

*Жәңгір хан атындағы Батыс Қазақстан аграрлық-техникалық  
университеті*

**Қазақстан тарихы және әлеуметтану-гуманитарлық пәндер кафедрасы**

*Тақырыбы:*

*Балалар мен жасөспірімдердің өсуі мен дамуының  
жалпы заңдылықтары*

*Орындаған: ПО-21 студенті Тасболат Ш.М.*

*Тексерген: аға оқытушы Кабаева С. М.*

**Орал, 2017 жыл**

# Жоспар:

1. Жас ерекшеліктер физиологиясы мен мектеп гигиенасының пәні, міндеттері, басқа ғылымдармен байланысы, зерттеу әдістері.
2. Адам организмiнiң жалпы сызбанұсқасы.
3. Өсу мен даму заңдылықтары.
4. Жас кезеңдері.

Физиология – мүшелер мен жүйелердің және тұтас ағзаның тіршілік әрекеттері туралы ғылым.

Осы физиология ғылымының бір саласы жас ерекшеліктер физиологиясы ағзаның бүкіл өмірі бойындағы физиологиялық функциялардың қалыптасуы мен даму заңдылықтарын зерттейді.

Балалар мен жасөспірімдер гигиенасы – жас ұрпақтың денсаулығын қорғау және нығайту туралы ғылым. Ол жалпы гигиенамен тығыз байланысты және өсіп келе жатқан ағза мен қоршаған ортаның өзара әсерін зерттейді. Негізгі міндеті – өсіп отыратын организмнің тіршілік әрекеттері процестерінің қалыпты ететін жағдайлар мен ауруларды болдырмауға бағытталған гигиеналық шараларды алдын ала жасау.

Балалар мен жасөспірімдер физиологиясы және гигиенасы психологиялық-педагогикалық ғылымдар негізін құрап, балалардың аурулар мен оларды емдеу туралы ғылым педиатриямен тығыз байланысты. Сонымен қатар физика, химия, метеорология сияқты ғылымдармен байланысып, осы ғылымдардың әдіс-тәсілдерін пайдаланады.

Балалар мен жасөспірімдер физиологиясы эмбриология, қалыпты физиология, геронтология, даму биологиясы, антропология, экологиялық физиология сияқты ғылымдардың деректеріне сүйенсе, өзі валеология ғылымының теориялық түп негізін құрайды.

Жасқа байланысты физиология мен мектеп гигиенасы бірнеше ғылыми зерттеу әдістерін қолданады:

- 1) **бақылау** – сыртқы ортаны танудағы негізгі әдістеме;
- 2) **табиғи тәжірибе** – мақсаты мен қойылған міндеттеріне байланысты зерттеуші табиғи жағдайдағы тәжірибені адам баласы үшін табиғи жағдайда қолданады.
- 3) **лабораториялық тәжірибе** арнайы жасалған жағдайда жүргізеді. Жағдайды өзгерту арқылы зерттеуші белгілі бір қызмет өзгерістерін тудырады да, оның сан мен сапалық сипатын анықтайды.

Лабораториялық тәжірибе әдістерінің түрі:

- функциялық жүктеме немесе сынау әдісі;
- эргометрия;
- есепті шығару әдісі;
- телеметрия;
- антропометрия.

## Адам организмiнiң құрылысының жалпы сызбанұсқасы.

Адам ағзасы атқаратын қызметi мен құрылысының ортақтығы бойынша бiрiктiрiлген бiр-бiрiне өзара бағынышты ұйымдастырылған күрделi жүйе. Жүйе элементi болып жасуша табылады. Шығу тегi, құрылысы мен атқаратын қызметi ұқсас жасушалар жиынтығы ұлпа деп аталады. Ұлпалардың негiзгi түрлерi: жабын, дәнекер, сүйек, бұлшықет және жүйке. Ұлпалар мүшелердi, мүшелер мүшелер жүйесiн құрайды.

