

## Zasady oceniania - biologia - klasa 7

### I. SPOSOBY SPRAWDZANIA I OCENIANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH

1. Ocenie podlegają:
  - a. pisemne prace kontrolne - praca klasowa (sprawdzian), kartkówka
  - b. ustne odpowiedzi na lekcji,
  - c. prace domowe
  - d. prowadzenie zeszytu,
  - e. aktywność na lekcji
  - f. prace dodatkowe dla chętnych,
  - g. udział w konkursach
2. Oceny są jawne zarówno dla ucznia jak i rodziców. Sprawdzone i ocenione pisemne prace kontrolne uczeń i jego rodzice (prawni opiekunowie) otrzymują do wglądu na następujących zasadach:
  - a. uczniowie otrzymują prace do wglądu na lekcji, na której odbywa się ich omówienie,
  - b. prace klasowe, kartkówki nauczyciel udostępnia rodzicom uczniów (na ich prośbę), na zebraniach lub w trakcie indywidualnych konsultacji,
  - c. sprawdziany są przechowywane przez nauczycieli w szkole do ostatniego dnia roku szkolnego.
3. Nauczyciel na bieżąco informuje uczniów o otrzymanej ocenie
  - a. Z odpowiedzi ustnej – bezpośrednio po jej uzyskaniu
  - b. Z kartkówki – do 7 dni
  - c. Z pracy klasowej – do 2 tygodni
4. Uczeń może być nieprzygotowany do lekcji :
  - a. jeden raz w semestrze, bez ponoszenia jakichkolwiek konsekwencji, nieprzygotowania ( za wyjątkiem zapowiedzianych wcześniej prac domowych , kartkówek i prac klasowych),
  - b. uczniowie zgłaszają swoje nieprzygotowanie na początku lekcji, zostaje ono zaznaczone w dzienniku
  - c. za kolejne nieprzygotowanie (brak pracy domowej) lub brak zgłoszenia uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną, a uzupełnioną pracę pokazuje na następnej lekcji
  - d. uczniowie reprezentujący szkołę w zawodach i konkursach mają prawo do nieprzygotowania w dniu następnym ( za wyjątkiem zapowiedzianych sprawdzianów),
5. Prace klasowe są obowiązkowe dla ucznia i zapowiedziane z tygodniowym wyprzedzeniem
6. Jeżeli uczeń nie przystąpił do pracy klasowej w wyznaczonym terminie
  - a. z powodu usprawiedliwionej dłuższej nieobecności ( powyżej 3 dni ), powinien to uczynić w terminie do dwóch tygodni od daty powrotu do szkoły,
  - b. przy krótszej nieobecności ( do 3 dni) pisze sprawdzian na najbliższych ustalonych przez nauczyciela zajęciach
7. Uczeń musi poprawić ocenę niedostateczną w ciągu 2 tygodni od daty rozdania prac klasowych, może też jeśli zechce, poprawić ocenę dopuszczającą z pracy klasowej. Prawo do poprawy uczeń ma tylko jeden raz. W przypadku poprawy w dzienniku zapisywane są obydwie oceny.
8. Datę pisania poprawy oraz datę pisania pracy klasowej na której uczeń był nieobecny ustala nauczyciel po konsultacji z uczniem.
9. W razie niestawienia się ucznia we wskazanym terminie , otrzymuje ocenę niedostateczną

10. Kartkówka (10 –20 min.) i odpowiedzi ustne z trzech ostatnich lekcji nie muszą być zapowiedziane. Nie ma limitu kartkówek w ciągu dnia ani tygodnia.
11. Oceny z kartkówek nie podlegają poprawie.
12. W pracach klasowych nauczyciel może przewidzieć zadania o podwyższonym stopniu trudności nie wykraczające poza podstawę programową stwarzające możliwość uzyskania oceny celującej
13. Prace klasowe oceniane są wg skali procentowo - punktowej,
  - a. 0 – 29% punktów – stopień niedostateczny
  - b. 30- 49% punktów – stopień dopuszczający
  - c. 50-69% punktów – stopień dostateczny
  - d. 70-85% punktów – stopień dobry
  - e. 86-100% punktów – stopień bardzo dobry
  - f. na ocenę celującą należy zdobyć 100% punktów oraz wykonać zadanie dodatkowe o podwyższonym stopniu trudności nie wykraczające poza podstawę programową
14. Na lekcji oceniana jest aktywność za pomocą + i - , które później zamieniane są na ocenę według zasady : (pięć plusów – piątka, pięć minusów – jedynka)
15. Uczniowie na bieżąco prowadzą zeszyt przedmiotowy i zeszyt ćwiczeń. Wszelkie braki wynikające z nieobecności na lekcji uzupełniają samodzielnie.
16. Ocena semestralna **nie** jest średnią wszystkich uzyskanych ocen.
17. Na koniec semestru lub roku szkolnego nie przewiduje się sprawdzianów zaliczeniowych czy odpowiedzi ustnych aby poprawić ocenę – na ocenę śródroczną i roczną uczeń pracuje cały rok.

## II. WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY - *Puls życia - dla klasy 7*

	ocena dopuszczająca	ocena dostateczna	ocena dobra	ocena bardzo dobra	ocena celująca
<b>I. BIOLOGIA JAKO NAUKA</b>					
1. Biologia jako nauka	<ul style="list-style-type: none"> <li>• określa przedmiot badań biologii jako nauki</li> <li>• podaje przykłady dziedzin biologii</li> <li>• wymienia dziedziny biologii zajmujące się budową i funkcjonowaniem człowieka</li> <li>• wymienia źródła</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• korzysta z poszczególnych źródeł wiedzy</li> <li>• opisuje cechy organizmów żywych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• posługuje się właściwymi źródłami wiedzy biologicznej podczas rozwiązywania problemów</li> <li>• rozróżnia próby kontrolną i badawczą</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• charakteryzuje wybrane dziedziny biologii</li> <li>• przedstawia metody badań stosowanych w biologii</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyszukuje i krytycznie analizuje informacje z różnych źródeł dotyczące różnych dziedzin biologii</li> </ul>

