

Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobrą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				

Dział 1. Organizm człowieka – układ ruchu i skóra (SEMESTR I)

1. Hierarchiczna budowa organizmu człowieka (1.1)	- wymienia poziomy organizacji ciała człowieka; - podaje przykłady układów narządów oraz należących do nich narządów.	- wyjaśnia, co to znaczy, że organizm człowieka ma budowę hierarchiczną; - określa, czym zajmuje się fizjologia.	- przedstawia hierarchiczną budowę organizmu człowieka na przykładzie układu mięśniowego i kostnego; - wyjaśnia, co to jest metabolizm.	- omawia zasady planowania i przeprowadzania doświadczeń zgodnie z metodą naukową; - przedstawia powiązania i zależności reakcji metabolicznych w komórkach mięśniowych.	planuje i przeprowadza, zgodnie z metodą naukową, doświadczenie badające wpływ wysiłku fizycznego na częstość oddechów.
2. Szkielet (1.2)	- określa funkcje szkieletu; - wymienia i wskazuje na rysunku lub modelu główne części szkieletu: czaszkę, kręgosłup, klatkę piersiową, szkielety kończyn górnych i dolnych.	- rozdziela szkielet osiowy oraz szkielet kończyn i obręczy; - podaje przykłady połączeń kości ruchomych i nieruchomych.	- rozdziela kości: długie, krótkie, płaskie i różnokształtne i podaje ich przykłady; - wskazuje na modelu oraz na własnym ciele stawy kuliste i stawy zawiasowe; - omawia budowę stawu.	- wymienia i wskazuje na rysunku lub modelu, kości klatki piersiowej, obręczy i kończyn oraz odcinki kręgosłupa; - porównuje funkcjonowanie stawu kulistego i zawiasowego.	- wykazuje związek budowy kręgosłupa z pełnionymi funkcjami; - wyjaśnia, co to są atlas i obrotnik i określa ich rolę.
3. Budowa kości (1.3)	- określa właściwości kości; - wymienia chemiczne składniki kości.	- określa rolę białek i soli mineralnych budujących kość; - omawia strukturę kości.	- przeprowadza doświadczenia sprawdzające rolę białek i soli mineralnych w kości; - porównuje właściwości tkanki kostnej – zbitą i gąbczastą.	- wykazuje związek między budową chemiczną kości a jej właściwościami; - omawia rolę okostnej oraz szpiku kostnego.	- omawia podobieństwa i różnice w budowie i właściwościach kości niemowlęcia oraz seniora; - wyjaśnia, co to są kości pneumatyczne, i podaje ich przykłady.
4. Mięśnie szkieletowe i ścięgna (1.4)	- określa rolę mięśni szkieletowych; - podaje przykłady mięśni szkieletowych i wskazuje je na planszy lub rysunku.	wymienia elementy budowy mięśnia i określa sposób jego połączenia z kością.	- wyjaśnia, na czym polega praca mięśni; - uzasadnia, że biceps i triceps w ramieniu to mięśnie antagonistyczne.	- prezentuje i opisuje działanie bicepsa i tricepsa podczas zginania i prostowania ręki; - wykazuje współdziałanie mięśni i szkieletu podczas zginania i prostowania ręki.	opisuje antagonistyczne działanie mięśni pośladkowych i lędźwiowo-biodrowych.
5. Choroby układu ruchu (1.5)	- podaje przykłady chorób układu kostnego; - wymienia wady postawy i przyczyny ich powstawania.	- omawia zasady profilaktyki wad postawy; - określa pozytywny wpływ aktywności fizycznej na układ ruchu.	- przedstawia i opisuje rodzaje urazów układu ruchu; - omawia zasady udzielania pierwszej pomocy w urazach układu ruchu.	- wyjaśnia przyczyny i skutki osteoporozy oraz krzywicy; - omawia sposoby zapobiegania osteoporozie i krzywicy.	- wyjaśnia, czym się różni złamanie otwarte od złamania zamkniętego; - omawia przykłady chorób mięśni szkieletowych.

