

| Dni cyklu | Data  | Temp. | Objaw śluzu             | Uwagi                   |
|-----------|-------|-------|-------------------------|-------------------------|
| 1.        | 4 IX  |       | Krwawienie mies.        |                         |
| 2.        | 5 IX  |       | -  -                    |                         |
| 3.        | 6 IX  |       | -  -                    |                         |
| 4.        | 7 IX  | 36,40 | -  -                    |                         |
| 5.        | 8 IX  | 36,50 | Su                      | Suchość                 |
| 6.        | 9 IX  | 36,60 | Su                      | Suchość                 |
| 7.        | 10 IX | 36,55 | Su                      | Suchość                 |
| 8.        | 11 IX | 36,50 | Su                      | Suchość                 |
| 9.        | 12 IX | 36,60 | W                       | Wnikliwa obserwacja     |
| 10.       | 13 IX | 36,60 | S                       | Wydzielina gęsta, lepka |
| 11.       | 14 IX | 36,50 | S                       | -  - rzadka             |
| 12.       | 15 IX | 36,60 | S Bj                    | -  - rozciągliwa        |
| 13.       | 16 IX | 36,40 | S Bj                    | -  -                    |
| 14.       | 17 IX | 36,65 | S Bj                    | -  -                    |
| 15.       | 18 IX | 36,60 | S Bj                    | -  -                    |
| 16.       | 19 IX | 36,90 | S                       | Wydzielina gęsta        |
| 17.       | 20 IX | 37,00 | Su                      | Suchość                 |
| 18.       | 21 IX | 36,90 | Su                      | Suchość                 |
| 19.       | 22 IX | 36,90 | Su                      | Suchość                 |
| 20.       | 23 IX | 36,95 | Su                      | Suchość                 |
| 21.       | 24 IX | 37,00 | Su                      | Suchość                 |
| 22.       | 25 IX | 37,00 | Su                      | Suchość                 |
| 23.       | 26 IX | 37,00 | Su                      | Suchość                 |
| 24.       | 27 IX | 37,00 | Su                      | Suchość                 |
| 25.       | 28 IX | 36,90 | Su                      | Suchość                 |
| 26.       | 29 IX | 36,90 | Su                      | Suchość                 |
| 27.       | 30 IX | 37,00 | Su                      | Suchość                 |
| 28.       | 1 X   | 36,90 | Su                      | Suchość                 |
| 29.       | 2 X   | 36,80 | Su                      | Suchość                 |
|           | 3 X   | 36,70 | Krwawienie miesięczkowe |                         |

#### ZADANIA:

Należy nanieść na kartę cyklu powyższe obserwacje i wyznaczyć:

- Fazę niższej i wyższej temperatury
- Oznaczyć rodzaj cyklu
- Oznaczyć okres płodności
- Oznaczyć okres niepłodności przed i po owulacji
- Przemyśl i przedstaw zasady etycznego posługiwania się naturalnymi metodami regulacji poczęć

| Dni cyklu | Data  | Temp. | Objaw śluzu      | Uwagi          |
|-----------|-------|-------|------------------|----------------|
| 1.        | 8 X   |       | Krwawienie mies. |                |
| 2.        | 9 X   |       | -  -             |                |
| 3.        | 10 X  |       | -  -             |                |
| 4.        | 11 X  |       | -  -             |                |
| 5.        | 12 X  |       | -  -             |                |
| 6.        | 13 X  | 36,50 | Su               |                |
| 7.        | 14 X  | 36,40 | Su               |                |
| 8.        | 15 X  | 36,45 | w                |                |
| 9.        | 16 X  | 36,40 | S                |                |
| 10.       | 17 X  | 36,50 | S                |                |
| 11.       | 18 X  | 36,50 | S BJ             | X (współzycie) |
| 12.       | 19 X  | 36,40 | S Bj             | X -  -         |
| 13.       | 20 X  | 36,40 | S Bj             | X -  -         |
| 14.       | 21 X  | 36,60 | mś               |                |
| 15.       | 22 X  | 36,90 | Su               |                |
| 16.       | 23 X  | 37,00 | Su               |                |
| 17.       | 24 X  | 37,00 | Su               |                |
| 18.       | 25 X  | 36,90 | Su               |                |
| 19.       | 26 X  | 36,90 | Su               |                |
| 20.       | 27 X  | 37,00 | Su               |                |
| 21.       | 28 X  | 37,10 | Su               |                |
| 22.       | 29 X  | 37,00 | Su               |                |
| 23.       | 30 X  | 37,05 | Su               |                |
| 24.       | 31 X  | 36,90 | Su               |                |
| 25.       | 1 XI  | 36,90 | Su               |                |
| 26.       | 2 XI  | 36,90 | Su               |                |
| 27.       | 3 XI  | 37,00 | Su               |                |
| 28.       | 4 XI  | 37,00 | Su               |                |
| 29.       | 5 XI  | 37,10 | Su               |                |
| 30.       | 6 XI  | 37,10 | Su               |                |
| 31.       | 7 XI  | 37,15 | Su               |                |
| 32.       | 8 XI  | 37,00 | Su               |                |
| 33.       | 9 XI  | 36,55 | Su               |                |
| 34.       | 10 XI | 36,90 | Su               |                |

#### ZADANIA:

Należy nanieść na kartę cyklu powyższe obserwacje i wyznaczyć:

- Fazę niższej i wyższej temperatury
- Oznaczyć rodzaj cyklu
- Oznaczyć okres płodności
- Oznaczyć datę rozpoznania ciąży
- Obliczyć termin porodu
- Podać dzień, w którym zacznie bić serce dziecka