



stem4math

Polsslag



.....

.....

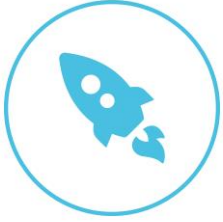
.....

.....

.....

.....





Activeer

Bespreek de pols-/hartslag in verschillende situaties.

Beantwoord de vragen.

1. Hoe kan je je pols-/hartslag beïnvloeden?

2. Hoe krijg je een hogere pols-/hartslag?

3. Is er een verschil wanneer kinderen sporten (vb. twee keer per week)?

4. Is er een verschil tussen jongens en meisjes?



stem4math



Plan

Hoe kunnen we zeker zijn van de antwoorden op bovenstaande vragen? Hoe kunnen we dit onderzoeken?

Hoe kunnen we de tijd meten?

We hebben een probleem: als we de onderzoekjes willen uitvoeren, moeten we de tijd meten. Hoe pakken we dat aan?

Noteer welke meetinstrumenten er zijn.



stem4math



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union





Plan

en



Creëer

Hoe kunnen we zelf een meetinstrument maken om de polsslag te meten?

Teken je meetinstrument. Maak op basis van je tekening een meetinstrument.



Onderzoek

Gegevens verzamelen

- Begin met het inschatten van de hartslag van je vrienden (vul de grafiek in)
 - in rust
 - direct na een activiteit
 - één minuut na activiteit
- Gebruik nu het zelfgemaakte meetinstrument en meet de polsslag in deze drie verschillende situaties. Vul de resultaten in de grafiek in.
- Welke activiteit gaan we doen om de polsslag te verhogen?

- De recuperatie moet ook gemeten worden.



Naam:	jongen/ meisje	Sport/ Geen sport	<u>Schatten</u> hartslag in rust.	Meet hartslag in rust.	<u>Schat</u> de hartslag direct na een activiteit.	Meet de hartslag direct na een activiteit.	<u>Schat</u> de hartslag één minuut na activiteit.	Meet de hartslag één minuut na activiteit.
Gemiddelde:								



stem4math

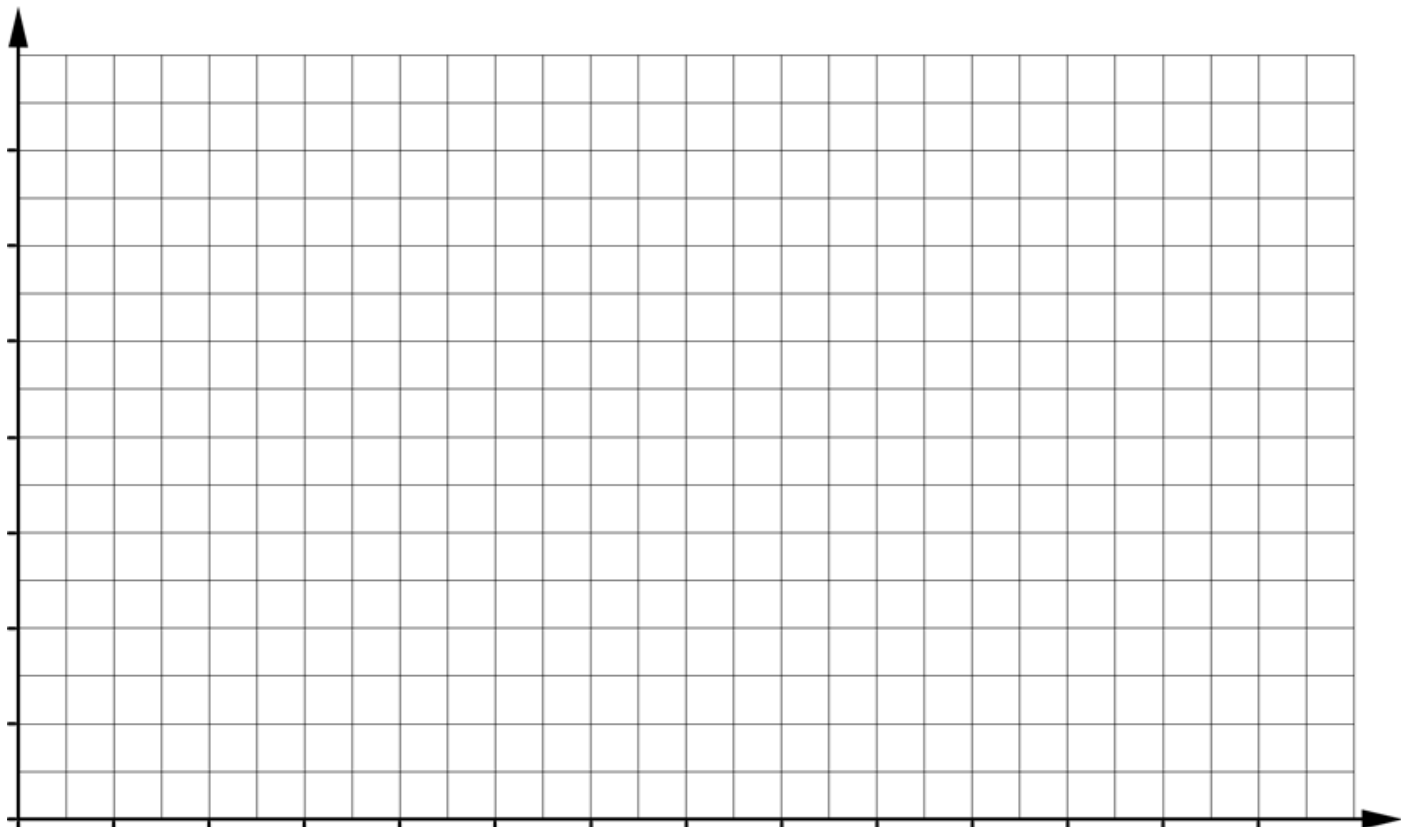


Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Grafiek

hartslag in rust / direct na een activiteit / een minuut na activiteit



Bespreek in jouw groep wat typisch is voor jullie gegevens. Schrijf hieronder:



stem4math



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union





Besluit

Onderzoek op klasniveau

Gemiddelde pols voor alle jongens (in rust).

Gemiddelde pols voor alle meisjes (in rust).

Besluit?

Gemiddelde polsslag van alle niet-sporters.

- 1) In rust
- 2) Direct na een activiteit
- 3) Na 1 minuut

Gemiddelde polsslag van alle sporters.

- 1) In rust
- 2) Direct na een activiteit
- 3) Na 1 minuut

Besluit?





Rapporteer

Schrijf hieronder wat je leuk/minder leuk vond tijdens het project.

Wat vonden jullie moeilijk om te doen?

Wat hebben jullie bijgeleerd tijdens dit project?



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

