BIOLOGIA

Klasa 7b cz.9

INFORMACJA PRZEZNACZONA NA 2 LEKCJE:
2 CZERWCA 2020 (WTOREK)
5 CZERWCA 2020 (PIĄTEK)

Witam Was Moi Drodzy Uczniowie!

Witam Bartka, Basię, Mateusza, Janka, Anię, Piotrka, Kasię, Maćka, Klaudię, Amelkę, Grześka, Asię, Bartosza, Bartka, Wiktorię, Pawła, Ewelinę, Amandę.

Dzisiaj będzie ciekawie, nawet bardziej niż zwykle 😊.

SPRAWY ORGANIZACYJNE

- Wysyłaj do mnie tylko te materiały, o które wyraźnie proszę i tylko jeden raz
- Wykonuj prace samodzielnie
- Ucz się systematycznie każdej lekcji, żeby nie zrobiły Ci się zaległości
- Powtarzaj przerobiony materiał, żeby go utrwalić. **Naprawdę to rób, bo to jest trudny materiał**.
- Pamiętaj, żeby uzupełniać zeszyt (notatki, schematy). Chciałabym go w najbliższym czasie sprawdzić.
- W razie jakichś pytań śmiało pisz do mnie. Przypominam mój adres mailowy: jolanta.oskwarek@interia.pl

Ciąg dalszy na następnej stronie

LEKCJA 1 (2020-06-02, WTOREK) - TEMAT: HIGIENA I CHOROBY UKŁADU NERWOWEGO

1. Zapisz w zeszycie temat lekcji
2. Przeczytaj z podręcznika rozdział: "Higiena i choroby układu nerwowego" (w podręczniku str. 185-189).
3. Własnoręcznie przepisz poniższą notatkę w całości do zeszytu i postaraj się jak najwięcej zapamiętać (**NIE** odsyłaj jej do mnie)

NOTATKA

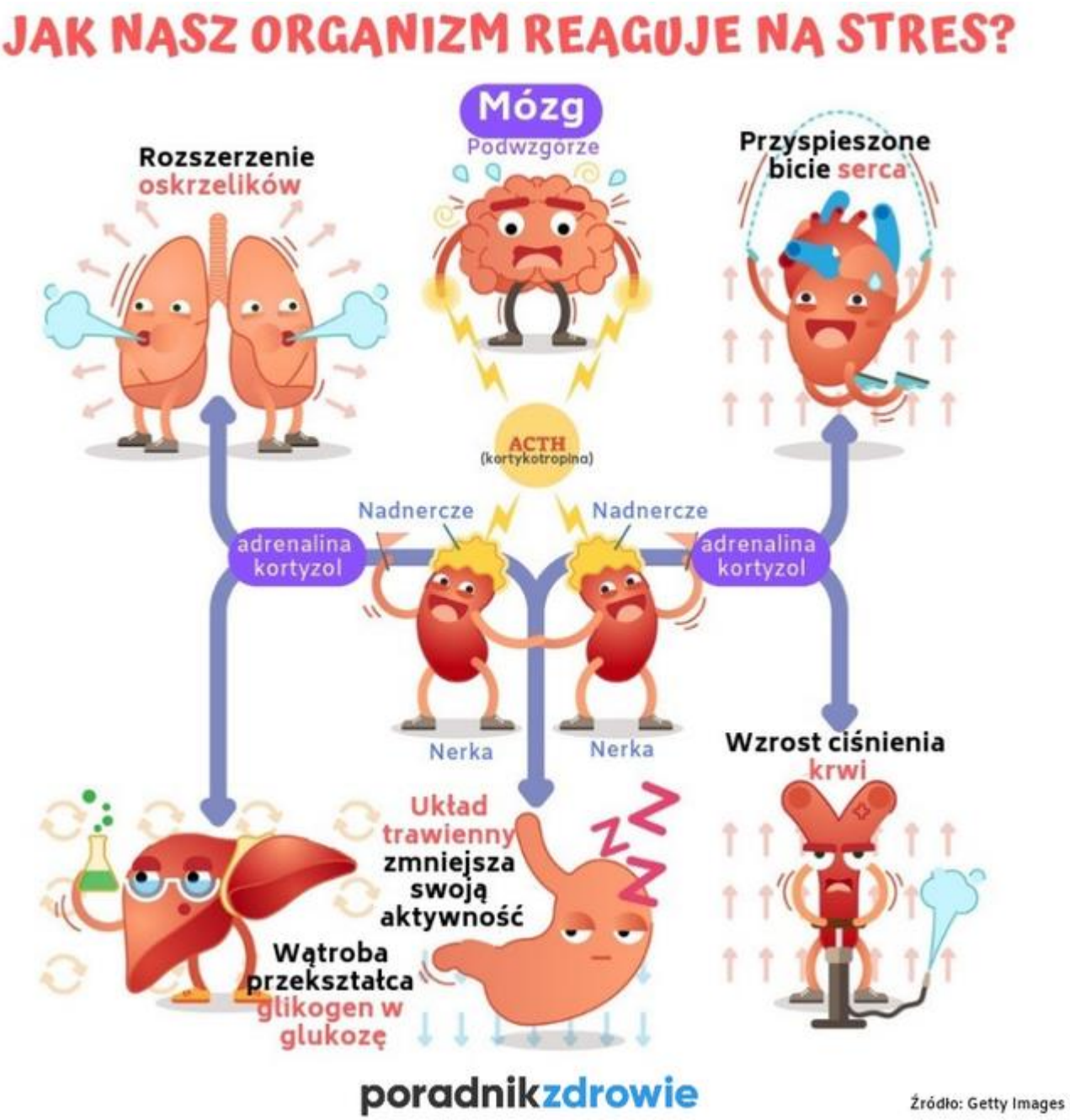
1. Stres jest to reakcja, która dostosowuje organizm do nowej sytuacji wymagającej większej aktywności. Pojawia się w momencie zadziałania bodźca, czyli tzw. stresora.
   Przyczyny stresu są różne i często związane np.
   - ze środowiskiem szkolnym lub ze środowiskiem pracy
   - z rodziną
   - z długotrwałym zmęczeniem

