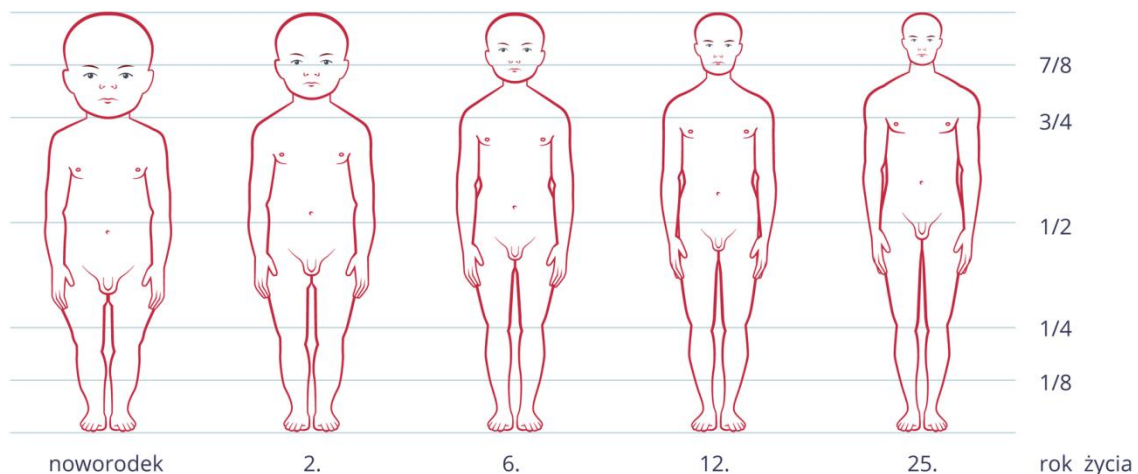


Temat zajęć: Rozwój człowieka po narodzinach (zapisz go w zeszycie)

**Tekst do przeczytania . Tekst możesz znaleźć na stronie e- podręczniki, link <https://epodreczniki.pl/a/rozwoj-czlowieka-po-narodzinach/DJU6OoioQ>
Przeczytaj uważnie tekst poniżej.**

Rozwój przebiegający poza organizmem matki obejmuje kolejno następujące po sobie etapy: noworodkowy, niemowlęcy, poniemowlęcy, dzieciństwa, dojrzewania, dorosłości oraz przekwitania i starości. Od chwili narodzin w organizmie zachodzi szereg zmian prowadzących do osiągnięcia dojrzałości fizycznej, psychicznej i społecznej. Rozwój fizyczny obejmuje wzrost, zmianę proporcji ciała, zwiększenie jego masy, zmiany w funkcjonowaniu tkanek i narządów.



1.Okres dzieciństwa

Najważniejsze okresy rozwojowe obejmujące dzieciństwo to okresy: noworodkowy, niemowlęcy, poniemowlęcy, dzieciństwa.

OKRES NOWORODKOWY



Okres noworodkowy

rozpoczyna się w momencie urodzenia i trwa ok. 28 dni. Dziecko ma w tym

czasie słabo rozwinięty układ nerwowy, którego działanie opiera się na takich odruchach bezwarunkowych, jak ssanie i chwytanie. Maluch reaguje na głos i zapach matki. Jego proporcje ciała są bardzo charakterystyczne: duża głowa, długi tułów, krótka szyja i kończyny.

OKRES NIEMOWLĘCY



Okres niemowlęcy trwa od początku 2. miesiąca do końca 1. roku życia. Jest etapem najszybszych zmian w zakresie wzrostu i rozwoju młodego organizmu. Dziecko uczy się chodzić, gaworzy, jest bardzo ruchliwe, reaguje na polecenia, **wyrzynają mu się pierwsze zęby mleczne**. Okresy noworodkowy i niemowlęcy to czas szczególnej więzi z matką, która ulega wzmocnieniu w trakcie karmienia piersią. Do 6. miesiąca życia dziecka mleko matki powinno być jego jedynym pokarmem. Zawarte są w nim wszystkie związki potrzebne do rozwoju młodego organizmu oraz przeciwciała. Niemowlę nie ma jeszcze wykształconego własnego systemu odporności, więc w zwalczaniu chorób pomagają mu przeciwciała jego matki. Skład mleka matki zmienia się, dostosowując do etapu rozwoju dziecka.

