

7. РАЗРЕД (18.05. – 23.05)

Наставна јединица :

Дефиниција здравља, пубертет и адолесценција (обрада)

Циљ ове лекције је да:

- Схватимо да је здравље највреднија ствар коју имамо;
- Разумемо дефиницију здравља СЗО (Светска здравствена организација);
- Научимо шта је пубертет, а шта је адолесценција, као и које се промене дешавају у пубертету;
- Разумемо разлике између пубертета и адолесценције.

Кључни појмови у лекцији:

Здравље – По дефиницији СЗО, здравље је стање потпуног физичког, менталног и социјалног благостања, а не само одсуство болести и поремећаја. Здравље је највреднија ствар сваког појединца.

Пубертет – Период живота између детињства и младости, који је праћен великим променама у телу и личности деце, која попримају изглед одраслих особа. Тада долази до наглог раста, кожа и коса се више масне, долази до појачаног знојења, појаве бубуљица, добијања секундарних сексуалних карактеристика које се разликују у зависности од пола. Пубертет прати и период емотивног сазревања оба пола. Пубертет почиње између 10. и 15. године живота, а чешће девојчице раније улазе у пубертет од дечака.



Слика бр. 1 – Промене у пубертету

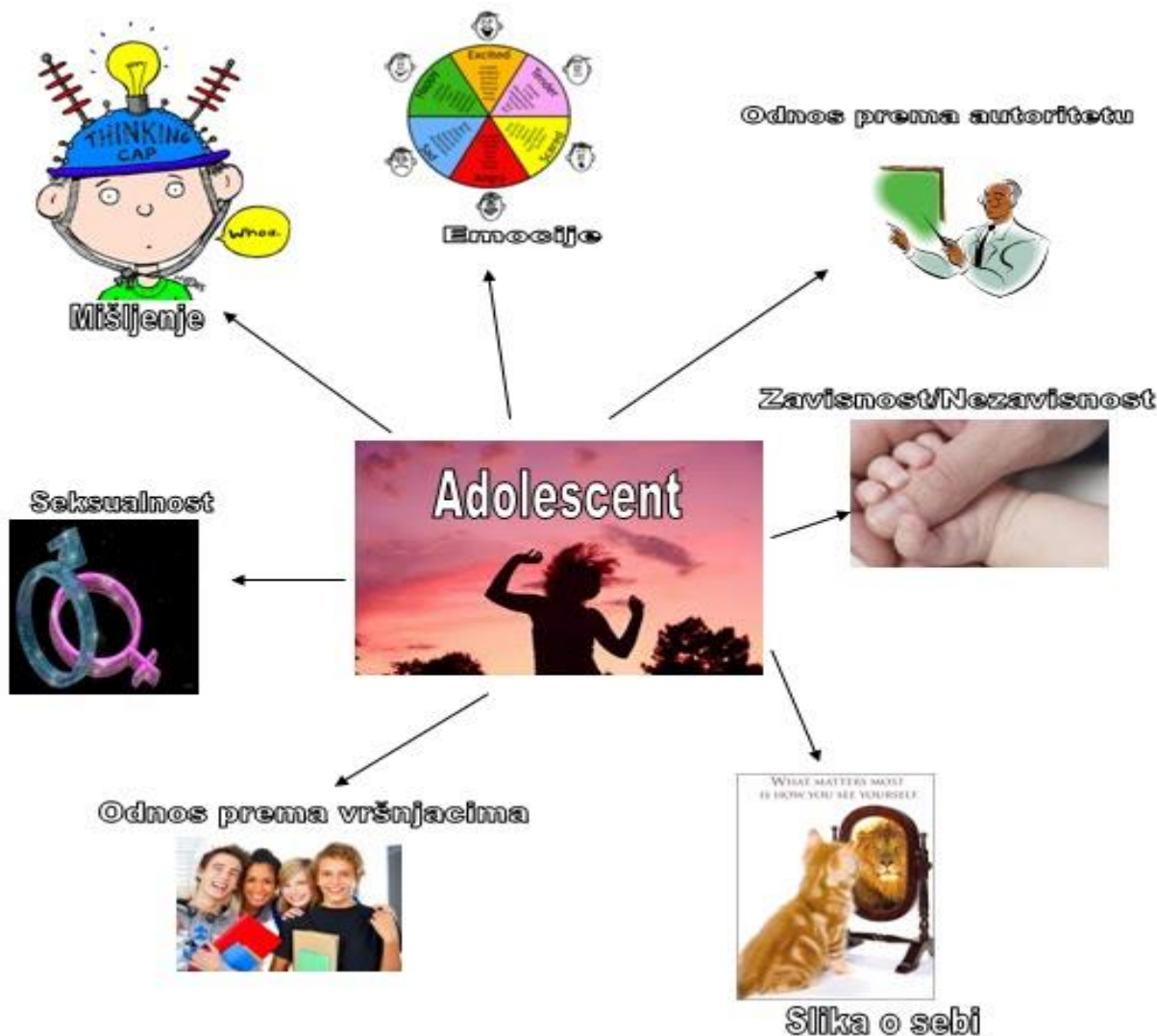
Адолесценција – Прелазни период из детињства у одрасло доба. Дели се на:

1. Период ране адолесценције (период који се још означава као пубертет) 10. -14. године;
2. Период средње адолесценције (15. – 19. године);

Период касне адолесценције (20. - 25. године).

Сваки од поменутих периода прате адекватне промене како физичке, тако и психичке – долази до сазревања.

3.



Слика бр. 2 – Промене везане за пубертет и адолесценцију

Рану адолесценцију карактерише сањарење, преиспитивање, постављање нереалних циљева итд.

Средњу адолесценцију карактерише постајање свесности себе, својих могућности и ограничења.

Касну адолесценцију карактерише сазревање у смислу остваривања планираних циљева и стицања што већег степена самосталности и независности.



МАТЕРИЈАЛ ЗА САВЛАДАВАЊЕ ГРАДИВА:

1. Уџбеник (201. -203. страна);
2. ППТ презентација: <https://www.slideshare.net/KristinaFranka/pubertet-i-adolescencija-70510801>

ЗАДАЦИ:

Драга децо, прво прочитајте материјал за савладавање градива, као и сажетак са кључним појмовима који је дат у оквиру овог документа. Градиво које сте погледали покушајте да укратко препричате како бисте проверили да ли сте га разумели. Ако постоји нешто да није јасно у вези лекције будите слободни да ме контактирате. Како се настава завршава следеће недеље, **НЕМАТЕ ДОМАЋИ ЗАДАТАК** из ове лекције! Оно што следи, јесте да ће током ове недеље бити уписане све активности у електронски дневник, као и оцене, а следеће недеље ће свако понаособ добити предлог закључне оцене. Имајте у виду да се све оцене уписане у дневник, како у првом, тако и у другом полугодишту рачунају.