

. Ramowy rozkład materiału

W klasie 7 przewidziano **2 godziny biologii tygodniowo**, co daje około **64–70 jednostek lekcyjnych** w roku.

Tytuł rozdziału w podręczniku	Numer i temat lekcji	Treści nauczania w podręczniku	Treści nauczania w podstawie programowej (wymagania szczegółowe). Uczeń:	Warunki i sposoby realizacji (procedury osiągnięcia celów)	Pomoce dydaktyczne i inne materiały
Wstęp	1. Lekcja organizacyjna.	Zapoznanie z przedmiotem i systemem oceniania.		Prezentacja wymagań edukacyjnych i zasad BHP w pracowni.	Przedmiotowy System Oceniania, podręcznik
Dla przypomnienia! (opcjonalnie)	2. Hierarchiczna budowa organizmu człowieka. Przegląd tkanek w ciele człowieka.	Komórka, tkanka, narząd, układ narządów, organizm. Budowa i funkcje tkanek: nabłonkowej, mięśniowej, łącznej i nerwowej.		Analiza schematu: identyfikacja poziomów organizacji (str. 8). Praca w grupach: dopasowywanie narządów do układów. Obserwacja mikroskopowa: rozpoznawanie typów tkanek. Tabela: zestawienie funkcji i występowania tkanek (str. 9).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, multipodręcznik, mikroskopy, preparaty trwałe tkanek

I. Skóra i układ ruchu	3. Niezwykła skóra człowieka – budowa.	Warstwy skóry i ich elementy; wytwory naskórka.	III.1.2 Rozpoznaje elementy budowy skóry oraz określa ich związek z funkcjami.	Praca z modelem: warstwy skóry (str. 13). Rysunek: schemat budowy włosa i paznokcia.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, model skóry, multipodręcznik
	4. Niezwykła skóra człowieka – funkcje i receptory	Funkcje ochronne, wydalinicze i czuciowe skóry.	III.1.1 Przedstawia funkcje skóry.	Obserwacja: badanie linii papilarnych (str. 12). Analiza grafiki: mechanizm termoregulacji w skórze (str. 14).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, lupy, poduszki z tuszem
	5. Jak dbać o skórę? Higiena i profilaktyka	Zasady higieny, wpływ UV, witamina D3, czerniak, grzybice. Dermatoskopia; diagnostyka zmian skórnych.	III.1.3, 1.4, 1.5 Uzasadnia konieczność konsultacji lekarskiej w przypadku rozpoznania niepokojących zmian na skórze ; podaje przykłady chorób i profilaktykę; wpływ UV.	Analiza przypadku: rozpoznawanie zmian skórnych metodą ABCDE (str. 19). Dyskusja: rola słońca w syntezie witaminy D. Symulacja: badanie znamion dermatoskopem (str. 20). Pogadanka: profilaktyka trądziku (str. 19).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, zdjęcia dermatologiczne, kremy SPF, dermatoskop (opcjonalnie), ulotki dot. higieny

6. Układ kostny – twój szkielet (budowa)	Szkielet osiowy, obręcze, kości kończyn.	III.2.1 Rozpoznaje elementy szkieletu osiowego, obręczy i kończyn.	Analiza modelu: wskazywanie i nazywanie kości (str. 22-23). Zadanie: podział kości ze względu na kształt.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, model szkieletu człowieka.
7. Układ kostny – twój szkielet (połączenia i funkcje)	Rodzaje połączeń (stawy, szwy); funkcje kości; budowa kości długiej.	III.2.2 Przedstawia funkcje kości; określa cechy budowy.	Doświadczenie: rola chrząstki i płynu stawowego (str. 24). Pogadanka: Jak dbać o swój szkielet – grafika (str. 25).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, kamienie, żel, lakier do paznokci, model stawu kolanowego
8. Jak porusza się twoje ciało? Układ ruchu	Budowa mięśnia; praca mięśni antagonistycznych; skurcze.	III.2.3 Przedstawia rolę i współdziałanie mięśni, ścięgien i kości w ruchu.	Obserwacja: praca bicepsa i tricepsa (str. 28). Modelowanie: mechanizm skurczu mięśnia szkieletowego.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, hantle, model mięśnia ramienia
9. Profilaktyka wad układu ruchu	Skrzywienia kręgosłupa (skolioza, kifoza, lordoza); higiena kręgosłupa.	III.2.4, 2.5 Analizuje wpływ aktywności fizycznej; podaje zasady profilaktyki skrzywień kręgosłupa.	Warsztat: nauka ćwiczeń wzmacniających tułów (str. 31). Analiza zdjęć: rozpoznawanie wad postawy (str. 29).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, maty gimnastyczne, zdjęcia RTG