6. Budowa skóry (1.6)	– określa podstawową funkcję skóry; – wymienia i wskazuje na modelu lub rysunku warstwy skóry.	– wyjaśnia, jaka jest rola naskórka i skóry właściwej; – wymienia wytwory naskórka.	– charakteryzuje warstwy skóry; – omawia funkcje poszczególnych wytworów naskórka.	– wyjaśnia, na czym polega rola skóry w termoregulacji.	– wyjaśnia, co jest przyczyną zróżnicowania koloru skóry u ludzi.
7. Znaczenie i zdrowie skóry (1.7)	– wymienia funkcje skóry; – określa zasady codziennej pielęgnacji skóry.	– omawia pozytywne i negatywne działanie promieni UV na skórę; – podaje przykłady chorób skóry (grzybica, łojotok, nowotwory) i opisuje ich objawy.	– uzasadnia konieczność konsultacji lekarskiej w przypadku pojawienia się niepokojących zmian na skórze; – omawia profilaktykę wybranych chorób skóry (grzybice, czerniak).	– wykazuje związek nadmiernej ekspozycji na promieniowanie UV z większym ryzykiem rozwoju nowotworów skóry; – przedstawia zasady udzielania pierwszej pomocy przy oparzeniach i odmrożeniach.	– omawia działanie promieniowania UVA i UVB na skórę; – wyjaśnia, jak dokonać właściwego wyboru środków kosmetycznych chroniących skórę przed promieniowaniem UV.
8. Powtórzenie wiadomości z działu 1 (Podsumowanie działu 1)	Wiadomości i umiejętności z lekcji 1–7.				

Dział 2. Układ pokarmowy (SEMESTR I)

9. Składniki pokarmowe (2.1)	– wymienia rodzaje składników pokarmowych; – rozróżnia wśród składników pokarmowych związki organiczne i nieorganiczne.	– podaje przykłady pokarmów bogatych w białka, cukry, tłuszcze, witaminy i sole mineralne.	– określa rolę poszczególnych składników pokarmowych; – przeprowadza doświadczenia wykrywające skrobię i tłuszcze w produktach spożywczych.	– wyjaśnia, dlaczego błonnik jest ważnym składnikiem diety i podaje jego źródła; – uzasadnia, że woda jest niezbędnym składnikiem pożywienia.	– przedstawia źródła aminokwasów egzogennych i omawia ich rolę w organizmie.
10. Budowa układu pokarmowego (2.2)	– wyjaśnia, co to jest odżywianie oraz trawienie; – wymienia i wskazuje na rysunku lub schemacie kolejne odcinki przewodu pokarmowego.	– określa funkcje poszczególnych odcinków przewodu pokarmowego; – wymienia gruczoły biorące udział w trawieniu.	– wyjaśnia rolę enzymów w procesie trawienia; – przedstawia miejsca, produkty trawienia oraz wchłaniania białek, cukrów i tłuszczów.	– przeprowadza doświadczenie badające wpływ substancji zawartych w ślinie na trawienie skrobi; – omawia rolę wątroby i trzustki w trawieniu.	– charakteryzuje czynności wątroby inne niż wydzielanie żółci.
11. Jama ustna i zęby (2.3)	– podaje liczbę i wymienia rodzaje zębów dorosłego człowieka; – rozpoznaje na rysunku lub modelu poszczególne rodzaje zębów.	– określa funkcje poszczególnych rodzajów zębów w obróbce pokarmu; – wymienia i wskazuje na rysunku lub modelu elementy budowy zęba.	– wykazuje związek kształtu zębów z pełnionymi funkcjami; – omawia przyczyny oraz sposoby zapobiegania próchnicy i chorobie dziąseł.	– uzasadnia, że jedzenie słodkich pokarmów sprzyja rozwojowi próchnicy; – przedstawia instrukcję prawidłowego mycia zębów.	– porównuje uzębienie człowieka – mleczne i stałe.
