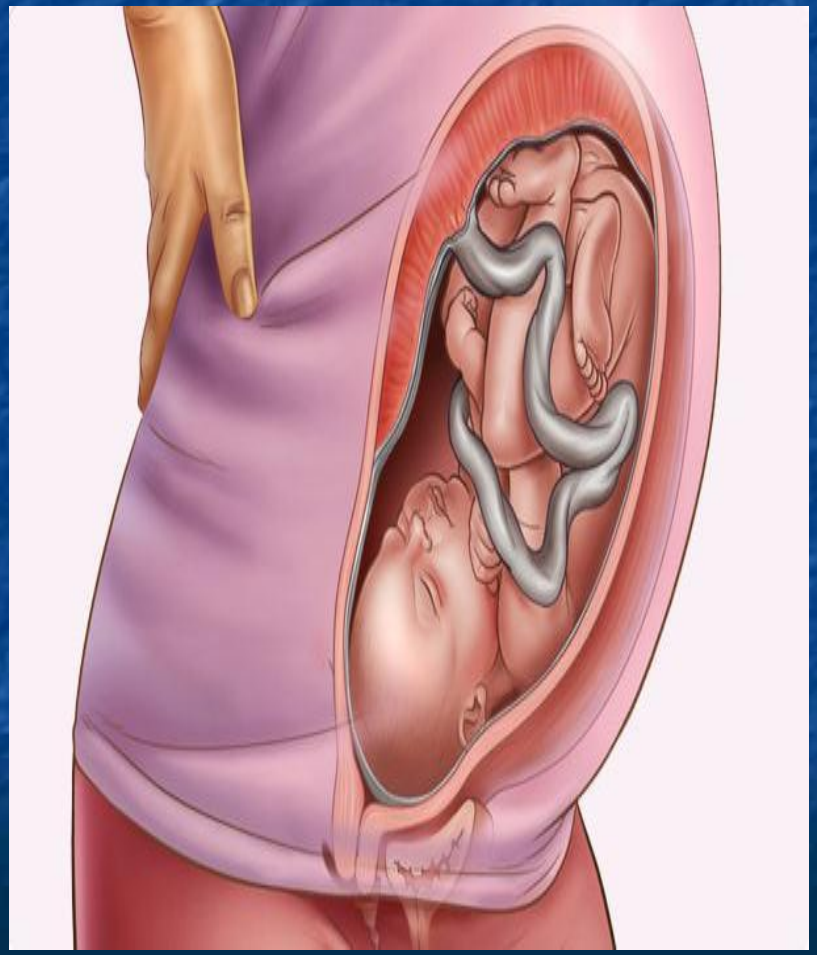
Адам өмірінің негізгі кезеңдері

Өсу және даму

- **Өсу және даму** - әрбір жеке ағзаға тән қасиеттердің бірі. Өсу мен даму кезінде ұлпалар мен мүшелерде сандық және сапалық күрделі өзгерістер байқалады. Адам ағзасының өсуі мен дамуында негізінен 2 кезеңді ажыратады. Бірінші *ұрықтық даму* (эмбриональдық). Бұл ағзаның ұрықтанған (эмбриональдық). Бұл ағзаның ұрықтанған жұмыртқа (эмбриональдық). Бұл ағзаның ұрықтанған жұмыртқа жасушасынан бастап, туғанға дейінгі уақытты қамтиды. Ұрықтық даму анасының ішінде, яғни жатырда өтеді. Екіншісі - туғаннан бастап, өз тіршілігін жойғанға (өлгенге) дейінгі кезең. Әрбір ағзаның жеке дамуын ғылыми тілде онтогенез (эмбриональдық). Бұл ағзаның ұрықтанған жұмыртқа жасушасынан бастап, туғанға дейінгі уақытты қамтиды. Ұрықтық даму анасының ішінде, яғни жатырда өтеді. Екіншісі - туғаннан бастап, өз тіршілігін жойғанға (өлгенге) дейінгі кезең. Әрбір ағзаның жеке дамуын ғылыми тілде онтогенез (гр. *ontos* — жекелей, *genes* - шығу тегі) дейді.



Нәрестелік кезең.

Нәрестелік кезең. Нәрестенің дүниеге келген күнінен бастап, 28-күнге дейінгі уақыт аралығы осылай аталады. Бұл кезде жаңа туған нәрестенің барлық мүшелері және мүшелер жүйесі өз алдына (анасының ағзасына байланыссыз) қызмет атқарып, өзара іс-әрекет жасайды. Мысалы, жылуды реттей алады. Тынысалу, ему, көзін жыпылықтату және басқа рефлекстерді өздігінен «іске қосады». Сондықтан бұл уақыт аралығы нәрестелік кезең деп жеке карастырылады.