	10. i 11 Podsumowanie i sprawdzian z działu I.	Powtórzenie wiadomości o skórze i układzie ruchu.	Wszystkie z PP III.1 i III.2.	Praca z mapą myśli: (str. 34-35). Zadania: „Sprawdź się” (str. 36). Sprawdzian: badanie stopnia opanowania treści z działu I.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, arkusz sprawdzianu, multipodręcznik.
II. Układ pokarmowy i moczowy	12. Składniki pokarmowe i ich rola – woda i budulce.	Znaczenie wody; rola białek w organizmie.	III.3.3 Przedstawia źródła i określa znaczenie białek i wody.	Obliczanie: zapotrzebowanie na wodę względem masy ciała. Doświadczenie: badanie nawodnienia (str. 39).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, waga, tabele zapotrzebowania na wodę
	13. Składniki pokarmowe i ich rola – cukry, tłuszcze, witaminy.	Energia z cukrów i tłuszczów; rola witamin i soli.	III.3.3 Przedstawia źródła i znaczenie cukrów, tłuszczów, witamin i soli.	Analiza etykiet: rozpoznawanie składników w produktach.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, opakowania produktów, multipodręcznik
	14. Czy odpowiednia dieta zapewni ci zdrowie?	Dieta zróżnicowana; otyłość, anoreksja, bulimia. Skutki niewłaściwego odżywiania i zasady diety.	III.3.4 Wyjaśnia rolę błonnika; uzasadnia spożywanie owoców i warzyw. III.3.5 Uzasadnia dietę dostosowaną do potrzeb; analizuje konsekwencje otyłości, anoreksji.	Zadanie projektowe: „Mój talerz zdrowia” (str. 43). Dyskusja: jak rozpoznać zaburzenia odżywiania?.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, piramida żywienia, kalkulator BMI

15. Budowa i funkcje układu pokarmowego – przewód.	Elementy układu pokarmowego; mechanizm perystaltyki.	III.3.1 Rozpoznaje elementy układu i przedstawia ich funkcje.	Modelowanie: symulacja perystaltyki (str. 47). Analiza schematu: droga kęsa pokarmu w ciele.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, rurka elastyczna, kulka, model tułowia
16. Budowa i funkcje układu pokarmowego – trawienie i zęby.	Rodzaje zębów; gruczoły trawienne; etapy trawienia.	III.3.1, 3.2 Określa związek budowy z funkcją; rodzaje zębów i przyczyny próchnicy.	Doświadczenie: wpływ napojów na szkliwo (str. 50). Pokaz: budowa zęba na modelu (str. 48).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, jajka, cola, ocet, model uzębienia
17. Gdy układ pokarmowy choruje.	WZW A, B, C; rak jelita grubego; zatrucia. Rola bakterii jelitowych; probiotyki i antybiotyki	III.3.6 Podaje przykłady chorób i zasady ich profilaktyki.	Analiza infografiki: drogi zakażenia WZW (str. 53). Praca w grupach: zasady unikania zatruc. Analiza tekstu: wpływ antybiotyków na mikrobiom (str. 55). Burza mózgów: „Dobrzy mieszkańcy moich jelit”.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, plakaty informacyjne nt. WZW, opakowania po jogurtach i probiotykach
18. Budowa i funkcje układu moczowego – wydalanie.	Istota wydalania; narządy wydalnicze (płuca, skóra, nerki). Nerki, moczowody, pęcherz; etapy powstawania moczu	III.7.1 Przedstawia istotę wydalania; wymienia narządy biorące udział. III.7.2 Rozpoznaje elementy układu moczowego i	Analiza graficzna: zestawienie substancji wydalanych przez skórę, płuca i nerki (str. 57). Analiza schematu: filtracja krwi i powstawanie moczu	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, multipodręcznik, model anatomiczny nerek