   Reakcja organizmu na stres jest regulowana drogą nerwową i chemiczną (hormonalną)

2. Wpływ stresu na organizm:
   - wzrost aktywności mózgu
   - szybsze bicie serca
   - zwiększenie ilości krwi przepływającej przez naczynia krwionośne
   - zwiększenie częstotliwości oddechów
   - spowolnienie procesów trawienia
   - wzrost napięcia mięśni

Zapoznaj się z poniższą grafiką. Nie przerysowuj.

Ciąg dalszy na następnej stronie



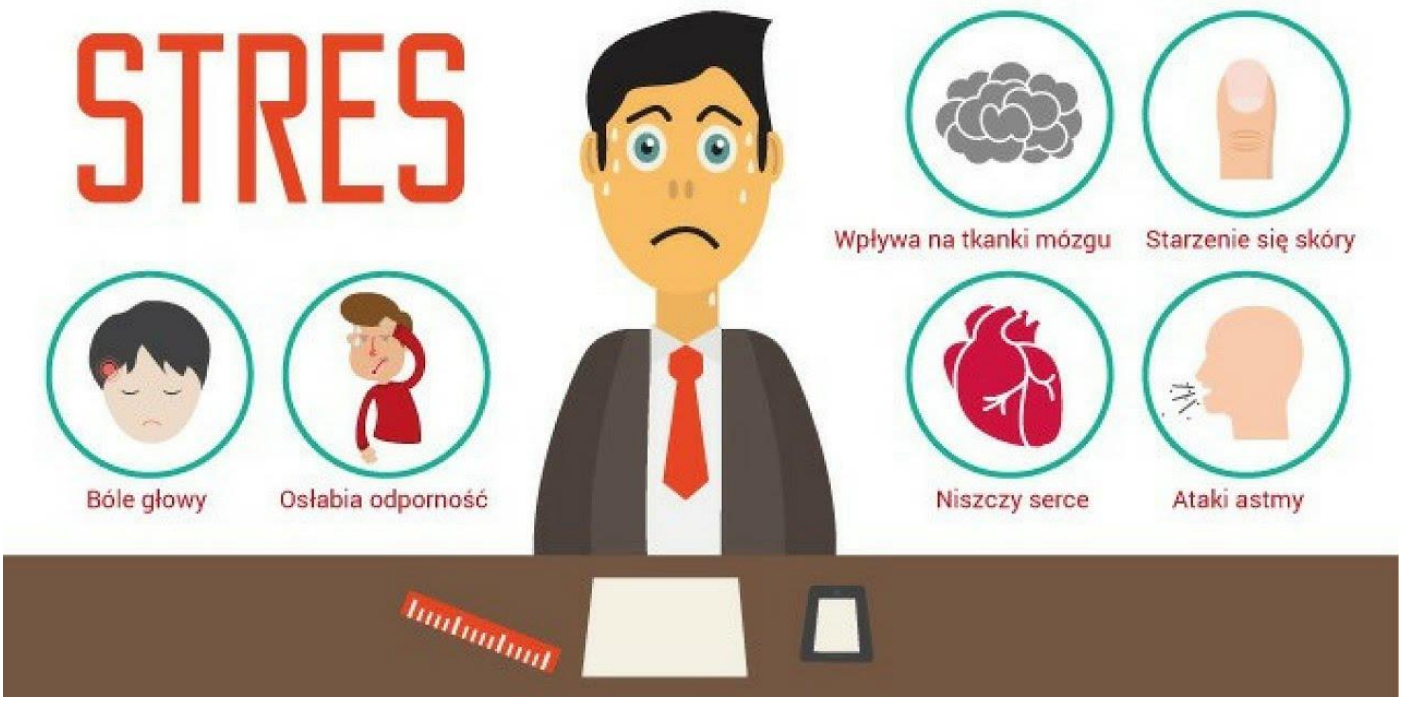
Ciąg dalszy na następnej stronie

3. Rodzaje stresu (przerysuj poniższą tabelkę)

STRES

POZYTYWNY, krótkotrwały	NEGATYWNY, długotrwały
- mobilizuje organizm do wysiłku i działania - podnosi odporność - umożliwia lepsze radzenie sobie z wymaganiami otoczenia	- jest szkodliwy - przytłacza - prowadzi do przewlekłego zmęczenia - może prowadzić do rozwoju chorób m.in. nerwicy i depresji lub do zakłóceń pracy serca

Zapoznaj się z poniższą grafiką. Nie przerysowuj.



Ciąg dalszy na następnej stronie

4. Sposoby radzenia sobie ze stresem:
    - przewidywanie trudnych sytuacji
    - dystansowanie się od przykrych sytuacji
    - właściwe planowanie i organizacja dnia
    - wypoczynek
    - odpowiednia ilość snu
    - regularne posiłki
    - ćwiczenia relaksacyjne
    - aktywność fizyczna
5. Choroby układu nerwowego to na przykład:
    - nerwica
    - depresja
    - zapalenie opon mózgowych