12. Witaminy i sole mineralne (2.4)	– wyjaśnia, co to są witaminy; – określa rolę witamin i soli mineralnych w organizmie człowieka.	– przedstawia klasyfikację witamin i soli mineralnych; – podaje przykłady makro- i mikroelementów oraz witamin rozpuszczalnych w wodzie i rozpuszczalnych w tłuszczach.	– określa źródła i rolę wybranych witamin (A, D, K, C, B6 B12); – przedstawia źródła oraz rolę wybranych składników mineralnych (wapnia, magnezu, żelaza i miedzi).	– omawia skutki niedoboru witamin i soli mineralnych; – uzasadnia, że owoce i warzywa są lepszym źródłem witamin i soli mineralnych niż suplementy diety.	– analizuje skutki niewłaściwej suplementacji witamin i minerałów.

Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobrą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				
13. Zdrowie układu pokarmowego (2.5)	– podaje przykłady chorób układu pokarmowego; – przedstawia zasady prawidłowego przygotowywania posiłków.	– określa przyczyny chorób układu pokarmowego; – uzasadnia konieczność przestrzegania zasad higieny podczas przygotowywania i spożywania posiłków.	– omawia zasady profilaktyki chorób: WZW A, WZW B, WZW C, choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy, zatrucia pokarmowe, rak jelita grubego.	– wyjaśnia różnice między higieną osobistą, higieną żywności, a higieną żywienia; – analizuje konsekwencje zdrowotne nieprzestrzegania zasad higieny przygotowywania i spożywania posiłków.	– uzasadnia, dlaczego nadmiar soli w pożywieniu jest szkodliwy.
14. Zasady właściwego odżywiania (2.6)	– określa, jakich pokarmów należy unikać w diecie; – przedstawia podstawowe zasady prawidłowego żywienia.	– wyjaśnia, co to znaczy dieta zrównoważona; – podaje przykłady schorzeń będących skutkiem niewłaściwego odżywiania.	– uzasadnia, dlaczego należy stosować dietę zrównoważoną i dostosowaną do potrzeb organizmu; – oblicza indeks masy ciała, wskazuje prawidłowości i odstępstwa od normy.	– analizuje informacje zamieszczone na etykietach produktów spożywanych i dokonuje oceny ich jakości; – omawia przyczyny i skutki zdrowotne anoreksji i bulimii.	– przedstawia wady i zalety diety wegetariańskiej i wegańskiej.
15. Powtórzenie wiadomości z działu 2 (Podsumowanie działu 2)	Wiadomości i umiejętności z lekcji 9–14.				

Dział 3. Przemiana materii i transport substancji (SEMESTR I)					
16. Budowa układu oddechowego (3.1)	– podaje funkcje układu oddechowego człowieka; – wymienia i wskazuje na rysunku lub schemacie kolejne odcinki układu oddechowego.	– określa funkcje poszczególnych odcinków układu oddechowego; – porównuje obwód klatki piersiowej podczas wdechu i wydechu.	– opisuje drogę powietrza z jamy nosowej do wnętrza pęcherzyków płucnych; – określa rolę przepony i mięśni międzyżebrowych podczas wdechu i wydechu.	– omawia przystosowania elementów układu oddechowego do pełnionej funkcji; – przedstawia mechanizm wentylacji płuc.	– uzasadnia wpływ wysiłku fizycznego na częstość oddechów.
17. Wymiana gazowa (3.2)	– wyjaśnia, na czym polega wymiana gazowa; – określa, gdzie w organizmie zachodzi wymiana gazowa.	– porównuje skład powietrza wdychanego i wydychanego; – określa rolę krwi w transporcie tlenu i dwutlenku węgla.	– omawia przebieg wymiany gazowej w płucach i w tkankach; – wyjaśnia różnice między wentylacją a wymianą gazową.	– przeprowadza doświadczenie wykrywające obecność dwutlenku węgla w wydychanym powietrzu.	– planuje doświadczenie sprawdzające hipotezę, że w wydychanym powietrzu jest więcej pary wodnej niż w powietrzu wdychanym.