		przedstawia ich funkcje.	pierwotnego i ostatecznego (str. 60).		
	19. Jak dbać o układ moczowy?	Zakażenia; kamica; znaczenie badania moczu.	III.7.3, 7.4 Podaje przykłady chorób i profilaktykę; znaczenie badania moczu.	Warsztat: interpretacja wyników badania moczu (str. 64). Dyskusja: wpływ picia wody na profilaktykę kamicy.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, wyniki badań laboratoryjnych
	20. i 21 Podsumowanie i sprawdzian z działu II	Powtórzenie wiadomości o układzie pokarmowym i moczowym.	Wszystkie z PP III.3 i III.7.	Praca z mapą myśli: (str. 66-67). Zadania „Sprawdź się” (str. 68). Sprawdzian: badanie stopnia opanowania treści z działu II.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, arkusz sprawdzianu
III. Układ oddechowy	22. Budowa i funkcje układu oddechowego – drogi	Górne i dolne drogi oddechowe; rola krtani i nagłośni.	III.6.1 Rozpoznaje elementy budowy i ich funkcje; określa związek z funkcją.	Analiza modelu: droga powietrza do płuc (str. 71). Pokaz: zasady pierwszej pomocy – chwyt Heimlicha (s. 73).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, model krtani, fantom

23. Budowa i funkcje układu oddechowego – wentylacja.\	Mechanizm wdechu i wydechu; rola przepony.	III.6.2 Przedstawia mechanizm wentylacji płuc.	Modelowanie: budowa modelu płuc (s. 74). Analiza graficzna: praca klatki piersiowej podczas oddychania (s. 72).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, przezroczysta butelka typu PET (bez zakrętki), nożyczki, balon, słomka, 2 gumki recepturki, plastelina, cienka gumowa rękawiczka
26. Wymiana gazowa w płucach i tkankach	Skład powietrza; dyfuzja gazów w pęcherzykach i komórkach.	III.6.3 Analizuje przebieg wymiany gazowej; planuje doświadczenie.	Doświadczenie: wykrywanie CO ₂ i pary wodnej w powietrzu wydychanym (s. 77). Analiza schematu: wymiana gazowa (s. 79).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, woda wapienna, szklanki, folia, lusterko, słomki
27. Jak dbać o układ oddechowy? Choroby	Angina, gruźlica, rak płuc; rola szczepień.	III.6.5 Podaje przykłady chorób i ich profilaktykę.	Analiza danych: wzrost zachorowań na gruźlicę (s. 83). Burza mózgów: metody wzmocnienia odporności dróg oddechowych.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, multipodręcznik

	28. Jak dbać o układ oddechowy? Czynniki szkodliwe	Wpływ smogu i palenia tytoniu; e-papierosy.	III.6.4 Analizuje wpływ palenia i zanieczyszczeń pyłowych na układ oddechowy.	Doświadczenie: „Co zostaje w płucach po 1 papierosie?” (s. 85). TIK: sprawdzanie jakości powietrza w okolicy.	podręcznik „To nasz świat biologia 7”, przezroczysta butelka PET, rurka, wata, plastelina, papieros, zapalniczka smartfony
	29. i 30 Podsumowanie i sprawdzian z działu III	Powtórzenie wiadomości o układzie oddechowym.	Wszystkie z PP III.6.	Analiza mapy myśli: (str. 88-89). Zadania „Sprawdź się” (s. 90) Sprawdzian: badanie stopnia opanowania treści z działu III.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, sketchnotka, arkusz sprawdzianu
IV. Układy krwionośny i odpornościowy	30. Budowa i funkcje układu krwionośnego	Tętnice, żyły, naczynia włosowate; rola zastawek. Budowa serca;	III.4. Rozpoznaje elementy budowy i przedstawia ich funkcje.	Mikroskopowanie: obserwacja różnic w przekroju tętnicy i żyły (s. 92). Analiza grafiki: działanie zastawek (s. 92). Analiza modelu: budowa serca (s. 93).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, mikroskopy, preparaty naczyń. model serca, atlas anatomiczny
	31. Krążenie krwi w dwóch obiegach	Obiegi krwi: mały i duży.	III.4.1, 4.2 Rozpoznaje elementy budowy; analizuje krążenie w obiegu małym i dużym.	Rysunek schematyczny: droga krwi w obu obiegach (s. 95).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, atlas anatomiczny

