

# VÝVIN JEDINCA

- člení sa na obdobia:

- |                          |                        |
|--------------------------|------------------------|
| 1. VZNIK NOVÉHO JEDINCA  | 6. MLADŠÍ ŠKOLSKÝ VEK  |
| 2. NOVORODENECKÉ OBDOBIE | 7. STARŠÍ ŠKOLSKÝ VEK  |
| 3. DOJČENSKÉ OBDOBIE     | 8. DORASTOVÉ OBDOBIE   |
| 4. OBDOBIE BATOĽAŤA      | 9. DOSPELOSŤ – ZRELOSŤ |
| 5. PREDŠKOLSKÝ VEK       | 10. OBDOBIE STAROBY    |

## 1. VZNIK NOVÉHO JEDINCA

- začína **oplodnením – splynutím vajíčka a spermie vo vajíčkovode**. Nasleduje jeho **uhniezdenie** v sliznici maternice a začína sa vyvíjať **plod** **obr. 296/112**

Plod je uložený v maternici, chránený je **plodovými obalmi** a uložený je v **plodovej vode**. Výživu plodu zabezpečuje **placenta (plodový koláč)** s ktorou je plod spojený **pupočníkom – pupočnou šnúrou**.

**Vnútromaternicový vývin – tehotenstvo (gravidita)** trvá 280 dní – 9 mesiacov a končí sa **pôrodom**, pôrod sa končí vylúčením placenty. Zdravý donosený novorodenec váži min. 3500 gramov a meria 50 cm. Obdobie prvých 6 týždňov po pôrode sa nazýva **šestonedelie** – zotavovanie organizmu matky

- ideálny vek pre tehotenstvo je **20. až 30. rok** života ženy

**Zásady počas tehotenstva:** zdravá strava (bielkoviny a vitamíny), pohyb, vyhýbanie sa škodlivinám (alkohol, cigarety, drogy, lieky).

- tehotenstvo sa končí **pôrodom** a vývin jedinca prechádza do novorodeneckého obdobia.

## 2. NOVORODENECKÉ OBDOBIE

- začína pôrodom novorodenca, ktorý sa po prestrihnutí a podviazaní pupočnej šnúry stáva samostatným jedincom, trvá do konca 1. mesiaca života,

## 3. DOJČENSKÉ OBDOBIE

- trvá od 2. mesiaca života jedinca až do 1 roka,
- potravou je výhradne materské mlieko,
- tvorba mliečnych zubov.

## 4. OBDOBIE BATOĽAŤA

- trvá od 1. do 3. roka,
- zdokonaľuje sa reč,
- ukončenie rastu mliečneho chrupu.

## 5. PREDŠKOLSKÝ VEK

- trvá od 3 do 6 rokov,
- zrýchľuje sa rast,
- prerezávajú sa prvé zuby trvalého chrupu.

## 6. MLADŠÍ ŠKOLSKÝ VEK

- trvá od 6 do 12 rokov,
- prerezávajú sa ďalšie trvalé zuby,

## 7. STARŠÍ ŠKOLSKÝ VEK

- trvá od 12 do 15 rokov,
- je to obdobie **puberty**,
- zrýchľuje sa rast,
- začína sa činnosť pohlavných žliaz,
- tvoria sa sekundárne pohlavné znaky,
- u dievčat prichádza prvá menštruácia,
- nastávajú zmeny v správaní – precitlivenosť, striedanie nálad, nezhody s rodičmi.

## 8. ADOLESCENCIA

- trvá od 16 – 20 rokov,
- pokračuje rozvoj sekundárnych pohlavných znakov,

## 9. DOSPELOSŤ – ZRELOSŤ

- trvá od 20 – 60 rokov,
- najlepšia fyzická výkonnosť,
- v 45. – 60. roku sa prejavujú prvé znaky staroby.

## 10. OBDOBIE STAROBY

- začína sa po 60. roku života,
- ubúdajú telesné a duševné sily,
- zhoršuje sa zrak a sluch,