OKRES PONIEMOWLĘCY



W okresie **poniemowlęcym**, trwającym do końca 3. roku życia, tempo rozwoju maleje, dziecko zaczyna się usamodzielniać, zgłasza swoje potrzeby fizjologiczne.

OKRES DZIECIŃSTWA



Wiek dzieciństwa trwa od 3. do 7. roku życia.

W tym okresie zachodzi dużo zmian. W szkielecie odkłada się coraz więcej soli mineralnych i staje się on coraz bardziej skostniały, pierwsze zęby mleczne są wymieniane na stałe, następuje rozwój układu mięśniowego, rozwija się pamięć, zdolność do abstrakcyjnego myślenia. Dziecko doskonali sprawność fizyczną, umiejętność pisania i czytania, uczy się funkcjonowania w grupie.

Okres dojrzewania

W okresie dojrzewania zwiększa się aktywność hormonów płciowych, które odpowiadają za zmiany w budowie i funkcjonowaniu narządów (głównie układu rozrodczego) oraz wytworzenie drugorzędowych cech płciowych. Zmieniają się proporcje ciała, kształt sylwetki, dojrzewa układ odpornościowy.

Dziewczęta zaczynają dojrzewać ok. 9.-10. roku życia. Pierwsze 2 lata to okres intensywnego wzrostu. Dlatego dziewczynki w tym wieku są wyższe od swoich rówieśników. Stopniowo zmienia się sylwetka – wydłużają się kończyny, rozwijają biodra, w związku z przyrostem tkanki tłuszczowej zwiększa się masa ciała. Ok. 13. roku życia pojawia się pierwsza miesiączka (menstruacja). Polega ona na złuszczeniu się wewnętrznej wyściółki macicy, któremu towarzyszy niewielkie krwawienie. Początkowo miesiączki występują nieregularnie, potem średnio raz w miesiącu. Piersi powiększają się, pojawia się owłosienie łonowe, następnie pachowe i kończyn.

Chłopcy zaczynają dojrzewać średnio 2 lata później od dziewcząt, czyli ok. 11.-12. roku życia. W tym okresie następuje szybki wzrost ciała. W związku z rozwojem tkanki mięśniowej zmienia się sylwetka chłopca i wzrasta jego masa. Pojawia się zarost na twarzy, owłosienie łonowe, pachowe i kończyn. Objawem dojrzewania u chłopców jest zmiana barwy głosu z dziecięcej na męską. Zjawisko to nazywa się mutacją. Jest ona wynikiem wydłużania strun głosowych. Na wysokości krtani tworzy się zgrubienie, tzw. jabłko Adama. Jądra zaczynają produkować plemniki, które są usuwane w nocy w wyniku tzw. polucji.

Dorosłość i starość

W wieku ok. 25 lat, gdy organizm osiągnął dojrzałość biologiczną, rozpoczyna się kolejny etap rozwoju – **dorosłość**. **Wiąże się ona z uzyskaniem dojrzałości psychicznej i społecznej, które pojawiają się 3-4 lata po osiągnięciu dojrzałości fizycznej.** Dojrzałość psychiczna oznacza równowagę emocjonalną i uczuciową, zdolność do podejmowania samodzielnych, odpowiedzialnych decyzji. Dojrzałość społeczna określa zdolność do podjęcia pracy, osiągnięcia niezależności materialnej, przyjęcia określonych ról i norm społecznych. Jest to czas, w którym zapadają życiowe decyzje, np. dotyczące założenia rodziny. Okres dorosłości trwa do ok. 50 roku życia.

