



Habt Ihr Fragen? Schreibt an:
Veronika Droste
droste@wfg-borken.de

Gern möchten wir in diesen Zeiten einige Forscherideen aus unserer 10-jährigen Forschererfahrung mit dem „Haus der kleinen Forscher“ mit euch teilen. Probiert doch mal GEMEINSAM in der Familie etwas aus und tragt Euer Wissen im Forschertagebuch zusammen!

Heute geht es um euren Herzschlag!

Ihr benötigt dafür:

- Ein Uhr mit Sekundenzähler
- Euren Schultornister oder einen Rucksack
- Papier und Stifte



Kannst Du Deinen Herzschlag spüren?

Wie oft schlägt dein Herz in 15 Sekunden, wenn ...



.... Du still sitzt?



.... Du ganz schnell gerannt bist?



.... Du beim Laufen etwas Schweres (deinen Schultornister oder einen Rucksack) getragen hast?

Schreibe die Ergebnisse auf!



Wie lange dauert es, bis dann Dein Herz wieder normal schlägt?



Liebe Eltern:

Viele Kinder haben schon bemerkt, dass sie ihren Herzschlag nach einer großen Anstrengung besonders stark spüren können. Diese Erfahrung können die Mädchen und Jungen mit Hilfe der Übung nachvollziehen, erweitern und systematisieren. Wenn das Herz schlägt, pumpt es mit dem Blut unter anderem Sauerstoff und Glukose zu den Muskeln, aus denen die Muskelzellen ihre Energie gewinnen. Je mehr die Muskeln leisten müssen, desto mehr Energie brauchen sie. Das Herz muss also bei großer Anstrengung viel schneller schlagen als in Ruhe. Kinder haben einen Ruhepuls von etwa 90-100 und Erwachsene von etwa 70-80 Schlägen pro Minute.