

Předmluva	5
Obsah	7
BIOLOGIE ČLOVĚKA	11
Úvod	12
Člověk jako článek živočišného systému	13
Buněčná stavba lidského těla	17
Soustava opěrná a pohybová	20
Soustava opěrná (kosterní)	20
Vývoj, složení a stavba kostí	21
Kostra	25
Osová kostra	25
Kostra končetin	30
Soustava pohybová (svalová)	32
Přehled kosterního svalstva	33
Význam tělesné práce, tělesné výchovy a sportu pro vývoj kostí a svalstva	36
Zásady první pomoci při zlomeninách	37
<i>Laboratorní práce – I.: Cvičení v určování kostí; nácvik první pomoci při zlomeninách a vykloubení</i>	38
Oběhová soustava	39
Funkce oběhové soustavy	40
Krev	41
Srdce	44
Masáž srdce (nepřímá)	49
Krevní cévy	50
Výkonnost srdce	50
Mízní cévy	52
Slezina	54
Základní hygiena oběhové soustavy	55
Nakažlivé nemoci	55
Vznik nakažlivé choroby	56
Ochrana před šířením nakažlivých chorob a boj s nimi	56
<i>Laboratorní práce – II.: Pozorování krevních nátěrů. Nácvik přiložení tlakového</i>	

obvazu. Nácvik masáže srdce u dospělého a u batolete	58
Dýchací soustava	59
Stavba a činnost dýchací soustavy	60
Technika zevního dýchání	63
Umělé dýchání	64
Péče o dýchací ústrojí	65
Kapénková infekce	66
<i>Laboratorní práce – III.: Důkaz oxidu uhličitého ve vydechovaném vzduchu. Závislost počtu vdechů na fyzické námaze. Nácvik umělého dýchání z plic do plic</i>	67
Trávicí soustava	68
Stavba a činnost jednotlivých částí trávicí soustavy	68
Přeměna látek, výživa	74
Význam jednotlivých složek potravy	75
Základní přeměna	78
Tvorba a výdej tepla	78
Zásady správné výživy	79
Vylučování	81
Ústrojí močové	81
Kožní soustava	84
Péče o kůži	86
Poranění kůže	86
Řídící soustavy	88
Stavba a činnost nervové soustavy	89
Ústřední nervstvo	91
Obvodové nervstvo	95
Čidla, jejich stavba a činnost	96
Ústrojí chuti	96
Ústrojí čichu	96
Ústrojí sluchu a ústrojí pro vnímání polohy a pohybů hlavy	98
Ústrojí zraku	101

Oční vady	103
Péče o zrakové ústrojí	104
Vyšší nervová činnost	106
Hygiena duševní činnosti	109
První pomoc při poranění mozku, páteře a při šoku	111
<i>Laboratorní práce IV.: Výběr pokusů z fyziologie zraku, sluchu, kožních čidel</i>	113
Žlázy s vnitřním vyměšováním	114
Rozmnožování, vývoj jedince	116
Nitroděložní vývoj jedince	120
Novorozenec	121
Růst jedince	122
Hlavní období lidského života	123
Původ a vývoj člověka	126
Živočišní předchůdci člověka	128
Člověk zručný, člověk vzpřímený, člověk rozumný	129
Člověk a budoucnost	132
Lidská plemena	132
Péče o zdraví v socialistické společnosti	134
Instituce, které pomáhají zajišťovat úkoly zdravotnické péče	135
OBECNĚ BIOLOGICKÝ ZÁVĚR	137
Látkové složení živých soustav	138
Základní vlastnosti živých soustav	138
Prvky a anorganické látky v živých soustavách	140
Organické látky v živých soustavách	143
<i>Laboratorní práce — V.: Obsah vody v organismech</i>	146
Buněčná stavba organismů	147
Rozmanitost a jednota živého světa	147

Stavba buňky a funkce základních buněčných součástí	149
Rozmnožování buněk	152
Vnitřní uspořádání mnohobuněčných organismů.	
Organismy s nebuněčnou stavbou	155
Dědičnost organismů	158
J. G. Mendel — zakladatel nauky o dědičnosti	158
Dědičnost organismů a její hmotný základ	160
Proměnlivost organismů	163
Význam nauky o dědičnosti pro člověka	166
Vznik a vývoj života na Zemi	168
Vznik života na Zemi	168
Počátky nauky o vývoji organismů.	
Darwin a jeho učení	171
Důkazy a doklady vývoje organismů	173
Organismus a prostředí	175