Емшектік кезең.

- **Емшектік кезең.** Мұнда нәресте анасынан нәрлі уыз сүтін емеді. Уыз Мұнда нәресте анасынан нәрлі уыз сүтін емеді. Уыз сүтінде нәрестенің ағзасына қажетті тағамдық заттар өте мол. Сондықтан да «уызына жарыған ұлылыққа ұмтылар, азамат боп өседі, ізгілікке құнты бар» деген халық нақылында терең тұжырым бар. Ана сүтін ешбір тағаммен теңестіруге болмайды. Ана сүті Мұнда нәресте анасынан нәрлі уыз сүтін емеді. Уыз сүтінде нәрестенің ағзасына қажетті тағамдық заттар өте мол. Сондықтан да «уызына жарыған ұлылыққа ұмтылар, азамат боп өседі, ізгілікке құнты бар» деген халық нақылында терең тұжырым бар. Ана сүтін ешбір тағаммен теңестіруге болмайды. Ана сүті жетіспеген жағдайда ғана, 6-7 айдан бастап, қосымша тамақтандыруға болады. Бұл кезеңде сәбидің көп уақыты ұйқымен өтеді. Тамақ Мұнда нәресте анасынан нәрлі уыз сүтін емеді. Уыз сүтінде нәрестенің ағзасына қажетті тағамдық заттар өте мол. Сондықтан да «уызына жарыған ұлылыққа ұмтылар, азамат боп өседі, ізгілікке құнты бар» деген халық нақылында терең тұжырым бар. Ана сүтін ешбір тағаммен теңестіруге болмайды. Ана сүті жетіспеген жағдайда ғана, 6-7 айдан бастап, қосымша тамақтандыруға болады. Бұл кезеңде сәбидің көп уақыты ұйқымен өтеді. Тамақ қажет болғанда, оянады. Емшектік кезеңде тамақ беру уақытын және тазалықты мұқият сақтау қажет. Олай болмаған жағдайда ұйқ
ауытқиды. Емшектік кезеңде нәресте қар
нәрлі уыз сүтін емеді. Уыз сүтінде нәрест
Сондықтан да «уызына жарыған ұлылы
бар» деген халық нақылында терең тұжы
болмайды. Ана сүті жетіспеген жағда
тамақтандыруға болады. Бұл кезеңде сә
болғанда, оянады. Емшектік кезеңде тама
қажет. Олай болмаған жағдайда ұйқ
ауытқиды. Емшектік кезеңде нәресте
мойыны бекиді, отырады, еңбектейді, жү
нәресте анасынан нәрлі уыз сүтін ем
тағамдық заттар өте мол. Сондықтан да «
өседі, ізгілікке құнты бар» деген халық н
тағаммен теңестіруге болмайды. Ана сүт
қосымша тамақтандыруға болады. Бұл кезеңде сәбидің көп уақыты ұйқымен өтеді. Тамақ қажет болғанда, оянады. Емшектік кезеңде тамақ беру уақытын және

Мектепке дейінгі сәбилік кезең.

Мектепке дейінгі сәбилік кезең. Бұл кезеңде жаңадан көптеген қозғалысқа байланысты дағдылар қалыптасады. Сәби еркін жүреді, сөйлейді. Айналасындағы заттарға әуестігі артады, әр нәрсені білгісі келеді. Ойлау кабілеті дамиды. Жаңадан шартты рефлекстер калыптасады. Сүт тістері (20) толық шығып үлгіреді.

Мектепке дейінгі естияр кезең.

Мектепке дейінгі естияр кезең. Бұл кезенді кейде мектеп жасына дейінгі кезең деп те атайды. Бұл кезеңде баланың айналасындағы болып жатқан жағдайларға қызығушылығы артады. Бұл не? деген сұрактарға жауап іздейді. Ми көлемі артып, дами түседі. Анық сөйлейді. Бұл кезеңде бала үшін әр түрлі ойынның маңызы зор. Ойын арқылы денесі өседі, көңіл күйі қалыптасады. Әсіресе, кимыл-өрекеті қажет ететін ойындар арқылы каңқасы мен бұлшыкеттері дұрыс жетіле түседі.

Мектеп жасындағы ересек кезең.

