

## Изучение функционального состояния сердечно-сосудистой системы до и после физической нагрузки

6 декабря на базе центра естественно-научной и технологической направленностей «Точка Роста» ГБОУ СОШ с. Дмитриевка Нефтегорского района Самарской области, открытого в 2021 году в рамках Национального проекта «Образование», прошел урок в 8 классе по биологии «Изучение функционального состояния сердечно-сосудистой системы до и после физической нагрузки».

При проведении эксперимента с помощью датчика артериального давления (тонометра) и датчика пульса фиксируются изменения в состоянии сердечно-сосудистой системы, происходящие во время физической нагрузки. На первый взгляд, результат эксперимента предсказуем. Опираясь на свой жизненный опыт, каждый ребенок знает, что частота сердечных сокращений (пульс) после нагрузки увеличивается. Но не каждый знает, почему это происходит. Чтобы понять причину, обучающиеся под руководством учителя полученные данные используют для определения уровня физического развития. Данные, полученные в результате эксперимента ставят перед ребенком ряд проблемных вопросов и мотивируют познать свой организм, но уже через работу над собой, своими привычками.

**Новокрещенова Анастасия**, ученица 8 класса: «Мне нравятся такие уроки, так как мы не просто разбираем тему и обсуждаем вопросы, а можем сами проводить опыты и определить уровень своего физического развития»

**Воробьева Людмила**, мама ученицы 8 класса: «Очень интересно было наблюдать за детьми при проведении эксперимента. Я сразу вспомнила свои школьные годы, ведь я училась в этой школе, но у нас таких возможностей, как у наших детей, не было. Среда, создаваемая в центре «Точка роста», помогает школьникам определиться с выбором направления развития и идти в ногу со временем».

**Абдуразакова В.П.**, учитель биологии: «Исследуя свои физиологические характеристики через количественный эксперимент с использованием датчиков учащиеся лучше закрепляют изучаемый материал, усваивают его на всю жизнь, осознают важность биологического знания. Национальная доктрина образования указывает: «Воспитание здорового образа жизни – одна из основных задач образования». Каждое образовательное учреждение, каждый педагог решает поставленную задачу своим путем. В нашей школе использование датчиков делает этот процесс наглядным, убедительным и интересным»