Po okresie dorosłości rozpoczyna się **przekwitanie** – etap, kiedy w organizmie stopniowo zaczynają zachodzić fizjologiczne zmiany związane z wchodzeniem w okres starzenia się. Skóra powoli traci jędrność, pojawiają się zmarszczki, włosy siwieją, spada tempo przemian metabolicznych, co może być przyczyną zwiększenia masy ciała. Ten etap rozwoju osobniczego rozpoczyna się u kobiet między 45-55, u mężczyzn między 55-60 rokiem życia. W tym wieku spada poziom hormonów płciowych. U kobiet prowadzi to do zaniku cyklu menstruacyjnego i jajczkowania. Pojawiają się zaburzenia nastroju, bezsenność, naprzemienne uczucia zimna i gorąca. Mężczyźni na ogół zachowują zdolność wytwarzania gamet do późnego wieku, ale ich zdolność rozrodcza się obniża. Od ok. 65 roku życia organizm człowieka wchodzi w okres **starzenia się**. Kończy się okres pracy zawodowej, ludzie przechodzą na emeryturę, wolny czas w głównej mierze poświęcają na rozwój swoich zainteresowań. **Starzenie związane jest ze zmniejszającymi się zdolnościami regeneracyjnym komórek i tkanek, spadkiem odporności, zmniejszeniem gęstości kości, co zwiększa ich podatność na złamania. Pogorszeniu ulega wzrok i słuch, zmniejsza się sprawność fizyczna.**

Ludzie starsi często potrzebują zrozumienia i cierpliwości, wsparcia ze strony rodziny. Pomoc osobom starszym często obejmuje podstawową obsługę, np. zrobienie zakupów, pomoc przy zejściu i wejściu po schodach. Przebieg i czas trwania tego etapu rozwojowego zależą od czynników genetycznych i środowiskowych. Prawidłowe odżywianie się, aktywność fizyczna i umysłowa, oraz dobre samopoczucie psychiczne pomagają opóźnić procesy starzenia.

Wykonaj zadania umieszczone poniżej. Miłej pracy. Powodzenia .
 Zadania wykonujecie w zeszycie z biologii. Robicie zdjęcie i wysyłacie je na adres email: magdalenaradacka@wp.pl .Dzięki temu, że prześlesz kartę pracy będę mogła wystawić Tobie ocenę. Możesz również skontaktować się ze mną za pomocą Messengera.

1.Połącz w pary opisy zmian zachodzących w organizmie i nazwy okresów życia, dla których są one charakterystyczne.

| | |
|--------------------------|---|
| Okres niemowlęcy | Podwyższenie poziomu hormonów płciowych |
| Okres dorosłości | Wyrzynanie zębów mlecznych |
| Okres starości | Pogorszenie wzroku i słuchu, zmniejszenie się sprawności fizycznej |
| Okres dojrzewania | Uzyskanie dojrzałości psychicznej i społecznej |

2. Uzupełnij tabelkę. Wskaż objawy dojrzewania u chłopców i dziewcząt.

| Objawy dojrzewania u chłopców | Objawy dojrzewania u dziewcząt |
|-------------------------------|--------------------------------|
| 1. | 1. |
| 2. | 2. |
| 3. | 3. |
| 4. | 4. |
| 5. | 5. |
| 6. | 6. |

- zaczynają dojrzewać ok. 9.-10. roku życia,
- następuje szybki wzrost ciała,
- zmiana barwy głosu z dziecięcej na męską tzw. mutacja,

- pojawia się owłosienie łonowe, następnie pachowe i kończyn.
- zaczynają dojrzewać ok. 11.-12. roku życia,
- następuje szybki wzrost ciała,
- rozwój tkanki mięśniowej zmienia się sylwetkę chłopca i wzrasta jego masa,
- ok. 13. roku życia pojawia się pierwsza miesiączka (menstruacja),
- pojawia się zarost na twarzy, owłosienie łonowe, pachowe i kończyn.
- powiększają się piersi,
- jądra zaczynają produkować plemniki, które są usuwane w nocy w wyniku tzw. polucji,
- rozwój bioder, w związku z przyrostem tkanki tłuszczowej zwiększa się masa ciała,