	wiedzy biologicznej				
2. Komórkowa budowa organizmów	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje komórkę jako podstawową jednostkę organizacji życia</li> <li>wymienia elementy budowy komórek: roślinnej, zwierzęcej, grzybowej i bakteryjnej</li> <li>obserwuje preparaty przygotowane przez nauczyciela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia funkcje poszczególnych struktur komórkowych</li> <li>posługuje się mikroskopem</li> <li>z pomocą nauczyciela wykonuje proste preparaty mikroskopowe</li> <li>z pomocą nauczyciela rysuje obraz widziany pod mikroskopem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>odróżnia pod mikroskopem, na schemacie, zdjęciu lub na podstawie opisu poszczególne elementy budowy komórki</li> <li>samodzielnie wykonuje proste preparaty mikroskopowe</li> <li>z niewielką pomocą nauczyciela rysuje obraz widziany pod mikroskopem</li> <li>wyjaśnia rolę poszczególnych elementów komórki</li> <li>porównuje budowę różnych komórek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia budowę i funkcje struktur komórkowych</li> <li>analizuje różnice między poszczególnymi typami komórek</li> <li>wyciąga wnioski dotyczące komórkowej budowy organizmów na podstawie obserwacji preparatów</li> <li>wykonuje preparaty mikroskopowe, ustawia ostrość obrazu za pomocą śrub: makro- i mikrometrycznej, samodzielnie rysuje obraz widziany pod mikroskopem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wykonuje przestrzenny model komórki z dowolnego materiału</li> <li>analizuje różnice między poszczególnymi typami komórek oraz wykazuje związek ich budowy z pełnioną funkcją</li> <li>samodzielnie wykonuje preparaty mikroskopowe</li> <li>sprawnie posługuje się mikroskopem</li> <li>dokładnie rysuje obraz widziany pod mikroskopem</li> </ul>
3. Hierarchiczna budowa organizmów. Tkanki zwierzęce	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje komórkę jako podstawowy element budowy ciała człowieka</li> <li>wyjaśnia, czym jest tkanka</li> <li>wymienia podstawowe rodzaje tkanek zwierzęcych</li> <li>wyjaśnia, czym jest narząd</li> <li>wymienia układy narządów człowieka</li> <li>wymienia rodzaje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>określa najważniejsze funkcje poszczególnych tkanek zwierzęcych</li> <li>podaje rozmieszczenie przykładowych tkanek zwierzęcych w organizmie</li> <li>opisuje podstawowe funkcje poszczególnych układów narządów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje budowę poszczególnych tkanek zwierzęcych</li> <li>rysuje schemat komórki nerwowej i opisuje poszczególne elementy jej budowy</li> <li>rozpoznaje pod mikroskopem lub na ilustracji</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje rodzaje tkanki nabłonkowej</li> <li>charakteryzuje rolę poszczególnych składników morfotycznych krwi</li> <li>opisuje hierarchiczną budowę organizmu człowieka</li> <li>przyporządkowuje tkanki do narządów i</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje związek między budową a funkcją poszczególnych tkanek zwierzęcych</li> <li>wykazuje zależność między poszczególnymi układami narządów</li> <li>tworzy mapę pojęciową ilustrującą hierarchiczną budowę organizmu</li> </ul>

	tkanki łącznej		rodzaje tkanek zwierzęcych • wyjaśnia funkcje poszczególnych układów narządów	układów narządów • analizuje hierarchiczną budowę organizmu człowieka	człowieka
<b>II. SKÓRA - POWŁOKA</b>					
4. Budowa i funkcje skóry	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia warstwy skóry</li> <li>przedstawia podstawowe funkcje skóry</li> <li>wymienia wytwory naskórka</li> <li>z pomocą nauczyciela omawia wykonane doświadczenie wykazujące, że skóra jest narządem zmysłu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia funkcje skóry i warstwy podskórnej</li> <li>rozpoznaje na ilustracji lub schemacie warstwy skóry</li> <li>samodzielnie omawia wykonane doświadczenie wykazujące, że skóra jest narządem zmysłu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wykazuje na konkretnych przykładach związków między budową a funkcjami skóry</li> <li>opisuje funkcje poszczególnych wytworów naskórka</li> <li>z pomocą nauczyciela wykonuje doświadczenie wykazujące, że skóra jest narządem zmysłu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>na podstawie opisu wykonuje doświadczenie wykazujące, że skóra jest narządem zmysłu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyszukuje odpowiednie informacje i planuje doświadczenie wykazujące, że skóra jest narządem zmysłu</li> </ul>
5. Higiena i choroby skóry	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia choroby skóry</li> <li>podaje przykłady dolegliwości skóry</li> <li>omawia zasady pielęgnacji skóry młodzieńczej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje stan zdrowej skóry</li> <li>wskazuje konieczność dbania o dobry stan skóry</li> <li>wymienia przyczyny grzybic skóry</li> <li>wskazuje metody zapobiegania grzybicom skóry</li> <li>klasyfikuje rodzaje oparzeń i odmrożeń skóry</li> <li>omawia zasady udzielania pierwszej pomocy w przypadku oparzeń</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia objawy dolegliwości skóry</li> <li>wyjaśnia, czym są alergię skórne</li> <li>wyjaśnia zależność między ekspozycją skóry na silne nasłonecznienie a rozwojem czerniaka</li> <li>uzasadnia konieczność konsultacji lekarskiej w przypadku pojawienia się zmian na skórze</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ocenia wpływ promieni słonecznych na skórę</li> <li>wyszukuje informacje o środkach kosmetycznych z filtrem UV przeznaczonych dla młodzieży</li> <li>demonstruje zasady udzielania pierwszej pomocy w przypadku oparzeń skóry</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>przygotowuje pytania i przeprowadza wywiad z lekarzem lub pielęgniarką na temat chorób skóry oraz profilaktyki czerniaka i grzybicy</li> <li>wyszukuje w różnych źródłach informacje na temat chorób, profilaktyki i pielęgnacji skóry młodzieńczej do projektu edukacyjnego</li> </ul>

skóry

### III. APARAT RUCHU

<p>6. Aparat ruchu. Budowa szkieletu</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje części bierną i czynną aparatu ruchu</li> <li>podaje nazwy wskazanych elementów budowy szkieletu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje na schemacie, rysunku i modelu szkielet osiowy oraz szkielet obręczy i kończyn</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia sposób działania części biernej i czynnej aparatu ruchu</li> <li>wskazuje na związek budowy kości z ich funkcją w organizmie</li> <li>rozpoznaje różne kształty kości</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia związek budowy kości z ich funkcją w organizmie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>klasyfikuje podane kości pod względem kształtów</li> <li>na przykładzie własnego organizmu wykazuje związek budowy kości z ich funkcją</li> </ul>
<p>7. Budowa i rola szkieletu osiowego</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia elementy szkieletu osiowego</li> <li>wymienia elementy budujące klatkę piersiową</li> <li>podaje nazwy odcinków kręgosłupa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje na modelu lub ilustracji mózgo- i trzewioczaszkę</li> <li>wymienia narządy chronione przez klatkę piersiową</li> <li>wskazuje na schemacie, rysunku i modelu elementy szkieletu osiowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia kości budujące szkielet osiowy</li> <li>charakteryzuje funkcje szkieletu osiowego</li> <li>wyjaśnia związek budowy czaszki z pełnionymi przez nią funkcjami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia rolę chrząstek w budowie klatki piersiowej</li> <li>porównuje budowę poszczególnych odcinków kręgosłupa</li> <li>rozpoznaje elementy budowy mózgowiczaszki i trzewioczaszki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje związek budowy poszczególnych kręgów kręgosłupa z pełnioną przez nie funkcją</li> <li>wykazuje związek budowy odcinków kręgosłupa z pełnioną przez nie funkcją</li> </ul>
<p>8. Szkielet kończyn oraz ich obręczy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia elementy budowy szkieletu kończyn oraz ich obręczy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje na modelu lub schemacie kości kończyny górnej i kończyny dolnej</li> <li>wymienia rodzaje połączeń kości</li> <li>opisuje budowę stawu</li> <li>rozpoznaje rodzaje stawów</li> <li>odróżnia staw zawiasowy od stawu kulistego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia kości tworzące obręcz barkową i miedniczną</li> <li>porównuje budowę kończyny górnej i dolnej</li> <li>charakteryzuje połączenia kości</li> <li>wyjaśnia związek budowy stawu z zakresem ruchu kończyny</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wykazuje związek budowy szkieletu kończyn z funkcjami kończyn górnej i dolnej</li> <li>wykazuje związek budowy szkieletu obręczy kończyn z ich funkcjami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje funkcje kończyn górnej i dolnej oraz wykazuje związek z funkcjonowaniem człowieka w środowisku</li> </ul>
<p>9. Kości – elementy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje budowę kości</li> <li>omawia cechy fizyczne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia na podstawie ilustracji</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wykonuje z pomocą nauczyciela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wykonuje przygotowane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>planuje i samodzielnie wykonuje</li> </ul>

