

Первомайський медичний фаховий коледж
Циклова комісія природничо-наукових дисциплін

Вибіркова дисципліна

Ріст та розвиток людини



Підготувала: Світлана КАЛІНІНА
викладач I кваліфікаційної категорії

Тематичний план лекцій, практичних занять, самостійної роботи здобувачів освіти

№ з/п	Тема	Загальний обсяг	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота
	Розділ 1. Особливості розвитку і функціонування різних органів і систем у віковому аспекті				
1	Розвиток соматичної та вегетативної нервової системи	6	2	2	2
2	Морфо-функціональні особливості основних аналізаторів (зорового, слухового, вестибулярного), їх розвиток у різні періоди життя людини	4	—	2	2
3	Формування вищої нервової діяльності в різні періоди життя людини (розвиток умовних рефлексів, вищих психічних реакцій, пам'яті, уваги)	4	—	2	2
4	Формування і розвиток кістяка у віковому аспекті. Склад кісткової тканини в людей різних вікових груп. Проблеми остеопорозу	6	2	2	2
5	Розвиток ендокринної системи. Особливості нейроендокринної регуляції в процесі росту і розвитку людини	8	2	2	4
6	Вікові особливості системи кровотворення (фізико-хімічні, транспортувальні, захисні особливості зсідання крові)	8	2	4	2
7	Обмін речовин і енергії, терморегуляція в різні періоди життя людини. Механізми регуляції обміну речовин і терморегуляції	4	—	2	2
8	Вікові особливості системи кровообігу: морфо-функціональні, фізіологічні, особливості провідної системи, механізмів регуляції	4	—	2	2
9	Особливості органів дихання у віковому аспекті: газообмін, зміни показників зовнішнього і внутрішнього дихання, структурні і функціональні зміни, регуляція дихання	6	2	2	2
10	Особливості системи травлення в людей різних вікових періодів: порожнинного,	6	2	2	2

	мембранного, пристінкового травлення, асиміляція харчових інгредієнтів, мікрофлори товстої кишки				
11	Формування і розвиток системи виділення в людей різних вікових періодів. Особливості регуляції сечоутворення, основні показники функціонування нирок	6	2	2	2
	Розділ 2. Психічний розвиток людини в різні періоди життя. Здоров'я батьків і роль планування сім'ї				
12	Основні умови психічного розвитку дитини раннього, дошкільного та шкільного віку. Психологічні особливості підлітків	6	2	2	2
13	Психологія дорослої людини в різні періоди життя. Психологія людей літнього і старечого віку	4	—	2	2
14	Анатомо-фізіологічні, психічні характеристики; емоційний, соціальний, духовний розвиток жінок і чоловіків у репродуктивний період. Статеве життя	2	—	2	—
15	Сім'я та шлюб, їх роль у формуванні здорової людини	4		2	2
	Розділ 3. Вплив різних факторів на ріст і розвиток людини				
16	Вплив різних факторів на ріст і розвиток ембріона і плода, дітей і дорослих різних вікових груп: фізичних, хімічних, біологічних, екологічних, а також тютюнокуріння, вживання алкоголю, наркотиків та ін.	4	—	2	2
17	Значення гігієнічних факторів у розвитку людини, а саме: повітряного середовища, сонячного випромінювання, чинників мікроклімату, ґрунту, води, вібрації, шуму, електромагнітних полів. Роль особистої гігієни	5	1	2	2
18	Роль харчування в різні вікові періоди життя	3	—	2	1
	Усього	90	20	28	42

Основна мета цієї презентації

– показати важливість вивчення предмету "Ріст та розвиток людини" для здобувачів освіти.

Це знання є фундаментальними для розуміння себе, свого організму, а також для розуміння інших людей. Вивчення цього предмету допомагає глибше усвідомити, як і чому ми змінюємося протягом життя, і як ці зміни впливають на наше здоров'я, поведінку та соціальну взаємодію.

Для майбутніх спеціалістів у сферах освіти, медицини, психології та соціальної роботи ці знання є надзвичайно важливими, оскільки дозволяють краще підтримувати і розвивати потенціал людини на різних етапах її життя.



Ріст та розвиток людини

– це складний і багатогранний процес, який охоплює фізичні, психологічні, соціальні та когнітивні аспекти.

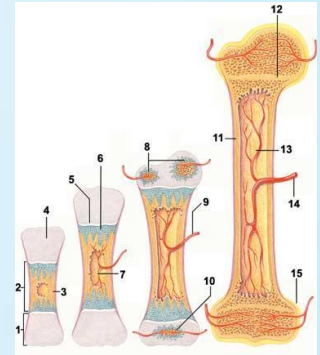
Ріст зазвичай означає збільшення розмірів тіла та органів, що відбувається в основному в дитячому та підлітковому віці.

Розвиток, в свою чергу, стосується змін і вдосконалення функцій організму, особистості та поведінки протягом усього життя. Це включає в себе не лише фізіологічні зміни, але й розвиток мислення, емоцій, навичок спілкування та соціальної взаємодії.

