Witam dziewczęta z klasy szóstej , chciałam Wam zaprezentować bliżej przemiany zachodzące

w okresie dojrzewania płciowego u dziewcząt. 04-08.05.20 r.

1. Na wstępie zapraszam do obejrzenia filmu:
https://www.youtube.com/watch?v=ebNcxR_cQOE

W oparciu o film i własne spostrzeżenia uzupełnij kartę pracy:

1. Cykl miesiączkowy to : ……..

……

2. Długość cyklu trwa zwykle: od ……. do ……..

Średnio trwa ……dni. Krwawienie miesięczne to wynik:……..

…….

3. Na pierwszą miesiączkę możesz spokojnie czekać do …….. roku życia, ponieważ

pojawienie się krwawienia zależy od: indywidualnych cech , odżywiania oraz stanu zdrowia.

2-3 lata przed pierwszą menstruacją może pojawić się biała wydzielina z pochwy.

4. Przed comiesięcznym krwawieniem występuje w większym lub mniejszym nasileniu

zespół napięcia przedmiesiączkowego, który może objawiać się:

- bólami w podbrzuszu - nadmierną potliwością

- dużą aktywnością gruczołów łojowych, potowych czyli przetłuszczaniem się włosów,

nieprzyjemnym zapachem potu ,

- ospałością - zmęczeniem

- nadmiernym apetytem lub brakiem -drażliwością - zmiennymi nastrojami.

5. Owulacja to: ……

zachodzi w połowie cyklu, może objawiać się czasami bólem w prawe lub lewej części brzucha.

W tym czasie dochodzi do ……..,

która w przypadku kontaktów płciowych może połączyć się z plemnikiem i dać początek ……..

6. Zaburzenia u młodych dziewcząt związanych z menstruacją to:

- nierównomierny wzrost …… -nieregularne …….

- czasami stany zapalne …….. - duża zmienność nastrojów G. Kulbat