Dzień dobry :)

Wiesz już, jak zbudowany jest układ rozrodczy męski i żeński. Dzisiaj dowiesz się, jak funkcjonuje żeński układ rozrodczy i co to jest cykl miesiączkowy

- Zapisz temat lekcji: **Funkcjonowanie żeńskiego układu rozrodczego.**

  Ten temat z pewnością bardziej zainteresuje dziewczyny, ale warto, aby również chłopcy zapoznali się z nim.

  Dzisiaj nauczysz się;
  - interpretować w oparciu o schemat przebieg cyklu menstruacyjnego;
  - co to są dni płodne i niepłodne;
  - odczytywać ze schematu wpływ hormonów na przebieg cyklu menstruacyjnego;
  - opisywać rozwój pęcherzyka jajnikowego;
  - wyjaśniać znaczenie ciałka żółtego.

- **Włącz komputer/laptop/smartfon z dostępem do Internetu i obejrzyj lekcję,** podczas której dowiesz się, co to jest i jak przebiega cykl miesiączkowy u kobiety.

  link: https://www.youtube.com/watch?v=ahsLDJ9czAI

  Jeśli lubisz oglądać animacje trójwymiarowe, obejrzyj jeszcze jeden filmik o owulacji
  link: https://www.youtube.com/watch?v=3ioyMfmaKp0&t=7s

  Jeśli wolisz tekst pisany, wejdź na stronę, gdzie przeczytasz wiele ważnych i ciekawych informacji na temat cyklu miesiączkowego
  link: https://epodreczniki.pl/a/funkcjonowanie-zenskiego-ukladu-rozrodczego/D4ImaEp1T

- **Jeśli nie masz dostępu do Internetu**, otwórz podręcznik na str. **221** i zapoznaj się z tematem - przeczytaj tekst, przeanalizuj rysunki i ich opisy.

- Na str. **239 - 240** dowiesz się, na czym polega planowanie rodziny, co to jest antykoncepcja i jakie są jej rodzaje.

- **Przepisz do zeszytu notatkę z lekcji (wszyscy):**
  1. Cykl miesiączkowy obejmuje zmiany w poziomie hormonów oraz budowie i fizjologii jajnika oraz błony śluzowej macicy.
  2. Pierwszy dzień krwawienia miesiączkowego wyznacza pierwszy dzień cyklu.
  3. Cykl miesiączkowy składa się z 4 faz:
     - miesiączkowej (krwawienie miesięczne) - 4-5 dni,
     - przedowulacyjnej (dojrzewanie pęcherzyka jajnikowego z komórką jajową) - 6 - 14 dzień cyklu,
     - owulacji (uwolnienie komórki jajowej z pęcherzyka) - 24 h,
     - poowulacyjnej - do 28 dnia cyklu
  4. W każdym cyklu dojrzewa z reguły jeden pęcherzyk jajnikowy zawierający komórkę jajową.
  5. Hormony - estrogeny i progesteron oddziaływują na macicę, przygotowując ją na przyjęcie zarodka.
  6. Cykl płciowy kontrolowany jest przez hormony przysadki mózgowej i jajników.