18. Zdrowie układu oddechowego (3.3)	– wymienia czynniki negatywnie wpływające na układ oddechowy; – podaje przykłady bakteryjnych i wirusowych chorób układu oddechowego.	– określa rodzaje zanieczyszczeń powietrza i ich wpływ na funkcjonowanie układu oddechowego; – przedstawia zasady profilaktyki chorób układu oddechowego.	– uzasadnia negatywny wpływ palenia papierosów na zdrowie i środowisko; – wyjaśnia, co to jest pojemność życiowa płuc i jak się ją bada.	– analizuje szkodliwy wpływ substancji zawartych w dymie tytoniowym na zdrowie człowieka.	– dokonuje pomiaru pojemności płuc, porównuje wyniki u różnych osób i wyciąga wnioski.

19. Budowa układu krążenia (3.4)	– podaje funkcje układu krążenia; – wymienia narządy układu krwionośnego i określa ich funkcje.	– rozpoznaje i wskazuje na rysunku elementy budowy serca (przedsionki, komory, zastawki); – określa rolę zastawek.	– opisuje drogę, jaką przebywa krew w małym i dużym obiegu; – porównuje budowę tętnic, żył i naczyń włosowatych.	– wyjaśnia, co to jest tętno, jak można je obserwować i mierzyć; – wykazuje związek między budową, a funkcją poszczególnych naczyń krwionośnych.	– analizuje fazy pracy serca; – dokonuje pomiaru i obserwacji tętna, zapisuje wyniki oraz wyciąga wnioski.
20. Krew (3.5)	– wymienia składniki krwi; – podaje funkcje krwi.	– określa rolę osocza, erytrocytów, leukocytów i trombocytów w organizmie.	– przedstawia specyficzne cechy każdej grupy krwinek, umożliwiające ich rozróżnienie; – omawia grupy krwi układu AB0 i Rh.	– przedstawia społeczne znaczenie krwiodawstwa; – omawia zasady działania testów do oznaczania grupy krwi.	– omawia proces krzepnięcia krwi.
21. Organizm a wysiłek fizyczny (3.6)	– wymienia czynniki mające korzystny wpływ na funkcjonowanie układu krążenia.	– przedstawia ruch jako naturalną potrzebę rozwojową człowieka; – wymienia układy narządów współdziałające ze sobą podczas wysiłku fizycznego.	– opisuje pracę poszczególnych układów narządów podczas aktywności fizycznej.	– uzasadnia, że przetrenowanie jest niebezpieczne dla zdrowia i życia; – porównuje reakcje organizmu osoby trenującej i nietrenującej na wysiłek fizyczny.	– przeprowadza badanie wydolności fizycznej, wykonując pomiary tętna oraz ciśnienia krwi, porównuje wyniki i wyciąga wnioski.
22. Zdrowie układu krążenia (3.7)	– wymienia choroby układu krwionośnego (miażdżyca, nadciśnienie tętnicze); – podaje przykłady chorób krwi (anemia, białaczka).	– określa objawy i podaje przyczyny nadciśnienia tętniczego; – omawia podstawowe zasady profilaktyki chorób układu krążenia.	– wyjaśnia, na czym polega białaczka i anemia; – określa, jakich informacji dostarcza morfologia krwi.	– wyjaśnia, jak rozwija się miażdżyca i jakie mogą być jej konsekwencje; – uzasadnia konieczność wykonywania okresowych badań morfologii krwi, pomiarów ciśnienia i tętna.	– analizuje przykładowe wyniki morfologii pacjenta i dokonuje oceny jego stanu zdrowia.
23. Budowa układu moczowego (3.8)	– określa rolę układu moczowego; – wymienia i wskazuje na rysunku lub schemacie narządy układu moczowego.	– podaje przykłady substancji, które są wydalane z organizmu oraz drogi ich usuwania; – określa funkcje poszczególnych narządów układu moczowego.	– omawia budowę nerki; – przedstawia etapy powstawania moczu.	– analizuje proces powstawania moczu; – porównuje skład moczu pierwotnego i ostatecznego.	– wykazuje związek budowy narządów układu moczowego z pełnionymi przez nie funkcjami.
24. Znaczenie i zdrowie układu wydalniczego (3.9)	– podaje przykłady chorób układu moczowego; – określa podstawowe zasady higieny układu moczowego.	– określa przyczyny i skutki zakażenia dróg moczowych; – podaje prawidłowe parametry badania ogólnego moczu.	– opisuje przyczyny i skutki kamicy nerkowej; – uzasadnia potrzebę wykonywania kontrolnych badań moczu.	– wykazuje związek między ilością przyjmowanych w ciągu doby płynów, a prawidłowym funkcjonowaniem nerek.	– uzasadnia, że prawidłowe funkcjonowanie układu moczowego ma wpływ na pracę innych narządów.