składowe szkieletu	<ul style="list-style-type: none"> <li>kości</li> <li>wskazuje miejsce występowania szpiku kostnego</li> <li>wymienia składniki chemiczne kości</li> </ul>	doświadczenie wykazujące skład chemiczny kości	doświadczenie wykazujące skład chemiczny kości <ul style="list-style-type: none"> <li>omawia znaczenie składników chemicznych kości</li> <li>opisuje rolę szpiku kostnego</li> </ul>	doświadczenie wykazujące skład chemiczny kości <ul style="list-style-type: none"> <li>demonstruje na przykładzie cechy fizyczne kości</li> </ul>	doświadczenie wykazujące skład chemiczny kości <ul style="list-style-type: none"> <li>wyszukuje odpowiednie informacje i przeprowadza doświadczenie ilustrujące wytrzymałość kości na złamanie</li> </ul>
10. Budowa i znaczenie mięśni	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia rodzaje tkanki mięśniowej</li> <li>wskazuje położenie tkanek mięśniowej gładkiej i poprzecznie prążkowanej szkieletowej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>określa funkcje wskazanych mięśni szkieletowych</li> <li>opisuje cechy tkanki mięśniowej</li> <li>z pomocą nauczyciela wskazuje na ilustracji najważniejsze mięśnie szkieletowe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozpoznaje mięśnie szkieletowe wskazane na ilustracji</li> <li>opisuje czynności mięśni wskazanych na schemacie</li> <li>wyjaśnia, na czym polega antagonistyczne działanie mięśni</li> <li>omawia warunki prawidłowej pracy mięśni</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>określa warunki prawidłowej pracy mięśni</li> <li>charakteryzuje budowę i funkcje mięśni gładkich i poprzecznie prążkowanych</li> <li>przedstawia negatywny wpływ środków dopingujących na zdrowie człowieka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>na przykładzie własnego organizmu analizuje współdziałanie mięśni, ścięgien, kości i stawów w wykonywaniu ruchów</li> </ul>
11. Higiena i choroby aparatu ruchu	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia naturalne krzywizny kręgosłupa</li> <li>opisuje przyczyny powstawania wad postawy</li> <li>wymienia choroby aparatu ruchu</li> <li>wskazuje ślad stopy z płaskostopiem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozpoznaje przedstawione na ilustracji wady postawy</li> <li>opisuje urazy kończyn</li> <li>omawia zasady udzielania pierwszej pomocy w przypadku urazów kończyn</li> <li>omawia przyczyny chorób aparatu ruchu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozpoznaje naturalne krzywizny kręgosłupa</li> <li>wyjaśnia przyczyny powstawania wad postawy</li> <li>charakteryzuje zmiany zachodzące wraz z wiekiem w układzie kostnym</li> <li>określa czynniki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyszukuje informacje dotyczące zapobiegania płaskostopiu</li> <li>wyjaśnia konieczność stosowania rehabilitacji po przebytych urazach</li> <li>planuje i</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyszukuje i prezentuje ćwiczenia zapobiegające deformacjom kręgosłupa</li> <li>wyszukuje i prezentuje ćwiczenia rehabilitacyjne likwidujące płaskostopie</li> <li>uzasadnia konieczność</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• omawia przedstawione na ilustracji wady podstawy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• omawia wady budowy stóp</li> </ul>	<p>wpływające na prawidłowy rozwój masy mięśniowej ciała</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wyjaśnia przyczyny i skutki osteoporozy</li> </ul>	<p>demonstruje czynności udzielania pierwszej pomocy w przypadku urazów kończyn</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analizuje przyczyny urazów ścięgien</li> <li>• przewiduje skutki przyjmowania nieprawidłowej postawy ciała</li> </ul>	<p>regularnych ćwiczeń gimnastycznych dla prawidłowego funkcjonowania aparatu ruchu</p>
<b>IV. UKŁAD POKARMOWY</b>					
12. Pokarm – budulec i źródło energii	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienia podstawowe składniki odżywcze</li> <li>• wymienia produkty spożywcze zawierające białko</li> <li>• podaje przykłady pokarmów, które są źródłem węglowodanów</li> <li>• wymienia pokarmy zawierające tłuszcze</li> <li>• omawia z pomocą nauczyciela przebieg doświadczenia wykrywającego obecność tłuszczów i skrobi w wybranych produktach spożywczych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• klasyfikuje składniki odżywcze na budulcowe i energetyczne</li> <li>• określa aminokwasy jako cząsteczki budulcowe białek</li> <li>• wskazuje rolę tłuszczów w organizmie</li> <li>• samodzielnie omawia przebieg doświadczenia wykrywającego obecność tłuszczów i skrobi w wybranych produktach spożywczych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyjaśnia znaczenie składników odżywczych dla organizmu</li> <li>• określa znaczenie błonnika w prawidłowym funkcjonowaniu układu pokarmowego</li> <li>• uzasadnia konieczność systematycznego spożywania owoców i warzyw</li> <li>• porównuje pokarmy pełnowartościowe i niepełnowartościowe</li> <li>• analizuje etykiety produktów spożywczych pod kątem zawartości</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ilustruje na przykładach źródła składników odżywczych i wyjaśnia ich znaczenie dla organizmu</li> <li>• wyjaśnia związek między spożywaniem produktów białkowych a prawidłowym wzrostem ciała</li> <li>• omawia rolę aminokwasów egzogennych w organizmie</li> <li>• porównuje wartość energetyczną węglowodanów i tłuszczów</li> <li>• wyjaśnia skutki nadmiernego spożywania tłuszczów</li> <li>• samodzielnie przeprowadza</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• planuje i samodzielnie przeprowadza doświadczenie wykrywające obecność tłuszczów i skrobi w wybranych produktach spożywczych</li> <li>• analizuje zależność między rodzajami spożywanych pokarmów a funkcjonowaniem organizmu</li> </ul>

			<p>różnych składników odżywczych</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przeprowadza z pomocą nauczyciela doświadczenie wykrywające obecność tłuszczów i skrobi w wybranych produktach spożywczych</li> </ul>	<p>doświadczenie wykrywające obecność tłuszczów i skrobi w wybranych produktach spożywczych</p>	
13. Witaminy, sole mineralne, woda	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienia przykłady witamin rozpuszczalnych w wodzie i w tłuszczach</li> <li>• podaje przykład jednej awitaminozy</li> <li>• wymienia najważniejsze pierwiastki budujące ciała organizmów</li> <li>• podaje rolę dwóch wybranych makroelementó w w organizmie człowieka</li> <li>• wymienia po trzy makroelementy i mikroelementy</li> <li>• omawia z pomocą nauczyciela przebieg doświadczenia dotyczącego wykrywania witaminy C</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienia witaminy rozpuszczalne w wodzie i w tłuszczach</li> <li>• wymienia skutki niedoboru witamin</li> <li>• wskazuje rolę wody w organizmie</li> <li>• omawia znaczenie makroelementó w i mikroelementó w w organizmie człowieka</li> <li>• omawia na schemacie przebieg doświadczenia dotyczącego wykrywania witaminy C</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• charakteryzuje rodzaje witamin</li> <li>• przedstawia rolę i skutki niedoboru witamin: A, C, B6, B12, B9, D</li> <li>• przedstawia rolę i skutki niedoboru składników mineralnych: Mg, Fe, Ca</li> <li>• określa skutki niewłaściwej suplementacji witamin i składników mineralnych</li> <li>• na przygotowanym sprzęcie i z niewielką pomocą nauczyciela wykonuje doświadczenie dotyczące wykrywania witaminy C</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• analizuje skutki niedoboru witamin, makroelementów i mikroelementów w organizmie</li> <li>• przewiduje skutki niedoboru wody w organizmie</li> <li>• samodzielnie wykonuje doświadczenie dotyczące witaminy C</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyszukuje informacje dotyczące roli błonnika w prawidłowym funkcjonowaniu przewodu pokarmowego</li> <li>• wyszukuje odpowiednie informacje, planuje i wykonuje doświadczenie dotyczące witaminy C</li> </ul>