Жасушадан басталып, мүшелер жүйесiнен аяқталатын ағзаның барлық құрылымдарының қызметi келiсiп жұмыс iстеп бiр тұтастық принципiне бағынады. Бiртұтас ағзаның қызметi қоршаған ортамен тығыз байланыста болған кезде ғана жүзеге асады. Ағза қызметiнiң барлық процестерi ағзаның iшкi ортасының салыстырмалы тұрақтылығы сақталған жағдайда ғана жүзеге асады.

Ағзаның iшкi ортасына: қан, лимфа, жасуша аралық сұйықтық жатады.

Iшкi ортаның физика-химиялық қасиеттерi мен химиялық құрамының тұрақтылығын сақтау қабiлеттiлiгi **гомеостаз** деп аталады.

Организмдердердегі клеткалардың саны мен салмағының ұлғаюына байланысты дене көрсеткіштерінің артуын **өсу** деп аталады.

Организмнің негізгі 3 дене көрсеткіші бар: **1) бойы; 2) салмағы; 3) кеуде шеңбері.**

Өсумен қатар организмде даму жүріп жатады. **Даму** – сапалық көрсеткіш. Организмнің дамуы деп сандық көрсеткіштердің сапалық көрсеткіштерге айналып, ұлпалардың жекешеленіп, белгілі бір қызмет атқаруға бейімделуін, организм мен оның жеке мүшелерінің қызметінң артуын, баланың ақыл-ой өрістерінің молаюын айтады. Организмінің дамуы екі түрлі: 1) физикалық, 2) функциялық.

Дамудың негізінде 3 фактор жатыр:

1) өсу,

2) органдар мен ұлпалардың мамандануы немесе дифференциация, 3) форма түзілу.

Бұл үшеуі бір-бірімен тығыз байланысты.

Адамның өмірін 3 кезеңге бөлуге болады:

**1) дамып жетілу, 2) кемелдену, 3) қартаю.**

Өсу мен дамудың барлық адамдарға ортақ заңдылықтары:

1) өсу мен даму гетерохронды болады.

2) мүшелер мен мүшелер жүйелерінің өсу мен даму қарқыны әр түрлі келеді.

3) өсу мен даму баланың жынысына байланысты.

4) функциялық мүшелер жүйелері мен мүшелердің қызметтерінің биологиялық беріктігі немесе мықты болуы;

5) өсу мен дамудың тұқым қуалау қасиеттері мен сыртқы ортаның жағдайларына тәуелділігі

6) өсу мен дамудың акселерациясы (балалар мен жасөспірімдердің өсуі мен дамуының олардың ата-аналарымен салыстырғанда жылдамырақ болуын өсу мен дамудың акселерациясы деп аталады).

**Жас кезеңдері** – бұл өсуі мен дамуы ұқсас, физиологиялық ерекшеліктері бірдей уақыт мөлшерінің шегі. Белгілі бір жас кезеңінде организмнің даму дәрежесі бір деңгейге жетіп, келесі деңгейге дайындалу мерзімі басталады.

1965 жылы Москвада болған дүниежүзілік жиналыста адамның барлық өмірін 12 кезеңге бөлген.

Жас кезеңдері

Жас кезеңдерінің ұзақтығы

1 Жаңа туған сәби 1-10күн

2 Нәрестелік шақ 10 күн -1 жас

3 Сәбилік шақ (ерте балалық) 1-3 жас

4 1-ші балалық шақ 4-7 жас

5 2-ші балалық шақ 8-12 жастағы ұл балалар, 8-11 жастағы қыз балалар

6 Жеткіншектік немесе жасөспірімдік шақ 13-16 жастағы ұл балалар, 12-15 жастағы қыз балалар

7 Жігіттік, бойжеткендік шақ 6-20 жастағы бойжеткендер, 7-21 жастағы жігіттер

8 Кемелге келу немесе ересектік мерзімнің 1-ші жартысы 21-35 жастағы әйелдер, 22-35 ерлер

9 Ересектік мерзімнің 2-ші жартысы 36-55 жастағы әйелдер, 36-60 жастағы ерлер

10 Егде жас 55-74 жастағы әйелдер, 60-74 жастағы еркектер

11 Қариялар немесе кәрілік 75-90 жастағы әйелдер мен ерлер

12 Ұзақ өмір сүрушілер 90 жас және одан жоғары

