1. Вивчаємо п62.
2. Як відбувається ваш ріст протягом життя після народження? Подумайте: чи завжди з однаковою швидкістю це відбувалося? У різні періоди життя інтенсивність цих процесів неоднакова, що зумовлює специфічні анатомічні, фізіологічні та психічні особливості, які називають віковими.

Хронологічний вік - це період (у роках, місяцях, днях), прожитий від дня народження до певного відлічуваного моменту. Біологічний вік - це сукупність анатомічних і фізіологічних особливостей організму, що відповідають віковим нормам для певної спільноти людей. Він залежить від індивідуального темпу росту, розвитку і старіння організму. Різниця між хронологічним і біологічним віком на етапі дозрівання може сягати п’яти років, а на етапі старіння - до 20 років.

1. Порівняйте ці два поняття.
2. Що таке періоди? Ви пишіть основні періоди в зошит та зміни, що відбуваються із організмом в цей момент. Розгляньте мал., що ілюструють ці моменти. Зверніть увагу на період статевого дозрівання. Що відбувається з фізичними та психічними показниками в цей період?
3. Проаналізуйте ключові поняття теми. **Ключові терміни і поняття:** біологічний вік, ріст, розвиток, грудний період, дошкільний період, шкільний період, зрілий період, похилий вік, старечий вік, старіння, геронтологія.
4. Дом\\завдання. Вивчити п62. Виписати основні періоди в житті людини. Усно відповісти на запитання після параграфа.

Конспект уроку.

Мета: виявити фізичні та психологічні зміни, що відбуваються із організмом людини після народження до самої смерті, засвоїти відповідні терміни та поняття.

План

1. Вивчення нового матеріалу

==**Постембріональний період**

Постембріональний період — це період життя людини після народження . Його можна розділити на кілька етапів, тривалість яких відрізняється в чоловіків та жінок. Окрім того, велике значення мають особисті характеристики людини, такі як її спадковість та спосіб життя. Зовнішні чинники також можуть упливати на тривалість окремих етапів онтогенезу.

Отже, у житті людини виділяють такі вікові періоди.

**Період немовляти** (перші 10 днів): відбувається перебудова організму, зумовлена адаптацією до життя поза організмом матері. Руйнуються структури, пов’язані з обміном речовин через плаценту.

**Грудний період** (10 днів - 1 рік) характеризується найвищими в постембріональному періоді темпами росту й розвитку всіх систем органів, а також зміцненням опорно-рухового апарату, формуванням великої кількості умовних рефлексів.

***Раннє дитинство*** (1-3 роки): спостерігаються високі темпи росту й розвитку всіх систем органів; початок самостійних активних рухів; перехід на харчування дорослою їжею; розвиток молочних зубів; початок використання мовлення. У кінці періоду темпи росту вповільнюються.

**Перше дитинство**(4-7 років): уповільнюються темпи росту; відбувається активне накопичення інформації про навколишній світ; формуються вміння та навички, необхідні для самостійної життєдіяльності; розвиваються постійні зуби.

**Друге дитинство** (8-12 років у хлопчиків, 8-11 років у дівчаток): відносно невисокі темпи росту; продовжується активне накопичення інформації про навколишній світ та формування вмінь і навичок, необхідних для самостійної життєдіяльності.

**Підлітковий період** (13-16 років у хлопців, 12-15 років у дівчат): початок періоду статевого дозрівання; різке збільшення темпів росту; суттєві гормональні перебудови в організмі; початок функціонування статевих систем.

**Юнацький період** (17-21 рік у хлопців, 16-20 років у дівчат): завершення періоду статевого дозрівання; зменшення темпів розвитку та закінчення росту тіла; статеві системи виходять на нормальний режим функціонування.

**Зрілий вік** (перший період — 22-35 років у чоловіків, 21-35 років у жінок): найбільш продуктивний період життя; розвиток здібностей досягає найвищого рівня, робота всіх систем організму є найбільш ефективною.

**Зрілий вік** (другий період — 36-60 років у чоловіків, 36-55 років у жінок): дуже продуктивний період; досить високі фізичні можливості поєднуються з багатим досвідом і дозволяють досягати найвищих результатів. У кінці періоду спостерігається поступове згасання функцій репродуктивної системи.

**Похилий вік**(61-74 роки у чоловіків, 56-74 роки у жінок): стан організму суттєво залежить від особливостей життя, яке людина вела в попередні періоди. Репродуктивні функції в чоловіків продовжують згасати, у жінок припиняються взагалі.

**Старечий вік** (75-90 років): в організмі відбуваються структурні, функціональні та біохімічні зміни, які значною мірою обмежують його можливості.

**Довгожительство** (більш ніж 90 років): в організмі тривають структурні, функціональні та біохімічні зміни, які суттєво обмежують його можливості.

== підсумок. Розвиток людини складається з двох основних етапів: ембріонального й постембріонального. Період життя людини після народження можна поділити на кілька етапів, тривалість яких відрізняється в чоловіків та жінок.

1. Закріплення знань.

5. Які процеси відбуваються під час постембріонального розвитку? 6. На які періоди можна поділити життя людини? 7. Чи відрізняється тривалість періодів життя в чоловіків і жінок? 8\*. Які чинники можуть впливати на тривалість періодів життя людини?