32. Rola składników krwi	Eryocyty, leukocyty, płytki, osocze; morfologia krwi.	III.4.3 Przedstawia rolę głównych składników krwi.	Warsztat: interpretacja arkusza morfologii krwi (str. 99). TIK: animacja krzepnięcia krwi.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, wyniki morfologii, multipodręcznik
33. Grupy krwi i krwiodawstwo	Układ AB0 i Rh; zasady transfuzji; konflikt serologiczny.	III.4.4 Wymienia grupy krwi i przedstawia znaczenie krwiodawstwa.	Zadanie logiczne: „Kto komu może oddać krew?” (s. 103). Dyskusja nt. Dlaczego krew jest najcenniejszym lekiem?	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”
34. Jak dbać o układ krwionośny?	Pomiar tętna; pomiar ciśnienia tętniczego; EKG. Miażdżycy, nadciśnienie, zawał; pierwsza pomoc.	III.4.5, 4.8 Przedstawia zasady pomiaru; uzasadnia badania kontrolne. III.4.6, 4.7 Analizuje wpływ aktywności i diety; podaje zasady profilaktyki.	Zadanie praktyczne: pomiar tętna w spoczynku i po wysiłku (str. 94). Ćwiczenia: pomiar ciśnienia tętniczego (str. 107). Analiza graficzna: powstawanie blaszki miażdżycowej (str. 106). Symulacja: pomoc w zawale serca (str. 106).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, stopery, ciśnieniomierze, plakaty o profilaktyce

35. Które układy organizmu odpowiadają za odporność?	Węzły chłonne; śledziona, grasicą; bariery fizyczne.	III.5.1 Wskazuje lokalizację węzłów chłonnych i określa ich funkcje.	Analiza modelu: lokalizacja narządów limfatycznych (str. 111). Doświadczenie: test „brudnej ręki” (str. 112).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, model tułowia, chleb, woreczki
36. Jak działa układ odporności?	Odporność wrodzona i nabyta; limfocyty B i T. Zasada działania szczepionek; odporność zbiorowa.	III.5.2 Rozróżnia odporność wrodzoną i nabytą. III.5.3 Przedstawia istotę działania szczepionek; uzasadnia szczepienia.	Schemat blokowy: mechanizm niszczenia patogenu przez limfocyty (str. 115). Praca w parach: porównanie typów odporności. Analiza wykresu: efekt odporności zbiorowej (str. 117). Praca z danymi: kalendarz szczepień (str. 212).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, multipodręcznik; arkusz kalendarza szczepień
37. Problemy z odpornością	Alergia; wstrząs anafilaktyczny; wirus HIV i AIDS. Transplantologia; zgodność tkankowa; dar życia.	III.5.5, 5.6 Definiuje alergię i AIDS jako zaburzenie odporności. III.5.4 Przedstawia znaczenie przeszczepów i zgody na transplantację.	Analiza infografiki: drogi zakażenia HIV (str. 120). Pogadanka: jak pomóc osobie we wstrząsie anafilaktycznym. Dyskusja: na temat znaczenia przeszczepów w ratowaniu zdrowia i życia.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, plakaty o AIDS i alergiach

	38-39. Podsumowanie i sprawdzian z działu IV	Powtórzenie wiadomości o krążeniu i odporności.	Wszystkie z PP III. 4, 5, 6.	Praca z mapą myśli: (str. 123-125). Zadania „Sprawdź się” (str. 126). Sprawdzian: badanie opanowania treści z działu IV.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, arkusz sprawdzianu
V. Układ nerwowy i narządy zmysłów	40. Budowa i funkcje układu nerwowego	Mózgowie, rdzeń kręgowy, nerwy. Budowa neuronu; synapsa; impuls nerwowy.	III.8.1 Rozpoznaje elementy OUN i obwodowego oraz określa funkcje.	Analiza modelu: budowa mózgowia (str. 128). Tabela: funkcje części mózgowia. Modelowanie: budowa neuronu z drucików i plasteliny (str. 129). Analiza animacji: przesyłanie impulsu przez synapsę.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, model anatomiczny mózgowia; plastelina, druciki, filmy
	41. Mechanizm odruchów	Łuk odruchowy; odruchy bezwarunkowe i warunkowe.	III.8.2 Opisuje łuk odruchowy i wymienia rodzaje odruchów.	Doświadczenie: badanie odruchu kolanowego (str. 131). Zadanie: rysowanie schematu łuku odruchowego (str. 130).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, młoteczki medyczne
	42. Jak dbać o układ nerwowy? Sen i stres	Rola snu; metody radzenia sobie ze stresem.	III.8.3, 8.4 Przedstawia sposoby na stres; uzasadnia znaczenie snu.	Ankieta: „Stres w moim życiu” (str. 134). Analiza wykresu: ile snu potrzebujesz (str. 136).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, karty obserwacji snu

