***Научно- исследовательская лаборатория «Хочу всё знать!»***

 ***Карта исследования***

 Тема:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Дыхание – это\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Воздух, который мы выдыхаем содержит меньше\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

и больше \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

 ***3. Путь воздушного пузырька***

|  |
| --- |
|   |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

***Рот***

***Нос***

***4. Дыхательное =***

***движение***

 Я считаю, что при вдохе лёгкие расширяются, и потом в них

 входит воздух.

 А я считаю, что воздух входит в лёгкие, вызывая их расширение.

 ***Практическая часть***

 ***Вдох:*** объём моей грудной клетки \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

***Выдох:*** объём грудной клетки \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Посчитай, сколько вдохов ты сделаешь за 1 минуту. Сделай 20 приседаний и посчитай, число вдохов после этого.

|  |  |
| --- | --- |
|  Условия  | Частота дыхания |
| Сижу спокойно |  |
| После физической нагрузки |  |

***Вывод:*** Частота дыхания \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ при \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ физической

 Нагрузки, а значит организму необходимо \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_кислорода.