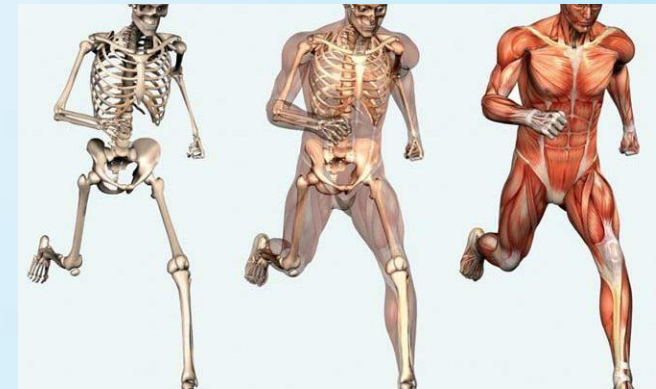


Ріст та розвиток організму відбуваються **через низку фізіологічних процесів**, які забезпечують збільшення розмірів тіла, зміцнення структур та вдосконалення функцій різних систем.

Ріст кісток: один із ключових аспектів росту – це ріст скелету. Кістки ростуть завдяки активності хрящових пластинок, розташованих у кінцях довгих кісток, які з часом перетворюються на кісткову тканину. Цей процес особливо інтенсивний у дитинстві та підлітковому віці.



Розвиток м'язів: з віком і під впливом фізичних навантажень м'язові клітини збільшуються в розмірі та кількості. Це сприяє загальному зміцненню тіла і розвитку фізичних здібностей. У дитячому та підлітковому віці м'язова маса швидко збільшується, особливо у хлопців.



Гормональні зміни: гормони, такі як гормон росту, інсуліноподібний фактор росту, тиреоїдні гормони, та статеві гормони, відіграють важливу роль у регуляції процесів росту та розвитку організму. Наприклад, підлітковий вік характеризується збільшенням рівня статевих гормонів, що впливає на вторинні статеві ознаки та зрілість репродуктивної системи.

Розвиток нервової системи: паралельно з фізичним ростом відбувається вдосконалення нервової системи, що включає формування нових нейронних зв'язків, вдосконалення моторних і когнітивних функцій. Це сприяє розвитку складних рухових навичок, мислення та соціальної поведінки.



Етапи розвитку

1. Дитинство:

- **Новонароджений (0-1 рік):** Інтенсивний фізичний ріст, формування базових рухових навичок (наприклад, повзання, ходіння), розвиток сенсорних здібностей.
- **Раннє дитинство (1-3 роки):** Розвиток моторних навичок, мовлення, емоційної прив'язаності та соціальних взаємин з близькими.
- **Дошкільний вік (3-6 років):** Подальше вдосконалення мовлення, розвиток уяви, соціальних навичок і самосвідомості.



Етапи розвитку

2. Підлітковий вік (12-18 років):

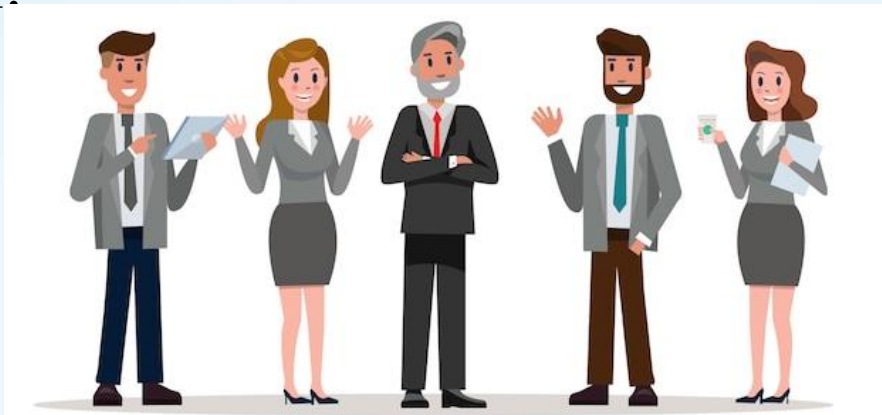
- **Фізіологічний ріст:** стрімке збільшення розмірів тіла (стрибок росту), розвиток м'язової маси, статеве дозрівання.
- **Когнітивний розвиток:** перехід від конкретного до абстрактного мислення, розвиток логіки, критичного мислення.
- **Соціальний розвиток:** пошук себе, формування ідентичності, розвиток соціальних навичок і взаємин з однолітками.



Етапи розвитку

3. Дорослість:

- **Рання дорослість (18-40 років):** Завершення фізичного розвитку, стабілізація особистості, активний соціальний та професійний розвиток.
- **Середній вік (40-65 років):** Початок вікових змін, зниження фізичних здібностей, але збереження когнітивної активності, переоцінка життєвих пріоритетів.
- **Пізня дорослість (65+ років):** Зменшення фізичної активності, вікові зміни у функціонуванні організму, але збереження життєвого досвіду і мудрості.



Ці етапи та процеси допомагають зрозуміти, як і чому людина змінюється протягом життя, і підкреслюють важливість адаптації та підтримки здоров'я на кожному з них.