Мектеп жасындағы ересек кезең. Баланың іс-әрекетінде сапалық өзгерістер байқалады. Бұл негізінен баланың мектепке баруымен тікелей байланысты. Енді бала мектеп тәртібіне бағынуға байланысты іс-әрекеттерге талпынады. Жаңа дағдылар қалыптасады, жауапкершілікті, тәртіпті сезінеді. Ойлау қабілеті дами бастайды. Бойларының ұзындығы шамамен - 140-150 см, салмағы 30 килодан артады.

Жасөспірімдік кезең.

Жасөспірімдік кезең. Баланың өсуі мен дамуында жаңа өзгерістер пайда болады. Ұлдар мен қыздардың дене бітімінде бірінен-бірінің айырмашылықтары айқын байкалады. Мұның бәрі де жыныстық жетілуімен тікелей байланысты. Қыздарда алғашқы етеккір Баланың өсуі мен дамуында жаңа өзгерістер пайда болады. Ұлдар мен қыздардың дене бітімінде бірінен-бірінің айырмашылықтары айқын байкалады. Мұның бәрі де жыныстық жетілуімен тікелей байланысты. Қыздарда алғашқы етеккір 12-13 жаста басталады. Денесі өседі, бұлшықеттері дамиды, тері Баланың өсуі мен дамуында жаңа өзгерістер пайда болады. Ұлдар мен қыздардың дене бітімінде бірінен-бірінің айырмашылықтары айқын байкалады. Мұның бәрі де жыныстық жетілуімен тікелей

байланысты.
өседі, бұлшы
түседі. Кеуде
дауысы ж
мүшелері Бала
Ұлдар мен қы
айқын байка
байланысты.
өседі, бұлшы
түседі. Кеуде
дауысы ж
мүшелері өсед
пайда болады
айырмашылық
жетілуімен тікелей байланысты. Қыздарда алғашқы етеккір 12-13 жаста
басталады. Денесі өседі, бұлшықеттері дамиды, тері астындағы май

Балғын жастық (бойжеткен, бозбала) кезең.

Балғын жастық (бойжеткен, бозбала) кезең. Барлық мүшелері мен мүшелер жүйесінің калыптасуы толығымен жетіледі. Жүйке жүйесі Барлық мүшелері мен мүшелер жүйесінің калыптасуы толығымен жетіледі. Жүйке жүйесі мен ішкі секреция Барлық мүшелері мен мүшелер жүйесінің калыптасуы толығымен жетіледі. Жүйке жүйесі мен ішкі секреция бездерінің қызметі бірімен-бірі үйлесімді жүреді. Ағзадағы барлық физиологиялық үдерістердің жүруінде,міңез-құлық Барлық мүшелері мен мүшелер жүйесінің калыптасуы толығымен жетіледі. Жүйке жүйесі мен ішкі секреция бездерінің қызметі бірімен-бірі үйлесімді жүреді. Ағзадағы барлық физиологиялық үдерістердің жүруінде,міңез-құлық әрекеттерін басқаруда ми Барлық мүшелері мен мүшелер жүйесінің калыптасуы толығымен жетіледі. Жүйке

Кемелденген кезең.

Кемелденген кезең. Акыл-ой, санасы, ойлау кабілеті жетіліп, шығармашылық іс-әрекеттері табыстарға жетелейді. Қоғам алдындағы жауапкершілігін толық сезінеді. Барлық іс-әрекеттерін алдын ала жоспарлап, белгілі бір мақсатқа жетуге талпынады. Бұл кезеңнің соңында жыныстық бездер қызметі әрекетіне байланысты соңғы рет гормондық қайта құрылу басталады. Жүрек-қантамырлар ауруларының қауіптілігі арта түседі.

Мосқалдық кезең (пожилой).

Мосқалдық кезең (пожилой). Бұл кезеңде адамның қимыл-әрекеті баяулайды. Зат алмасу қарқыны бәсеңдейді. Жүйке жүйесінде тежелу айқын басымдылық көрсетеді. Кейбір ішкі секреция Бұл кезеңде адамның қимыл-әрекеті баяулайды. Зат алмасу қарқыны бәсеңдейді. Жүйке жүйесінде тежелу айқын басымдылық көрсетеді. Кейбір ішкі секреция бездерінің гормон б өлуі азаяды. Сүйектің құрамында бейағзалық заттардың мөлшері арта бастайды. Жүйке жүйесінің реттеу қызметі де баяулайды.

Қарттық кезең.

Қарттық кезең. Барлық мүшелер жүйесінің қызметі, жалпы зат алмасу қарқыны баяулайды. Адамның есте сақтау кабілеті төмендейді.

Ақыр соңында адам өз өмірімен қош айтысып, о дүниге аттанады.