43. Jak dbać o układ nerwowy? Zagrożenia	Używkki;	III.8.5 Przedstawia negatywny wpływ substancji psychoaktywnych.	Analiza infografiki: wpływ używek na mózg (str. 137). Drama: odgrywanie scenek asertywności.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, plakaty antynarkotykowe
44. Oko – narząd wzroku (budowa)	Elementy gałki ocznej; aparat ochronny oka.	III.9.1 Rozpoznaje elementy budowy oka i przedstawia ich funkcje.	Analiza modelu: budowa oka (str. 140). Praca z tekstem: „Jak dbać o wzrok?” (str. 142).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, model oka, multipodręcznik
45. Oko – narząd wzroku (widzenie i wady wzroku)	Powstawanie obrazu; wady wzroku (krótkowzroczność, dalekowzroczność).	III.9.1, 9.2 Funkcje w powstawaniu obrazu; sposoby korygowania wad.	Doświadczenie: budowa Camera Obscura (str. 141). Zadanie: dobieranie soczewek na schematach wad (str. 143).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, soczewki, pudełko po butach, kalka techniczna, nożyczki, taśma klejąca, igła, lampka
46. Ucho – narząd słuchu i równowagi	Budowa ucha; droga dźwięku; mechanizm słyszenia.	III.9.3 Rozpoznaje elementy budowy ucha i przedstawia ich funkcje.	Śledzenie drogi: dźwięk od małżowiny do nerwu słuchowego (str. 146). Wykład: zmysł równowagi.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, model ucha, kamertony

	47. Wpływ hałasu na zdrowie i higiena słuchu	Głośność (dB); skutki hałasu; profilaktyka.	III.9.4 Opisuje wpływ hałasu na zdrowie człowieka.	Doświadczenie: badanie indywidualnej skali głośności (str. 148). Analiza tabeli: głośność dźwięków (str. 147).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, nagrania dźwięków, sonometr
	48. Inne zmysły człowieka: dotyk, smak i węch	Receptory skórne; kubki smakowe; nabłonek węchowy.	III.9.6 Przedstawia rolę zmysłów; planuje doświadczenie (gęstość receptorów).	Doświadczenie: gęstość receptorów dotyku na ciele (str. 151). Eksperyment: smak a węch (str. 153).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, cyrkle, spinacze, jabłko
	49. i 50 Podsumowanie i sprawdzian z działu V	Powtórzenie wiadomości o nerwach i zmysłach.	Wszystkie z PP III.8 i III.9.	Praca z mapą myśli: (str. 156-157). Zadania „Sprawdź się” (str. 158). Sprawdzian: badanie opanowania treści z działu V.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, arkusz sprawdzianu
VI. Układ hormonalny	51. Budowa i funkcje układu hormonalnego – gruczoły	Przysadka, tarczycza, nadnercza; rola hormonów.	III.10.1 Wymienia gruczoły i podaje nazwy hormonów oraz ich rolę.	Lokalizacja: gruczoły na sylwetce człowieka (str. 161). Infografika: hormony i ich funkcje (str. 162).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, makieta układu dokrewnego

i układ rozdrczy

52. Antagonistyczne działanie insuliny i glukagonu	Trzustka; insulina i glukagon; regulacja cukru. Rodzaje cukrzycy; glukometr; preparaty hormonalne.	III.10.2 Przedstawia antagonistyczne działanie insuliny i glukagonu.	Analiza schematu: mechanizm regulacji poziomu glukozy (str. 164). Zadanie: co się dzieje po zjedzeniu deseru?. Pogadanka: monitorowanie cukru w cukrzycy (str. 165). Analiza tekstu: doping hormonalny a zdrowie.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, schemat homeostazy poziomu glukozy, glukometr (do pokazu)
53. Budowa i funkcje układu rozrodczego – mężczyzna	Wspólne funkcje układu rozrodczego; Narządy męskie; jądra, penis; rola testosteronu.	III.11.1 Rozpoznaje elementy budowy i podaje ich funkcje.	Analiza modelu: budowa układu męskiego (str. 168). Wykład: rola plemników w rozrodzie.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, model anatomiczny
54. Budowa i funkcje układu rozrodczego – kobieta	Narządy żeńskie; jajniki, macica; rola estrogenów.	III.11.1 Rozpoznaje elementy budowy i podaje ich funkcje.	Analiza modelu: budowa układu żeńskiego (str. 169). Pogadanka: Jak dbać o układ rozrodczy? (str. 170).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, model macicy i jajników.
55. Na czym polega dojrzewanie człowieka?	Zmiany fizyczne, psychiczne i społeczne.	III.11.5 Przedstawia cechy dojrzewania fizycznego, psychicznego i społecznego.	Dyskusja: emocje i relacje rówieśnicze w wieku 14 lat. Tabela: różnice w dojrzewaniu płci (str. 172-173).	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”