25. Powtórzenie wiadomości z działu 3 (Podsumowanie działu 3)	Wiadomości i umiejętności z lekcji 16–24.				

Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobrą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				
Dział 4. Układ odpornościowy (SEMESTR II)					
26. Odporność (4.1)	– wyjaśnia, co to jest odporność, antygen, patogen; – określa rolę układu odpornościowego człowieka.	– wymienia i wskazuje na rysunku lub schemacie główne narządy układu odpornościowego; – podaje nazwy krwinek białych, biorących udział w zwalczaniu patogenów.	– określa funkcje narządów układu odpornościowego; – omawia sposoby zwalczania patogenów przez krwinki białe.	– porównuje pod względem budowy i funkcji poszczególne rodzaje białych krwinek.	– wyjaśnia, jak powstaje limfa; – wykazuje zależność między układem limfatycznym i odpornościowym.
27. Rozwój odporności (4.2)	– określa, co to jest odporność wrodzona i nabyta; – wymienia sposoby nabywania odporności.	– porównuje odporność wrodzoną (nieswoistą) i nabytą (swoistą); – podaje przykłady odporności wrodzonej.	– wyjaśnia, na czym polega nabywanie odporności w sposób czynny i bierny; – podaje przykłady szczepień obowiązkowych i uzasadnia konieczność ich stosowania.	– wyjaśnia, na czym polega nabywanie odporności w sposób naturalny i sztuczny; – porównuje działanie surowicy i szczepionki.	– podaje przykłady szczepień zalecanych i przedstawia skutki zachorowań na choroby, przeciw którym stosuje się te szczepienia.
28. Konflikt serologiczny. Transplantologia (4.3)	– podaje przykłady narządów, które można przeszczepić człowiekowi; – wyjaśnia, co to jest transplantacja.	– wymienia antygeny krwinek czerwonych człowieka; – dobiera dawców i biorców krwi dla osób o różnych grupach krwi.	– omawia skutki, jakie może mieć podanie niewłaściwej grupy krwi podczas transfuzji; – wyjaśnia, na czym polega konflikt serologiczny Rh.	– wyjaśnia, dlaczego niektóre przeszczepy zostają odrzucone; – omawia znaczenie przeszczepów dla zdrowia i życia człowieka.	– przedstawia przyczyny i objawy choroby hemolitycznej noworodków; – wyjaśnia, co to jest zgoda domniemana i jakie ma znaczenie.
29. Choroby układu odpornościowego (4.4)	– podaje przykłady zaburzeń układu odpornościowego.	– omawia drogi zakażenia wirusem HIV oraz zasady profilaktyki; – wyjaśnia, co to jest alergia, i podaje przykłady najczęstszych alergenów.	– omawia wpływ wirusa HIV na osłabienie odporności organizmu; – uzasadnia, że przyczyną alergii jest nadwrażliwość układu odpornościowego.	– określa przyczyny i podaje przykłady chorób autoimmunologicznych; – przedstawia podobieństwa i różnice między alergią, a wstrząsem anafilaktycznym.	– omawia przebieg infekcji HIV oraz rozwój pełnoobjawowego AIDS.
30. Jak dbać o odporność? (4.5)	– wymienia czynniki sprzyjające rozwijaniu się infekcji.	– podaje sposoby wzmacniania własnej odporności (higiena, zdrowy styl życia, właściwa dieta).	– określa składniki diety o szczególnym znaczeniu dla odporności organizmu.	– uzasadnia konieczność spożywania jogurtów i kiszonek w trakcie i po antybiotykoterapii.	– przedstawia roślinne produkty spożywcze wspomagające odporność i omawia ich działanie.
