***Результаты исследовательской работы.***

***Слайд 1***

Функциональная сердечно - сосудистая проба

***Слайд 2.***

**Цель:** равнить частоту сердечных сокращений и изменение артериального давления у подростков в состоянии покоя и после нагрузки.

**Объект исследования:** обучающиеся 8-9 классов

***Слайд 3.***

**План исследования:**

1.Определить частоту сердечных сокращений в состоянии покоя и после 20 приседаний (измерения пульса).

2. Измерение артериального давления в состоянии покоя и после физической нагрузки.

***Слайд 4.***

На основании полученных данных были построены графики изменения пульса до нагрузки, после нагрузки (20 приседаний), через 1 минуту и т.д. некурящих обучающихся. Исследование показало, что после нагрузки пульс вернулся к исходному состоянию в течении 2-х минут.

***Слайд 5.***

Анализируя результаты графика 2 группы (в ней оказалось 3 курящих подростка), можно сделать вывод, что пульс нормализовался в течение более длительного времени и в итоге остался чуть выше начального.

***Слайд 6.***

Затем мы измерили артериальное давление у шестиклассников также до нагрузки и после нагрузки и получили следующие результаты.

Перед вами столбчатая диаграмма изменения артериального давления школьников 1 группы. Мы видим, что верхнее давление после нагрузки увеличилось, но постепенно нормализовалось, а нижнее остается стабильным. Это говорит о том, у обучающихся этой группы, ведущих здоровый образ жизни, хорошее состояние сердечно - сосудистой системы.

***Слайд 7.***

У подростков 2 группы после нагрузки поднялось также верхнее и нижнее давление и стабилизировалось оно значительно медленнее, чем у 1 и 2 группы.

***Слайд 8.***

**Вывод: Проведенное исследование доказывает, что у курящих школьников от употребления сигарет страдает работа сердца и деятельность всей кровеносной системы.**