<p>14. Budowa i rola układu pokarmowego</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyjaśnia, na czym polega trawienie pokarmów</li> <li>• wymienia rodzaje zębów u człowieka</li> <li>• wymienia odcinki przewodu pokarmowego człowieka</li> <li>• omawia z pomocą nauczyciela przebieg doświadczenia badającego wpływ substancji zawartych w ślinie na trawienie skrobi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opisuje rolę poszczególnych rodzajów zębów</li> <li>• wskazuje odcinki przewodu pokarmowego na planszy lub modelu</li> <li>• rozpoznaje wątrobę i trzustkę na schemacie</li> <li>• lokalizuje położenie wątroby i trzustki we własnym ciele</li> <li>• samodzielnie omawia przebieg doświadczenia badającego wpływ substancji zawartych w ślinie na trawienie skrobi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozpoznaje poszczególne rodzaje zębów człowieka</li> <li>• wykazuje rolę zębów w mechanicznej obróbce pokarmu</li> <li>• omawia funkcje poszczególnych odcinków przewodu pokarmowego</li> <li>• lokalizuje odcinki przewodu pokarmowego i wskazuje odpowiednie miejsca na powierzchni swojego ciała</li> <li>• charakteryzuje funkcje wątroby i trzustki</li> <li>• przeprowadza z pomocą nauczyciela doświadczenie badające wpływ substancji zawartych w ślinie na trawienie skrobi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• omawia znaczenie procesu trawienia</li> <li>• opisuje etapy trawienia pokarmów w poszczególnych odcinkach przewodu pokarmowego</li> <li>• analizuje miejsca wchłaniania strawionego pokarmu i wody</li> <li>• samodzielnie przeprowadza doświadczenie badające wpływ substancji zawartych w ślinie na trawienie skrobi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyszukuje odpowiednie informacje, planuje i przeprowadza doświadczenie badające wpływ substancji zawartych w ślinie na trawienie skrobi</li> <li>• uzasadnia konieczność stosowania zróżnicowanej diety dostosowanej do potrzeb organizmu</li> <li>• uzasadnia konieczność dbałości o zęby</li> </ul>
<p>15. Higiena i choroby układu pokarmowego</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• określa zasady zdrowego żywienia</li> <li>• wymienia przykłady chorób układu pokarmowego</li> <li>• wymienia zasady profilaktyki chorób układu pokarmowego</li> <li>• według podanego wzoru oblicza indeks masy ciała</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wskazuje grupy pokarmów w piramidzie zdrowego żywienia i aktywności fizycznej</li> <li>• wskazuje na zależność diety od zmiennych warunków zewnętrznych</li> <li>• układu jadłospis w zależności od</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyjaśnia znaczenie pojęcia <i>wartość energetyczna pokarmu</i></li> <li>• wykazuje zależność między dietą a czynnikami, które ją warunkują</li> <li>• przewiduje skutki złego odżywiania się</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wykazuje zależność między higieną odżywiania się a chorobami układu pokarmowego</li> <li>• demonstruje czynności udzielania pierwszej pomocy w przypadku zakrztuszenia</li> <li>• wskazuje zasady profilaktyki próchnicy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przygotowuje i prezentuje wystąpienie w dowolnej formie na temat chorób związanych z zaburzeniami łąknienia i przemiany materii</li> <li>• uzasadnia konieczność badań przesiewowych w celu wykrywania wczesnych stadiów raka</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia przyczyny próchnicy zębów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zmiennych warunków zewnętrznych</li> <li>wymienia choroby układu pokarmowego</li> <li>analizuje indeks masy ciała swój i kolegów, wykazuje prawidłowości i odchylenia od normy</li> <li>omawia zasady udzielania pierwszej pomocy w przypadku zakrzuszenia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wykazuje, że WZW A, WZW B i WZW C są chorobami związanymi z higieną układu pokarmowego</li> <li>omawia zasady profilaktyki choroby wrzodowej żołądka i dwunastnicy, zatrucia pokarmowego i raka jelita grubego</li> <li>analizuje indeks masy ciała w zależności od stosowanej diety</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zębów</li> <li>wyjaśnia, dlaczego należy stosować dietę zróżnicowaną i dostosowaną do potrzeb organizmu (wiek, stan zdrowia, tryb życia, aktywność fizyczna, pora roku)</li> <li>układa odpowiednią dietę dla uczniów z nadwagą i niedowagą</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>jelita grubego</li> </ul>
<b>V. UKŁAD KRAŻENIA</b>					
16. Budowa i funkcje krwi	<ul style="list-style-type: none"> <li>podaje nazwy elementów morfotycznych krwi</li> <li>wymienia grupy krwi</li> <li>wymienia składniki biorące udział w krzepnięciu krwi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia funkcje krwi</li> <li>wymienia grupy krwi i wyjaśnia, co stanowi podstawę ich wyodrębnienia</li> <li>wyjaśnia, co to jest konflikt serologiczny</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia znaczenie krwi</li> <li>charakteryzuje elementy morfotyczne krwi</li> <li>omawia rolę hemoglobiny</li> <li>przedstawia społeczne znaczenie krwiodawstwa</li> <li>przewiduje skutki konfliktu serologicznego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia zasady transfuzji krwi</li> <li>wyjaśnia mechanizm krzepnięcia krwi</li> <li>rozpoznaje elementy morfotyczne krwi na podstawie obserwacji mikroskopowej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>uzasadnia potrzebę wykonywania badań zapobiegających konfliktowi serologicznemu</li> <li>analizuje wyniki laboratoryjnego badania krwi</li> </ul>
17. Krwiobieg	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia narządy układu krwionośnego</li> <li>z pomocą nauczyciela omawia na podstawie ilustracji mały i duży obieg krwi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia funkcje wybranego naczynia krwionośnego</li> <li>porównuje budowę i funkcje żył, tętnic oraz naczyń włosowatych</li> <li>opisuje funkcje zastawek żylnych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>porównuje krwiobieg mały i duży</li> <li>opisuje drogę krwi płynącej w małym i dużym krwiobiegu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozpoznaje poszczególne naczynia krwionośne na ilustracji</li> <li>wykazuje związek budowy naczyń krwionośnych z pełnionymi przez nie funkcjami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje związek przepływu krwi w naczyniach z wymianą gazową</li> </ul>
18. Budowa i działanie serca	<ul style="list-style-type: none"> <li>lokalizuje położenie serca we własnym</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozpoznaje elementy budowy serca i</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje mechanizm pracy serca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wykazuje rolę zastawek w</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>planuje i przeprowadza</li> </ul>