31. Powtórzenie wiadomości z działu 4 (Podsumowanie działu 4)	Wiadomości i umiejętności z lekcji 26–30.				

Dział 5. Zmysły i układ nerwowy (SEMESTR II)

32. Oko – narząd wzroku (5.1)	– wyjaśnia, co to są zmysły i jaka jest ich rola w życiu człowieka; – wskazuje na rysunku lub modelu elementy budowy oka (aparatus ochronny, aparat ruchowy i gałkę oczną).	– wymienia i wskazuje na rysunku lub modelu elementy budowy gałki ocznej; – określa funkcje poszczególnych elementów budowy oka.	– przedstawia drogę promieni świetlnych w oku; – wyjaśnia, na czym polega akomodacja oka.	– wyjaśnia, gdzie, i w jaki sposób powstaje obraz w oku; – przeprowadza obserwację potwierdzającą istnienie tarczy nerwu wzrokowego.	– analizuje rolę poszczególnych elementów budowy oka w powstawaniu i odbieraniu wrażeń wzrokowych.
33. Jak dbać o oczy? (5.2)	– wymienia wady wzroku (krótkowzroczność, dalekowzroczność i astygmatyzm); – podaje czynniki mające negatywny wpływ na wzrok.	– wyjaśnia, na czym polegają poszczególne wady wzroku; – określa podstawowe zasady higieny narządu wzroku.	– charakteryzuje poszczególne wady wzroku i określa sposoby ich korygowania; – omawia zasady higieny narządu wzroku podczas czytania i pracy przy komputerze.	– wyjaśnia, jak działają soczewki korekcyjne w krótkowzroczności i astygmatyzmie; – wyjaśnia, na czym polega daltonizm.	– omawia przyczyny i objawy zaćmy i jaskry.
34. Ucho – narząd słuchu i równowagi (5.3)	– wymienia i wskazuje na rysunku lub modelu, elementy budowy ucha; – wymienia zasady higieny narządu słuchu.	– określa funkcje elementów budowy ucha w odbieraniu bodźców dźwiękowych; – omawia szkodliwy wpływ hałasu na zdrowie.	– przedstawia drogę fal dźwiękowych w uchu; – buduje model części ucha zewnętrznego i przeprowadza obserwację jego działania.	– wyjaśnia, jak powstają wrażenia słuchowe; – omawia działanie narządu równowagi.	– analizuje rolę poszczególnych elementów budowy ucha w przekazywaniu i przetwarzaniu fal dźwiękowych.
35. Węch, smak, dotyk (5.4)	– wskazuje lokalizację narządów i receptorów zmysłów: smaku, węchu i dotyku.	– określa rolę zmysłów: smaku, węchu i dotyku; – wymienia rodzaje komórek receptorowych znajdujących się w kubkach smakowych.	– omawia działanie zmysłów: węchu, smaku i dotyku; – bada gęstość rozmieszczenia receptorów w skórze.	– uzasadnia, że zmysły węchu i smaku współpracują ze sobą; – interpretuje wyniki badań i wyciąga wnioski na temat rozmieszczenia receptorów w skórze.	– analizuje rozmieszczenie i funkcje różnych rodzajów receptorów w skórze.
36. Budowa układu nerwowego (5.5)	– wymienia neuron jako najmniejszy element budulcowy układu nerwowego; – wskazuje na rysunku elementy ośrodkowego i obwodowego układu nerwowego i podaje ich nazwy.	– wymienia elementy budowy komórki nerwowej oraz nerwu; – określa funkcje elementów ośrodkowego i obwodowego układu nerwowego.	– omawia przebieg impulsów nerwowych między neuronami; – opisuje budowę mózgowia i rdzenia kręgowego.	– przedstawia na rysunku lub modelu mózgowia ośrodki kory mózgowej odpowiedzialne za koordynację różnych funkcji życiowych.	– omawia rolę opon mózgowych oraz płynu mózgowo-rdzeniowego.