Необхідність вивчення предмету

Знання про ріст та розвиток людини є критично важливими для майбутніх медичних працівників, психологів та інших фахівців, які працюють з людьми, зокрема з дітьми та підлітками.

Для медичних працівників, лікарів, особливо педіатрів, знання про фізіологічні аспекти росту та розвитку є основою для діагностики та лікування захворювань, що впливають на розвиток організму. Наприклад, розуміння нормальних показників росту допомагає своєчасно виявляти відхилення та запобігати серйозним наслідкам для здоров'я.



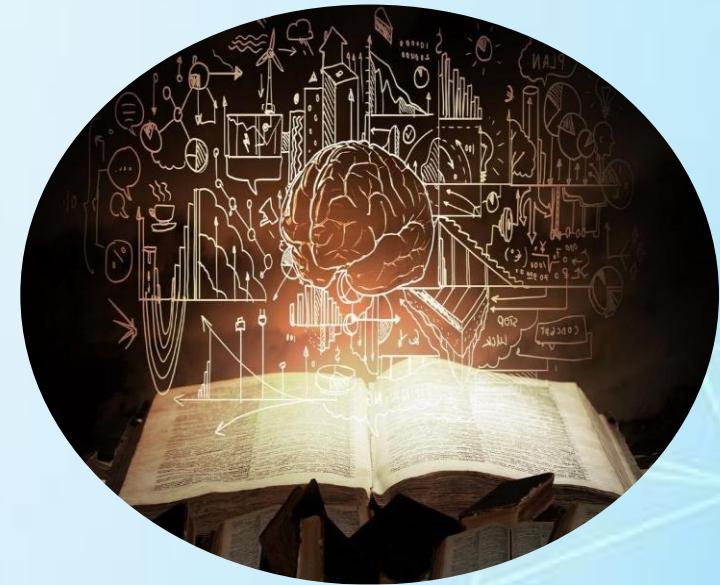
Знання про розвиток особистості, емоційних та когнітивних процесів дозволяє *психологам* краще розуміти поведінку людей, їхні мотивації та емоційні потреби. Це допомагає у розробці ефективних методів психологічної підтримки, терапії та консультування на різних етапах життя.



Необхідність вивчення предмету

Знання про ріст та розвиток людини має велике значення не тільки для професійного життя, але й для особистого розвитку.

- 1. Розуміння себе:** знання про те, як ми змінюємося фізично, емоційно та когнітивно протягом життя, допомагає краще зрозуміти власні потреби та можливості на різних етапах. Це дозволяє більш усвідомлено підходити до свого здоров'я, кар'єри та особистих відносин.
- 2. Успішна соціалізація:** розуміння процесів розвитку допомагає легше адаптуватися до змін в собі та оточуючих. Це знання сприяє кращому розумінню інших людей, що допомагає будувати ефективні комунікації, підтримувати здорові міжособистісні стосунки та уникати конфліктів.
- 3. Підвищення самосвідомості:** вивчення розвитку людини стимулює до самоаналізу, допомагає краще усвідомити свої сильні та слабкі сторони. Це знання сприяє особистісному зростанню і дозволяє більш впевнено рухатися до своїх життєвих цілей.
- 4. Превентивні заходи:** розуміння процесів фізичного та психологічного розвитку допомагає передбачати та запобігати можливим проблемам, пов'язаним зі здоров'ям, стресом чи соціальними труднощами. Це знання дозволяє краще підготуватися до майбутніх життєвих викликів.



- Знання про ріст і розвиток допоможе вам краще розуміти власні фізіологічні та психологічні зміни на різних етапах життя. Це дозволить вам більш ефективно підтримувати своє здоров'я, управляти стресом, розвивати емоційний інтелект та приймати свідомі рішення щодо свого життя.
- Розуміння розвитку людини сприяє покращенню комунікації та взаєморозуміння з іншими. Знання про розвиток когнітивних та емоційних процесів допоможе вам краще сприймати поведінку інших людей, бути більш терпимими та підтримуючими, що в свою чергу позитивно вплине на ваші відносини з близькими, друзями та колегами.
- Для тих, хто обирає професії, пов'язані з роботою з людьми, глибоке розуміння процесів росту та розвитку є незамінним. Це знання дозволить вам ефективніше виконувати свої професійні обов'язки, досягати кращих результатів у роботі та стати справжнім експертом у своїй галузі.
- Вивчення цього предмету допоможе вам бути готовими до різноманітних життєвих викликів – від виховання дітей до підтримки літніх батьків, від розуміння кризових періодів до адаптації до змін у власному житті. Ви зможете краще зрозуміти, що є нормальним для певних етапів розвитку, і які стратегії можуть бути ефективними для подолання труднощів.

Вивчення предмету "Ріст та розвиток людини" відкриває перед вами унікальні можливості для глибшого розуміння не тільки біологічних і психологічних процесів, але й того, як ці процеси впливають на ваше життя та життя оточуючих. Це знання допоможе вам стати більш свідомим, успішним і задоволеним у різних сферах ЖИТТЯ.





До зустрічі!