	<p>ciele</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia elementy budowy serca</li> <li>podaje prawidłową wartość pulsu i ciśnienia zdrowego człowieka</li> </ul>	<p>naczynia krwionośnego na schemacie (ilustracji z podręcznika)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia, czym jest puls</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia fazy cyklu pracy serca</li> <li>mierzy koledze puls</li> <li>wyjaśnia różnicę między ciśnieniem skurczowym a ciśnieniem rozkurczowym krwi</li> </ul>	<p>funkcjonowaniu serca</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>porównuje wartości ciśnienia skurczowego i rozkurczowego krwi</li> <li>omawia doświadczenie wykazujące wpływ wysiłku fizycznego na zmiany tętna i ciśnienia krwi</li> </ul>	<p>doświadczenie wykazujące wpływ wysiłku fizycznego na zmiany tętna i ciśnienia krwi</p>
19. Higiena i choroby układu krwionośnego	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia choroby układu krwionośnego</li> <li>omawia pierwszą pomoc w wypadku krwawień i krwotoków</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia przyczyny chorób układu krwionośnego</li> <li>wymienia czynniki wpływające korzystnie na funkcjonowanie układu krwionośnego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje przyczyny chorób układu krwionośnego</li> <li>charakteryzuje objawy krwotoku żylnego i tętniczego</li> <li>wyjaśnia, na czym polega białaczka i anemia</li> <li>przedstawia znaczenie aktywności fizycznej i prawidłowej diety dla właściwego funkcjonowania układu krwionośnego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>przygotowuje portfolio na temat chorób układu krwionośnego</li> <li>demonstruje pierwszą pomoc w wypadku krwotoków</li> <li>wyjaśnia znaczenie badań profilaktycznych chorób układu krwionośnego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyszukuje i prezentuje w dowolnej formie materiały edukacyjne oświaty zdrowotnej na temat chorób społecznych: miażdżycy, nadciśnienia tętniczego i zawałów serca</li> </ul>
20. Układ limfatyczny	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia cechy układu limfatycznego</li> <li>wymienia narządy układu limfatycznego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje budowę układu limfatycznego</li> <li>omawia rolę węzłów chłonnych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje rolę układu limfatycznego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozpoznaje na ilustracji lub schemacie narządy układu limfatycznego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>porównuje układ limfatyczny z układem krwionośnym</li> </ul>
21. Budowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia elementy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyróżnia odporność</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia rolę</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia mechanizm</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje wykaz</li> </ul>

i funkcjonowanie układu odpornościowego	układu odpornościowego <ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia rodzaje odporności</li> <li>przedstawia różnice między surowicą a szczepionką</li> </ul>	swoistą i nieswoistą, czynną i bierną, naturalną i sztuczną <ul style="list-style-type: none"> <li>definiuje szczepionkę i surowicę jako czynniki odpowiadające za odporność nabytą</li> </ul>	elementów układu odpornościowego <ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje rodzaje odporności</li> <li>określa zasadę działania szczepionki i surowicy</li> </ul>	działania odporności swoistej <ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje rodzaje leukocytów</li> <li>odróżnia działanie szczepionki od działania surowicy</li> </ul>	szczepień w swojej książeczce zdrowia <ul style="list-style-type: none"> <li>ocenia znaczenie szczepień</li> </ul>
22. Zaburzenia funkcjonowania układu odpornościowego	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia czynniki mogące wywołać alergię</li> <li>opisuje objawy alergii</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>określa przyczynę choroby AIDS</li> <li>wyjaśnia, na czym polega transplantacja narządów</li> <li>podaje przykłady narządów, które można przeszczepiać</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia sposób zakażenia HIV</li> <li>wskazuje drogi zakażenia się HIV</li> <li>wskazuje zasady profilaktyki AIDS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>uzasadnia, że alergologia jest związana z nadwrażliwością układu odpornościowego</li> <li>ilustruje przykładami znaczenie transplantologii</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>przedstawia znaczenie przeszczepów oraz zgody na transplantację narządów po śmierci</li> </ul>
<b>VI. UKŁAD ODDECHOWY</b>					
23. Budowa i rola układu oddechowego	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia odcinki układu oddechowego</li> <li>rozpoznaje na ilustracji narządy układu oddechowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia funkcje elementów układu oddechowego</li> <li>opisuje rolę nagłośni</li> <li>na podstawie własnego organizmu przedstawia mechanizm wentylacji płuc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyróżnia drogi oddechowe i narządy wymiany gazowej</li> <li>wykazuje związek budowy elementów układu oddechowego z pełnionymi funkcjami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>odróżnia głośnię i nagłośnię</li> <li>demonstruje mechanizm modulacji głosu</li> <li>definiuje płuca jako miejsce wymiany gazowej</li> <li>wykazuje związek między budową a funkcją płuc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wykonuje z dowolnych materiałów model układu oddechowego</li> <li>wyszukuje odpowiednie metody i bada pojemność własnych płuc</li> </ul>
24. Mechanizm wymiany gazowej	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia narządy biorące udział w procesie wentylacji płuc</li> <li>demonstruje na sobie mechanizm wdechu i wydechu</li> <li>z pomocą nauczyciela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje różnice w ruchach klatki piersiowej i przepony podczas wdechu i wydechu</li> <li>przedstawia rolę krwi w transporcie gazów oddechowych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyróżnia procesy wentylacji płuc i oddychania komórkowego</li> <li>opisuje dyfuzję O<sub>2</sub> i CO<sub>2</sub> zachodzącą w pęcherzykach płucnych</li> <li>wyjaśnia zależność między liczbą</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>interpretuje wyniki doświadczenia wykrywającego CO<sub>2</sub> w wydychanym powietrzu</li> <li>przedstawia graficznie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>planuje i wykonuje obserwację wpływu wysiłku fizycznego na częstość oddechów</li> <li>wyszukuje odpowiednie informacje, planuje i samodzielnie przeprowadza</li> </ul>

	omawia doświadczenie wykrywające obecność CO <sub>2</sub> w wydychanym powietrzu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• omawia zawartość gazów w powietrzu wdychanym i wydychanym</li> <li>• oblicza liczbę wdechów i wydechów przed wysiłkiem fizycznym i po nim</li> <li>• z pomocą nauczyciela przeprowadza doświadczenie wykrywające obecność CO<sub>2</sub> w wydychanym powietrzu</li> </ul>	<p>oddechów a wysiłkiem fizycznym</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• na przygotowanym sprzęcie samodzielnie przeprowadza doświadczenie wykrywające obecność CO<sub>2</sub> w wydychanym powietrzu</li> </ul>	<p>zawartość gazów w powietrzu wdychanym i wydychanym</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analizuje proces wymiany gazowej w płucach i tkankach</li> <li>• omawia obserwację dotyczącą wpływu wysiłku fizycznego na częstość oddechów</li> <li>• samodzielnie przygotowuje zestaw laboratoryjny i przeprowadza doświadczenie wykazujące obecność CO<sub>2</sub> w wydychanym powietrzu</li> </ul>	doświadczenie wykazujące obecność CO <sub>2</sub> w wydychanym powietrzu
25. Oddychanie komórkowe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• definiuje mitochondrium jako miejsce oddychania komórkowego</li> <li>• wskazuje ATP jako nośnik energii</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zapisuje słownie równanie reakcji chemicznej ilustrujące utlenianie glukozy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• określa znaczenie oddychania komórkowego</li> <li>• zapisuje za pomocą symboli chemicznych równanie reakcji ilustrujące utlenianie glukozy</li> <li>• omawia rolę ATP w organizmie</li> </ul>		
26. Higiena i choroby układu oddechowego	<ul style="list-style-type: none"> <li>• definiuje kichanie i kaszel jako reakcje obronne organizmu</li> <li>• wymienia choroby układu oddechowego</li> <li>• wymienia czynniki wpływające na prawidłowe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wskazuje źródła infekcji górnych i dolnych dróg oddechowych</li> <li>• określa sposoby zapobiegania chorobom układu oddechowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• podaje objawy wybranych chorób układu oddechowego</li> <li>• wyjaśnia związek między wdychaniem powietrza przez nos a profilaktyką chorób układu</li> </ul>		