37. Funkcjonowanie układu nerwowego (5.6)	– podaje funkcje ośrodkowego i obwodowego układu nerwowego; – wymienia rodzaje nerwów obwodowych.	– określa rolę somatycznego i autonomicznego układu nerwowego; – wyjaśnia na przykładach, co to jest odruch bezwarunkowy i warunkowy.	– porównuje działanie układu nerwowego – współczulnego i przywspółczulnego; – przeprowadza badanie odruchu kolanowego.	– wyjaśnia, co to jest łuk odruchowy i omawia jego działanie; – porównuje odruchy warunkowe i bezwarunkowe i określa ich rolę w życiu człowieka.	– analizuje drogę, jaką przebywa impuls podczas odruchu kolanowego.

Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobrą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				
38. Zdrowie układu nerwowego (5.7)	– wyjaśnia przyczyny i skutki stresu; – określa wpływ snu na procesy uczenia się i zapamiętywania.	– podaje przykłady pozytywnego i negatywnego działania stresu; – wyjaśnia, co to są substancje psychoaktywne i podaje ich przykłady.	– przedstawia korzystne dla zdrowia sposoby radzenia sobie ze stresem; – wyjaśnia, co to jest depresja, jakie są jej przyczyny i objawy.	– omawia negatywny wpływ alkoholu, papierosów i narkotyków na funkcjonowanie układu nerwowego.	– charakteryzuje przyczyny i objawy zaburzeń psychicznych (choroba dwubiegunowa, schizofrenia, psychozy).
39. Powtórzenie wiadomości z działu 5 (Podsumowanie działu 5)	Wiadomości i umiejętności z lekcji 32–38.				
Dział 6. Rozmnażanie i rozwój (SEMESTR II)					
40. Budowa układu rozrodczego (6.1)	– wyjaśnia, dlaczego człowiek należy do organizmów rozmnażających się płciowo; – wymienia i wskazuje na rysunku męskie i żeńskie narządy rozrodcze.	– wymienia męskie i żeńskie cechy płciowe; – podaje funkcje narządów rozrodczych męskich i żeńskich.	– określa funkcje jąder, najądrzy, nasieniowodów, pęcherzyków nasiennych i prostaty; – określa funkcje jajników, jajowodów oraz macicy.	– porównuje budowę oraz funkcje męskiego i żeńskiego układu rozrodczego.	– analizuje podobieństwa i różnice w budowie męskiego i żeńskiego układu rozrodczego; – wyjaśnia, na czym polega obojnactwo.
41. Zapłodnienie (6.2)	– określa miejsca wytwarzania gamet; – wyjaśnia, na czym polega zapłodnienie.	– wyjaśnia znaczenie terminów: cykl miesięczkowy, owulacja, menstruacja; – podaje miejsce, w którym dochodzi do zapłodnienia.	– omawia proces wytwarzania i dojrzewania gamet; – wyróżnia fazy cyklu miesięczkowego.	– określa podobieństwa i różnice w procesie powstawania gamet męskich i żeńskich; – wskazuje różnice w budowie gamet oraz omawia ich rolę w procesie zapłodnienia.	– opisuje przebieg procesu zapłodnienia.
42. Od zapłodnienia do narodzin (6.3)	– wymienia etapy rozwoju człowieka od zapłodnienia do porodu; – wyjaśnia, na czym polega poród.	– określa długość trwania okresu zarodkowego i płodowego; – omawia negatywny wpływ substancji chemicznych i patogenów na rozwój dziecka w czasie ciąży.	– określa rolę błon płodowych w rozwoju nowego organizmu; – wyjaśnia, co to jest łożysko i jaką odgrywa rolę w rozwoju płodu.	– charakteryzuje przebieg rozwoju zarodka, a później płodu; – omawia przebieg porodu.	– analizuje zmiany rozwojowe zarodka i płodu w poszczególnych miesiącach ciąży.
43. Dojrzewanie (6.4)	– wymienia etapy życia człowieka po narodzinach; – wyjaśnia, na czym polega dojrzewanie.	– podaje przykłady zmian fizycznych zachodzących w okresie dojrzewania; – uzasadnia konieczność zachowania higieny w okresie dojrzewania.	– omawia zmiany psychiczne i społeczne zachodzące podczas osiągnięcia dojrzałości; – przedstawia relacje między chłopcami i dziewczętami w okresie dojrzewania.	– charakteryzuje poszczególne etapy życia człowieka po narodzinach.	– porównuje zmiany w organizmie zachodzące w różnych etapach życia człowieka.