    - udar mózgu
    - choroba Alzheimera
    - stwardnienie rozsiane
    - autyzm
    - padaczka

Koniec notatki 😊

Ciąg dalszy na następnej stronie

LEKCJA 2 (2020-06-05, PIĄTEK) –

TEMAT: REGULACJA NERWOWO-HORMONALNA – UTRWALENIE WIADOMOŚCI

1. Zapisz w zeszycie temat lekcji
2. Własnoręcznie przepisz poniższą notatkę w całości do zeszytu i postaraj się jak najwięcej zapamiętać (**NIE** odsyłaj jej do mnie)

NOTATKA

1. Porównanie układów nerwowego i dokrewnego (hormonalnego)

Cecha	Układ dokrewny (hormonalny)	Układ nerwowy
budowa	kilka narządów o różnej budowie, brak połączeń między narządami	zbudowany głównie z tkanki nerwowej, wszystkie jego elementy łączą się ze sobą
szybkość przekazywania sygnałów	mała, taka, jak prędkość krwi w naczyniach	duża, przeważnie kilkadziesiąt metrów na sekundę
reakcja organizmu	następuje po pewnym czasie	natychmiastowa
sposób przekazywania informacji	chemiczny – hormony	elektryczny – impulsy nerwowe
działanie na organizm	długotrwałe	krótkotrwałe

Koniec notatki 😊

Uwaga:

Wykonaj ołówkiem w podręczniku „Wiesz, czy nie wiesz?" – regulacja nerwowo-hormonalna (rozdział VIII, str. 191-192)

Następnie własnoręcznie (starannie) przepisz do zeszytu (przepisz pełne pytania i pełne Twoje odpowiedzi. W zadaniu czwartym naszkicuj neuron. Nie odsyłaj do mnie.

Pomoce do lekcji przygotowywane z wykorzystaniem materiałów wydawnictwa „Nowa Era"