	funkcjonowanie układu oddechowego	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opisuje przyczyny astmy</li> <li>• omawia zasady postępowania w przypadku utraty oddechu</li> <li>• omawia wpływ zanieczyszczeń pyłowych na prawidłowe funkcjonowanie układu oddechowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opisuje zasady profilaktyki anginy, gruźlicy i raka płuc</li> <li>• rozróżnia czynne i bierne palenie tytoniu</li> </ul>		
<b>VII. UKŁAD WYDALNICZY</b>					
27. Budowa i działanie układu wydalniczego	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienia przykłady substancji, które są wydalane przez organizm człowieka</li> <li>• wymienia narządy układu wydalniczego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wyjaśnia pojęcia <i>wydalanie</i> i <i>defekacja</i></li> <li>• wymienia drogi wydalania zbędnych produktów przemiany materii</li> <li>• wymienia CO<sub>2</sub> i mocznik jako zbędne produkty przemiany materii</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• porównuje wydalanie i defekację</li> <li>• omawia na podstawie ilustracji proces powstawania moczu</li> <li>• wskazuje na modelu lub ilustracji miejsce powstawania moczu pierwotnego</li> <li>• opisuje sposoby wydalania mocznika i CO<sub>2</sub></li> </ul>		
28. Higiena i choroby układu wydalniczego	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienia zasady higieny układu wydalniczego</li> <li>• wymienia choroby układu wydalniczego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wskazuje na zakażenia dróg moczowych i kamice nerkową jako choroby układu wydalniczego</li> <li>• wymienia badania stosowane w profilaktyce tych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• omawia przyczyny chorób układu wydalniczego</li> <li>• omawia na ilustracji przebieg dializy</li> <li>• wyjaśnia znaczenie wykonywania</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnia konieczność picia dużych ilości wody podczas leczenia chorób nerek</li> <li>• ocenia rolę dializy w ratowaniu życia</li> <li>• uzasadnia konieczność regularnego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• analizuje własne wyniki laboratoryjnego badania moczu i na tej podstawie określa stan zdrowia własnego układu wydalniczego</li> </ul>

		chorób • określa dzienne zapotrzebowanie organizmu człowieka na wodę	badań kontrolnych moczu • wskazuje na konieczność okresowego wykonywania badań kontrolnych moczu	opróżniania pęcherza moczowego	
<b>VIII. REGULACJA NERWOWO - HORMONALNA</b>					
29. Budowa i funkcjonowanie układu dokrewnego	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia gruczoły dokrewne</li> <li>wymienia przykłady hormonów</li> <li>wskazuje na ilustracji położenie najważniejszych gruczołów dokrewnych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>klasyfikuje gruczoły na gruczoły wydzielania zewnętrznego i wewnętrznego</li> <li>wyjaśnia pojęcie <i>gruczoł dokrewny</i></li> <li>wyjaśnia, czym są hormony</li> <li>podaje przyczyny cukrzycy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>określa cechy hormonów</li> <li>przyporządkowuje hormony do odpowiednich gruczołów, które je wytwarzają</li> <li>charakteryzuje działanie insuliny i glukagonu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>przedstawia biologiczną rolę hormonu wzrostu, tyroksyny, insuliny, adrenaliny, testosteronu, estrogenów</li> <li>omawia znaczenie swoistego działania hormonów</li> <li>wyjaśnia, na czym polega antagonistyczne działanie insuliny i glukagonu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>uzasadnia, że nie należy bez konsultacji z lekarzem przyjmować preparatów i leków hormonalnych</li> </ul>
30. Zaburzenia funkcjonowania układu dokrewnego	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia skutki nadmiaru i niedoboru hormonu wzrostu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia pojęcie <i>równowaga hormonalna</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>interpretuje skutki nadmiaru i niedoboru hormonów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>uzasadnia związek niedoboru insuliny z cukrzycą</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje i wykazuje różnice między cukrzycą typu 1 i 2</li> </ul>
31. Budowa i rola układu nerwowego	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia funkcje układu nerwowego</li> <li>wymienia elementy budowy ośrodkowego i obwodowego układu nerwowego</li> <li>rozpoznaje na ilustracji ośrodkowy i obwodowy układ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje elementy budowy komórki nerwowej</li> <li>wskazuje na ilustracji neuronu przebieg impulsu nerwowego</li> <li>wyróżnia somatyczny i autonomiczny układ nerwowy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje funkcje układu nerwowego</li> <li>porównuje działanie układów nerwowego i dokrewnego</li> <li>wykazuje związek budowy komórki nerwowej z jej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia sposób działania synapsy</li> <li>charakteryzuje funkcje somatycznego i autonomicznego układu nerwowego</li> <li>porównuje funkcje współczulnej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ocenia rolę regulacji nerwowo-hormonalnej w prawidłowym funkcjonowaniu całego organizmu</li> </ul>

	nerwowy		funkcją • omawia działanie ośrodkowego i obwodowego układu nerwowego	i przywspółczulnej części autonomicznego układu nerwowego	
32. Ośrodkowy układ nerwowy	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje na ilustracji najważniejsze elementy mózgowia</li> <li>wymienia mózgowie i rdzeń kręgowy jako narządy ośrodkowego układu nerwowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje elementy budowy rdzenia kręgowego na ilustracji</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje budowę rdzenia kręgowego</li> <li>objaśnia na ilustracji budowę mózgowia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>określa mózgowie jako jednostkę nadrzędną w stosunku do pozostałych części układu nerwowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>uzasadnia nadrzędną funkcję mózgowia w stosunku do pozostałych części układu nerwowego</li> </ul>
33. Obwodowy układ nerwowy. Odruchy	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia rodzaje nerwów obwodowych</li> <li>podaje po trzy przykłady odruchów warunkowych i bezwarunkowych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyróżnia włókna czuciowe i ruchowe</li> <li>omawia na podstawie ilustracji drogę impulsu nerwowego w łuku odruchowym</li> <li>odróżnia odruchy warunkowe i bezwarunkowe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia różnicę między odruchem warunkowym a bezwarunkowym</li> <li>charakteryzuje odruchy warunkowe i bezwarunkowe</li> <li>przedstawia graficznie drogę impulsu nerwowego w łuku odruchowym</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>przedstawia rolę odruchów warunkowych w procesie uczenia się</li> <li>na podstawie rysunku wyjaśnia mechanizm odruchu kolanowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>dowodzi znaczenia odruchów warunkowych i bezwarunkowych w życiu człowieka</li> <li>demonstruje na koledze odruch kolanowy i wyjaśnia działanie tego odruchu</li> </ul>
34. Higiena i choroby układu nerwowego	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia czynniki wywołujące stres</li> <li>podaje przykłady trzech chorób spowodowanych stresem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia sposoby radzenia sobie ze stresem</li> <li>wymienia przykłady chorób układu nerwowego</li> <li>przyporządkowuje wybranym chorobom układu nerwowego charakterystyczne objawy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia dodatni i ujemny wpływ stresu na funkcjonowanie organizmu</li> <li>opisuje przyczyny nerwic</li> <li>rozpoznaje cechy depresji</li> <li>wymienia choroby układu nerwowego: padaczkę, autyzm,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje przyczyny chorób układu nerwowego</li> <li>omawia wpływ snu na procesy uczenia się i zapamiętywania oraz na odporność organizmu</li> <li>charakteryzuje objawy depresji, padaczki, autyzmu, stwardnienia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje związek między prawidłowym wysypianiem się a funkcjonowaniem organizmu</li> </ul>