56. Cykl miesięczkowy kobiety	Fazy cyklu; owulacja; rola hormonów płciowych.	III.11.2 Opisuje fazy cyklu miesięczkowego kobiety.	Praca z kalendarzem: wyznaczanie faz i dni płodnych (str. 174-175). Analiza wykresu: poziom hormonów w cyklu.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, kalendarzyki menstruacyjne
57. Od zapłodnienia do narodzin – początki życia	Zapłodnienie; gamety; zygota; zarodek.	III. 11.3, 11.4 Określa rolę gamet; wymienia etapy rozwoju przedurodzeniowego.	Analiza infografiki: „Od komórki do człowieka” (str. 180). Modelowanie: budowa plemnika i komórki jajowej.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, mikroskopy, preparaty gamet
58. Od zapłodnienia do narodzin – rozwój płodu	Rola łożyska i pępowiny; wpływ alkoholu i nikotyny.	III.11.4 Wyjaśnia wpływ alkoholu i nikotyny na rozwój zarodka i płodu.	Analiza przyczynowo-skutkowa: skutki FAS (str. 182). Pogadanka: „Łożysko – system podtrzymywania życia”.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, filmy o rozwoju prenatalnym
59. Profilaktyka chorób układu rozrodczego	Choroby weneryczne; nowotwory; badania kontrolne.	III.11.6, 11.7 Przedstawia profilaktykę chorób wenerycznych i nowotworowych.	Warsztat: instruktaż samobadania piersi i jąder (str. 210-211). Analiza tabeli: znaczenie cytologii i szczepień HPV.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”

	60–62. Podsumowanie i sprawdzian z działu VI	Powtórzenie wiadomości o rozrodzie i hormonach.	Wszystkie z PP III.10 i III.11.	Analiza mapy myśli: (str. 188-189). Sprawdzian: badanie opanowania treści z działu VI.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, arkusz sprawdzianu
VII. Jak zachować zdrowie?	63. Homeostaza, czyli stan równowagi	Termoregulacja; gospodarka wodna; rola układów.	IV.1 Analizuje współdziałanie układów w utrzymaniu homeostazy.	Doświadczenie: obserwacja reakcji organizmu po wysiłku (str. 195). Analiza schematu: mechanizm przywracania nawodnienia.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, termometry, stopery
	64. Poznaj swój organizm	Sygnaty ciała; zmiany wagi; obserwacja znamion.	V.1 (Preambuła) Rozpoznaje sytuacje wymagające konsultacji lekarskiej.	Warsztat badawczy: tworzenie mapy znamion (str. 198). Debatę nt. Dlaczego „Dr Google” nie zastąpi lekarza?	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, lusterka, karty obserwacji
	65. Jak bezpiecznie stosować leki i suplementy diety	Lek a suplement; ulotka leku; antybiotyki.	IV.2, IV.3 Analizuje ulotki; uzasadnia stosowanie leków zgodnie z zaleceniami.	Warsztat: analiza dawkowania i interakcji w ulotce (str. 203). Analiza przypadku: skutki przerwania kuracji antybiotykowej.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, autentyczne ulotki leków

	66. i 67. Podsumowanie i sprawdzian z działu VI	Powtórzenie wiadomości homeostazie	Wszystkie z PP IV	Analiza mapy myśli: (str.206). Sprawdzian: badanie opanowania treści z działu VII.	podręcznik „To nasz świat. Biologia 7”, arkusz sprawdzianu.
Zakończenie	68. Podsumowanie roczne i ocena osiągnięć	Cały materiał klasy 7.	Cele kształcenia – wymagania ogólne.	Turniej wiedzy: gra dydaktyczna podsumowująca materiał. Ewaluacja roczna.	gry dydaktyczne diagnoza na koniec roku kl. 7
	69. Lekcja dodatkowa: Zdrowie psychiczne nastolatka	Radzenie sobie ze stresem i emocjami.	III.8.4	Metody warsztatowe: techniki relaksacyjne i wsparcie rówieśnicze.	prezentacja, muzyka relaksacyjna
	70. Biologia wokół nas – lekcja terenowa	Zastosowanie wiedzy o ciele w sporcie i życiu.	VI.3	Wycieczka: wizyta w centrum nauki lub klubie sportowym.	karty pracy w terenie