

Zaliczono wykonanie próby:

Dnia,..... podpis.....

Sprawność przyznano rozkazem:.....

Dnia,..... podpis.....

# SERCE I UKŁAD KRAŻENIA

## Heart and Circulation



Sprawność zdobywana przez:

.....

Opracowanie: KZS, 2020 r.

Zaliczono wykonanie próby:

Dnia,..... podpis.....

Sprawność przyznano rozkazem:.....

Dnia,..... podpis.....

# SERCE I UKŁAD KRAŻENIA

## Heart and Circulation



Sprawność zdobywana przez:

.....

Opracowanie: KZS, 2020 r.

## Wymagania próby na sprawność

1. Opisał podstawowe funkcje następujących części układu krążenia:

- serce,
- naczynia krwionośne,
- kręć.

Zaliczono: data, podpis .....

2. Wyjaśnił główne różnice pomiędzy tętnicami a żyłami oraz co to są naczynia włosowate i jaka jest ich funkcja.

Zaliczono: data, podpis .....

3. Wskazał dwa miejsca na ciele, gdzie można dokonać pomiaru tętna (pulsu) i zademonstrował umiejętność właściwego pomiaru tętna drugiej osobie.

Zaliczono: data, podpis .....

4. Wykonał następujące zadania:

- Dokonał pomiaru tętna spoczynkowego, po czym przez 10 minut uprawiał intensywne ćwiczenia fizyczne (bieganie, pływanie, wbieganie po schodach, itp.).
- Natychmiast po ćwiczeniach wykonał ponowny pomiar tętna oraz kolejny po następnych 5 minutach.
- Wykonał wykres, na którym codziennie przez tydzień zapisywał odczytane wyniki z podpunktów a i b.
- Na podstawie własnych doświadczeń wyjaśnił czy ćwiczenia korzystnie wpływały na tętno.

Zaliczono: data, podpis .....

5. Wykonał prosty stetoskop i posłuchał bicia serca innej osoby.

Zaliczono: data, podpis .....

6. Wymienił co najmniej pięć rzeczy, które można zrobić, aby zadbać o zdrowe serce. Zastosował je w praktyce, jeśli do tej pory tego nie robił.

Zaliczono: data, podpis .....

7. Wyjaśnił co to jest cholesterol i jaki ma związek z miażdżycą tętnic.

Zaliczono: data, podpis .....

8. Omówił czym jest zawał serca i jakie są jego objawy oraz w jaki sposób resuscytacja krążeniowo-oddechowa może być pomocna.

Zaliczono: data, podpis .....

9. Wyjaśnił co to jest badanie EKG i w jakim celu lekarz je wykonuje.

Zaliczono: data, podpis .....

10. Wskazał co najmniej pięć wersetów biblijnych, które odnoszą się do serca oraz nauczył się co najmniej dwóch z nich.

Zaliczono: data, podpis .....

## Wymagania próby na sprawność

1. Opisał podstawowe funkcje następujących części układu krążenia:

- serce,
- naczynia krwionośne,
- kręć.

Zaliczono: data, podpis .....

2. Wyjaśnił główne różnice pomiędzy tętnicami a żyłami oraz co to są naczynia włosowate i jaka jest ich funkcja.

Zaliczono: data, podpis .....

3. Wskazał dwa miejsca na ciele, gdzie można dokonać pomiaru tętna (pulsu) i zademonstrował umiejętność właściwego pomiaru tętna drugiej osobie.

Zaliczono: data, podpis .....

4. Wykonał następujące zadania:

- Dokonał pomiaru tętna spoczynkowego, po czym przez 10 minut uprawiał intensywne ćwiczenia fizyczne (bieganie, pływanie, wbieganie po schodach, itp.).
- Natychmiast po ćwiczeniach wykonał ponowny pomiar tętna oraz kolejny po następnych 5 minutach.
- Wykonał wykres, na którym codziennie przez tydzień zapisywał odczytane wyniki z podpunktów a i b.
- Na podstawie własnych doświadczeń wyjaśnił czy ćwiczenia korzystnie wpływały na tętno.

Zaliczono: data, podpis .....

5. Wykonał prosty stetoskop i posłuchał bicia serca innej osoby.

Zaliczono: data, podpis .....

6. Wymienił co najmniej pięć rzeczy, które można zrobić, aby zadbać o zdrowe serce. Zastosował je w praktyce, jeśli do tej pory tego nie robił.

Zaliczono: data, podpis .....

7. Wyjaśnił co to jest cholesterol i jaki ma związek z miażdżycą tętnic.

Zaliczono: data, podpis .....

8. Omówił czym jest zawał serca i jakie są jego objawy oraz w jaki sposób resuscytacja krążeniowo-oddechowa może być pomocna.

Zaliczono: data, podpis .....

9. Wyjaśnił co to jest badanie EKG i w jakim celu lekarz je wykonuje.

Zaliczono: data, podpis .....

10. Wskazał co najmniej pięć wersetów biblijnych, które odnoszą się do serca oraz nauczył się co najmniej dwóch z nich.

Zaliczono: data, podpis .....