kennst mindestens 1 Grund für unterschiedliche Pulszahlen (Auftrag 2).

***Erweiterte Ansprüche:***

3. Du erklärst die Entstehung des Pulses genau und in eigenen Worten (Auftrag 3).

***Grundansprüche:***

**1. Puls messen**

**Den Puls kann man an verschiedenen Orten am Körper spüren und messen. Pulszahlen werden in der Regel für eine Minute angegeben.**

* Wo kannst du deinen Puls gut spüren und messen? Gib mindestens 2 Möglichkeiten an.

**Partnerarbeit:**

* Miss deinen Ruhepuls. Notiere die Zahl, ohne dass deine Partnerin, dein Partner die Zahl sehen kann.

* Lass nun die Partnerin, den Partner deinen Puls messen. Notiere diesen Wert ebenfalls.

**Arbeite nun wieder alleine weiter.**

* Gib mögliche Gründe an, warum die beiden gemessenen Zahlen nicht genau übereinstimmen können.

**2. Die Pulsfrequenz kann sich ändern**

**Der Herzmuskel arbeitet ohne Pause, aber nicht immer gleich schnell.**

* Führe eine kurze, intensive, körperliche Tätigkeit aus. Miss anschliessend sofort wieder deinen Puls. Beschreibe deine körperliche Tätigkeit genau (Dauer, Intensität) und gib die Pulszahl an.

* Vergleiche die Pulszahlen vor und nach der körperlichen Tätigkeit. Nenne mindestens einen Grund für die Veränderung des Pulses.

* Der Puls kann sich auch verändern, wenn du dich *nicht körperlich* betätigst.  
  Notiere mindestens zwei solche Beispiele, bei denen sich der Puls in deinem Körper gegenüber dem Ruhepuls verändert.

***Erweiterte Ansprüche:***

**3. Entstehung des Pulses**

* Beschreibe in eigenen Worten möglichst genau, wie der Puls entsteht.