44. Zdrowie układu rozrodczego (6.5)	– wymienia choroby przenoszone drogą płciową; – wyjaśnia, w jaki sposób może dojść do zakażenia tymi chorobami.	– określa przyczyny i typowe objawy chorób przenoszonych drogą płciową; – przedstawia zasady profilaktyki chorób przenoszonych drogą płciową.	– wymienia działy medycyny zajmujące się zdrowiem układu rozrodczego; – omawia choroby nowotworowe układu rozrodczego.	– wyjaśnia znaczenie badań kontrolnych we wczesnym wykrywaniu nowotworów układu rozrodczego.	– charakteryzuje zmiany w organizmie kobiety będące wynikiem endometriozy.
45. Powtórzenie wiadomości z działu 6 (Podsumowanie działu 6)	Wiadomości i umiejętności z lekcji 40–44.				
Dział 7. Regulacja funkcjonowania organizmu (SEMESTR II)					
46. Budowa układu dokrewnego (7.1)	– wyjaśnia, co to są hormon i gruczoł dokrewny; – określa funkcje układu dokrewnego.	– wymienia gruczoły dokrewne w organizmie człowieka i wskazuje ich lokalizację.	– podaje nazwy hormonów wydzielanych przez przysadkę mózgową, szyszynkę, tarczycę, trzustkę, nadnercza, jądra i jajniki.	– przedstawia mechanizm działania hormonu; – porównuje działanie układu hormonalnego z układem nerwowym.	– wykazuje współdziałanie układu dokrewnego z układem nerwowym.
47. Hormony (7.2)	– określa rolę hormonów: hormonu wzrostu, tyroksyny, insuliny i adrenaliny.	– określa rolę hormonów płciowych; – omawia działanie adrenaliny i kortyzolu.	– wyjaśnia, na czym polega antagonistyczne działanie insuliny i glukagonu.	– omawia zmiany hormonalne zachodzące podczas cyklu miesięczkowego kobiety.	– omawia funkcje i działanie kalcytoniny i parathormonu.
48. Zdrowie układu dokrewnego (7.3)	– określa rolę, jaką odgrywają hormony w różnych okresach życia człowieka; – podaje przyczyny wydzielania nieprawidłowej ilości hormonów.	– wyjaśnia, dlaczego utrzymanie zdrowia hormonalnego jest ważne; – określa przyczyny i objawy cukrzycy typu 1. i typu 2.	– omawia następstwa zaburzeń w wydzielaniu hormonów przysadki i tarczycy; – wyjaśnia, na czym polega antykoncepcja hormonalna.	– uzasadnia, że przyjmowanie leków i preparatów hormonalnych powinno odbywać się pod kontrolą lekarską.	– omawia negatywne skutki dla organizmu stosowania środków dopingujących.
49. Homeostaza (7.4)	– określa, co to jest homeostaza; – wymienia układy narządów współdziałających w utrzymaniu homeostazy organizmu.	– wyjaśnia, w jaki sposób organizm reaguje na przegrzanie lub wychłodzenie ciała.	– omawia mechanizmy regulacji pobierania tlenu.	– przedstawia sposoby utrzymania stałej zawartości wody w organizmie.	– omawia przyczyny i mechanizm powstawania gorączki.
50. Zdrowie – stan równowagi organizmu (7.5)	– definiuje pojęcia zdrowia i choroby; – wymienia rodzaje chorób ze względu na wywołujący je czynnik chorobotwórczy.	– podaje przykłady chorób zakaźnych, pasożytniczych i niezakaźnych; – określa drogi wnikania patogenów do organizmu.	– omawia rodzaje działań leczniczych podejmowanych w celu przywrócenia homeostazy; – analizuje informacje zawarte w ulotkach leków i suplementów.	– uzasadnia, że antybiotyki i inne leki należy przyjmować zgodnie z zaleceniami lekarza.	– wyjaśnia, dlaczego antybiotyków nie stosuje się w leczeniu grypy.
51. Powtórzenie wiadomości z działu 7 (Podsumowanie działu 7)	Wiadomości i umiejętności z lekcji 46–50.				