			stwardnienie roziane, chorobę Alzheimera	rozszianego, choroby Alzheimera	
<b>IX. NARZĄDY ZMYŚLÓW</b>					
35. Budowa i działanie narządu wzroku	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia znaczenie zmysłów w życiu człowieka</li> <li>rozróżnia w narządzie wzroku aparat ochronny oka i gałkę oczną</li> <li>wymienia elementy wchodzące w skład aparatu ochronnego oka</li> <li>rozpoznaje na ilustracji elementy budowy oka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje funkcje elementów aparatu ochronnego oka</li> <li>wyjaśnia pojęcie <i>akomodacja oka</i></li> <li>omawia znaczenie adaptacji oka</li> <li>omawia funkcje elementów budowy oka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>określa funkcję aparatu ochronnego oka</li> <li>wykazuje związek budowy elementów oka z pełnionymi przez nie funkcjami</li> <li>opisuje drogę światła w oku</li> <li>wskazuje lokalizację receptorów wzroku</li> <li>ilustruje w formie prostego rysunku drogę światła w oku i powstawanie obrazu na siatkówce</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia powstawanie obrazu na siatkówce</li> <li>planuje i przeprowadza doświadczenie wykazujące reakcję tęczy na światło o różnym natężeniu</li> <li>ilustruje za pomocą prostego rysunku drogę światła w oku i powstawanie obrazu na siatkówce oraz wyjaśnia rolę soczewki w tym procesie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>przeprowadza doświadczenie wykazujące obecność wzrokowego w oku</li> <li>ilustruje za pomocą prostego rysunku drogę światła w oku oraz z użyciem odpowiedniej terminologii tłumaczy powstawanie i odbieranie wrażeń wzrokowych</li> </ul>
36. Ucho – narząd słuchu i równowagi	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozpoznaje na ilustracji elementy budowy ucha</li> <li>wyróżnia ucho zewnętrzne, środkowe i wewnętrzne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje na ilustracji położenie narządu równowagi</li> <li>wymienia funkcje poszczególnych elementów ucha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje funkcje poszczególnych elementów ucha</li> <li>omawia funkcje ucha zewnętrznego, środkowego i wewnętrznego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia mechanizm odbierania i rozpoznawania dźwięków</li> <li>wskazuje lokalizację receptorów słuchu i równowagi w uchu</li> <li>wyjaśnia zasadę działania narządu równowagi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje przebieg bodźca słuchowego, uwzględniając przetwarzanie fal dźwiękowych na impulsy nerwowe</li> </ul>
37. Higiena oka i ucha	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia wady wzroku</li> <li>omawia zasady higieny oczu</li> <li>wymienia choroby</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozpoznaje na ilustracji krótkowzroczność i dalekowzroczność</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje wady wzroku</li> <li>wyjaśnia, na czym polega daltonizm</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozróżnia rodzaje soczewek korygujących wady wzroku</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyszukuje informacje na temat źródeł hałasu w swoim miejscu</li> </ul>

	oczu i uszu	<ul style="list-style-type: none"> <li>definiuje hałas jako czynnik powodujący głuchotę</li> <li>omawia przyczyny powstawania wad wzroku</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>i astygmatyzm</li> <li>charakteryzuje choroby oczu</li> <li>omawia sposób korygowania wad wzroku</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje, w jaki sposób nadmierny hałas może spowodować uszkodzenie słuchu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zamieszkania</li> <li>analizuje źródła hałasu w najbliższym otoczeniu i wskazuje na sposoby jego ograniczenia</li> </ul>
38. Zmysły powonienia, smaku i dotyku	<ul style="list-style-type: none"> <li>przedstawia rolę zmysłów powonienia, smaku i dotyku</li> <li>wskazuje rozmieszczenie receptorów powonienia, smaku i dotyku</li> <li>wymienia podstawowe smaki</li> <li>wymienia bodźce odbierane przez receptory skóry</li> <li>omawia rolę węchu w ocenie pokarmów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia rodzaje kubków smakowych</li> <li>omawia doświadczenie dotyczące rozmieszczenia kubków smakowych na języku</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje położenie kubków smakowych na języku</li> <li>z niewielką pomocą nauczyciela wykonuje doświadczenie dotyczące rozmieszczenia kubków smakowych na języku</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>uzasadnia, że skóra jest narządem dotyku</li> <li>analizuje znaczenie wolnych zakończeń nerwowych w skórze</li> <li>wykonuje na podstawie opisu doświadczenie dotyczące rozmieszczenia kubków smakowych na języku</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>planuje i wykonuje doświadczenie dotyczące rozmieszczenia kubków smakowych na języku</li> </ul>
<b>X. ROZMNAŻANIE I ROZWÓJ CZŁOWIEKA</b>					
39. Męski układ rozrodczy	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia męskie narządy rozrodcze</li> <li>wskazuje na ilustracji męskie narządy rozrodcze</li> <li>wymienia męskie cechy płciowe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia budowę plemnika i wykonuje jego schematyczny rysunek</li> <li>omawia proces powstawania nasienia</li> <li>określa funkcję testosteronu</li> <li>wymienia funkcje męskiego układu rozrodczego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje funkcje poszczególnych elementów męskiego układu rozrodczego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>uzasadnia, że główka plemnika jest właściwą gametą męską</li> <li>wykazuje zależność między produkcją hormonów płciowych a zmianami zachodzącymi w ciele męczyzny</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia wspólną funkcjonalność prącia jako narządu wydalania i narządu rozrodczego</li> </ul>
40. Żeński układ	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia żeńskie narządy rozrodcze</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje funkcje żeńskiego układu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje pierwszo-, drugo- i</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wykazuje związek budowy komórki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje podobieństwa i</li> </ul>

rozrodczy	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje na ilustracji żeńskie narządy rozrodcze</li> <li>wymienia żeńskie cechy płciowe</li> </ul>	rozrodczego	<p>trzeciorzędowe żeńskie cechy płciowe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje funkcje wewnętrznych narządów rozrodczych</li> </ul>	jajowej z pełnioną przez nią funkcją	różnice w budowie męskich i żeńskich układów narządów: rozrodczego i wydalniczego
41. Funkcjonowanie żeńskiego układu rozrodczego	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia żeńskie hormony płciowe</li> <li>wymienia kolejne fazy cyklu miesięczkowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje w cyklu miesięczkowym dni płodne i niepłodne</li> <li>definiuje jajnik jako miejsce powstawania komórki jajowej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>interpretuje ilustracje przebiegu cyklu miesięczkowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia zmiany hormonalne i zmiany w macicy zachodzące w trakcie cyklu miesięczkowego</li> <li>analizuje rolę ciała żółtego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyznacza dni płodne i niepłodne u kobiet w różnych dniach cyklu miesięczkowego i z różną długością cyklu</li> </ul>
42. Rozwój człowieka – od poczęcia do narodzin	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia nazwy błon płodowych</li> <li>podaje długość trwania rozwoju płodowego</li> <li>wymienia zmiany zachodzące w organizmie kobiety podczas ciąży</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>porządkuje etapy rozwoju zarodka od zapłodnienia do zagnieżdżenia</li> <li>wyjaśnia znaczenie pojęcia <i>zapłodnienie</i></li> <li>omawia zasady higieny zalecane dla kobiet ciężarnych</li> <li>podaje czas trwania ciąży</li> <li>omawia wpływ różnych czynników na prawidłowy rozwój zarodka i płodu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje funkcje błon płodowych</li> <li>charakteryzuje okres rozwoju płodowego</li> <li>wyjaśnia przyczyny zmian zachodzących w organizmie kobiety podczas ciąży</li> <li>charakteryzuje etapy porodu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje funkcje łożyska</li> <li>uzasadnia konieczność przestrzegania zasad higieny przez kobiety w ciąży</li> <li>omawia mechanizm powstawania ciąży pojedynczej i mnogiej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyszukuje w różnych źródłach informacje na temat rozwoju prenatalnego</li> </ul>
43. Rozwój człowieka – od narodzin do starości	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia etapy życia człowieka</li> <li>wymienia rodzaje dojrzałości</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>określa zmiany rozwojowe u swoich rówieśników</li> <li>opisuje objawy starzenia się</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje wskazane okresy rozwojowe</li> <li>przedstawia cechy oraz przebieg</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje różnice między przekwitaniem a starością</li> <li>przyporządkowuje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>tworzy w dowolnej formie prezentację na temat dojrzenia</li> <li>tworzy portfolio ze zdjęciami swojej</li> </ul>

		<p>organizmu</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia różnice w tempie dojrzewania dziewcząt i chłopców</li> </ul>	<p>fizycznego, psychicznego i społecznego dojrzewania człowieka</p>	<p>okresom rozwojowym zmiany zachodzące w organizmie</p>	<p>rodziny, której członkowie znajdują się w różnych okresach rozwoju</p>
<p>44. Higiena i choroby układu rozrodczego</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia choroby układu rozrodczego</li> <li>wymienia choroby przenoszone drogą płciową</li> <li>wymienia naturalne i sztuczne metody planowania rodziny</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje kontakty płciowe jako potencjalne źródło zakażenia układu rozrodczego</li> <li>przyporządkowuje chorobom źródła zakażenia</li> <li>wyjaśnia różnicę między nosicielstwem HIV a chorobą AIDS</li> <li>wymienia drogi zakażenia wirusami: HIV, HBV, HCV i HPV</li> <li>przedstawia podstawowe zasady profilaktyki chorób przenoszonych drogą płciową</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia konieczność regularnych wizyt u ginekologa</li> <li>przyporządkowuje chorobom ich charakterystyczne objawy</li> <li>omawia zasady profilaktyki chorób wywoływanych przez wirusy: HIV, HBV, HCV i HPV</li> <li>porównuje naturalne i sztuczne metody planowania rodziny</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia ryzykowne zachowania seksualne, które mogą prowadzić do zakażenia HIV</li> <li>przewiduje indywidualne i społeczne skutki zakażenia wirusami: HIV, HBV, HCV i HPV</li> <li>uzasadnia konieczność wykonywania badań kontrolnych jako sposobu wczesnego wykrywania raka piersi, raka szyjki macicy i raka prostaty</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyszukuje w różnych źródłach informacje na temat planowanych szczepień przeciwko wirusowi brodawczaka, który wywołuje raka szyjki macicy</li> <li>ocenia naturalne i sztuczne metody antykoncepcji</li> </ul>
<b>XI. RÓWNOWAGA WEWNĘTRZNA ORGANIZMU</b>					
<p>45. Równowaga wewnętrzna organizmu – homeostaza</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>własnymi słowami wyjaśnia, na czym polega homeostaza</li> <li>wyjaśnia mechanizm termoregulacji u człowieka</li> <li>wskazuje drogi wydalania wody z organizmu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wykazuje na podstawie wcześniej zdobytej wiedzy zależność działania układów pokarmowego i krwionośnego</li> <li>opisuje, jakie układy narządów mają wpływ na regulację poziomu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia, na czym polega homeostaza</li> <li>na podstawie wcześniej zdobytej wiedzy wykazuje zależność działania układów: nerwowego, pokarmowego i krwionośnego</li> <li>na podstawie wcześniej zdobytej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>na podstawie wcześniej zdobytej wiedzy wykazuje zależność działania poszczególnych układów narządów w organizmie człowieka</li> <li>na podstawie wcześniej zdobytej wiedzy wyjaśnia, jakie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje i wykazuje rolę regulacji nerwowo-hormonalnej w utrzymaniu homeostazy</li> </ul>

		wody we krwi	wiedzy wyjaśnia mechanizm regulacji poziomu glukozy we krwi	układy narządów biorą udział w mechanizmie regulacji poziomu glukozy we krwi	
46. Choroba – zaburzenie homeostazy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• omawia wpływ trybu życia na stan zdrowia człowieka</li> <li>• podaje przykłady trzech chorób zakaźnych wraz z czynnikami, które je wywołują</li> <li>• wymienia choroby cywilizacyjne</li> <li>• wymienia najczęstsze przyczyny nowotworów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opisuje zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne</li> <li>• podaje przykłady wpływu środowiska na życie i zdrowie człowieka</li> <li>• przedstawia znaczenie aktywności fizycznej dla prawidłowego funkcjonowania organizmu człowieka</li> <li>• przedstawia podstawowe zasady profilaktyki chorób nowotworowych</li> <li>• klasyfikuje podaną chorobę do grupy chorób cywilizacyjnych lub zakaźnych</li> <li>• omawia znaczenie szczepień ochronnych</li> <li>• wskazuje alergię jako skutek zanieczyszczenia środowiska</li> <li>• wskazuje metody zapobiegania chorobom cywilizacyjnym</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• charakteryzuje czynniki wpływające na zdrowie człowieka</li> <li>• przedstawia znaczenie pojęć <i>zdrowie i choroba</i></li> <li>• rozróżnia zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne</li> <li>• wymienia najważniejsze choroby człowieka wywołwane przez wirusy, bakterie, protisty i pasożyty zwierzęce oraz przedstawia zasady profilaktyki tych chorób</li> <li>• podaje kryterium podziału chorób na choroby zakaźne i cywilizacyjne</li> <li>• podaje przykłady szczepień obowiązkowych i nieobowiązkowych</li> <li>• wyjaśnia przyczyny powstawania chorób społecznych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wykazuje wpływ środowiska na zdrowie</li> <li>• uzasadnia, że antybiotyki i inne leki należy stosować zgodnie z zaleceniami lekarza (dawka, godziny przyjmowania leku i długość kuracji)</li> <li>• dowodzi, że stres jest przyczyną chorób cywilizacyjnych</li> <li>• uzasadnia, że nerwice są chorobami cywilizacyjnymi</li> <li>• uzasadnia konieczność okresowego wykonywania podstawowych badań kontrolnych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• formułuje argumenty przemawiające za tym, że nie należy bez wyraźnej potrzeby przyjmować ogólnodostępnych leków oraz suplementów</li> </ul>

47. Uzależnienia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• podaje przykłady używek</li> <li>• wymienia skutki zażywania niektórych substancji psychoaktywnych na stan zdrowia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawia negatywny wpływ na zdrowie człowieka niektórych substancji psychoaktywnych oraz nadużywania kofeiny i niektórych leków (zwłaszcza oddziałujących na psychikę)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• opisuje wpływ palenia tytoniu na zdrowie</li> <li>• omawia skutki działania alkoholu na funkcjonowanie organizmu</li> <li>• wyjaśnia mechanizm powstawania uzależnień</li> <li>• wyjaśnia znaczenie profilaktyki uzależnień</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wykazuje zależność między przyjmowaniem używek a powstawaniem nałogu</li> <li>• wskazuje alternatywne zajęcia pomagające uniknąć uzależnień</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wykonuje w dowolnej formie prezentację na temat profilaktyki uzależnień</li> </ul>
------------------	--	---	---	---	---