

# OSOBNOST

## III/2 Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT

Mgr. Celtová Dagmar



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

# ONTOGENEZE ČLOVĚKA

VY\_32\_INOVACE\_01



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Ontogeneze člověka

- Ontogenezí rozumíme individuální vývoj organismu od vzniku zárodku až do zániku jedince.
- Název tohoto procesu je odvozen z řeckého *ón = jsoucí* a *genesis = původ*.
- S termínem ontogeneze bývá obvykle definován i termín fylogeneze.
- Fylogeneze nebo také fylogenetický vývoj je vývoj druhů organismů v historickém sledu ve smyslu evoluční teorie.

- Oba tyto procesy jsou vždy vzájemně těsně spojeny a vzájemně se podmiňují.

Rozdíl mezi oběma procesy je následující:

**ontogeneze** - vývoj individuální - je proces geneticky programovaný a cyklický

**fylogeneze** - historický vývoj organizmů - není programován, nýbrž je nahodilý.

## Fáze ontogenetického vývoje

### Rozdělení ontogenetického vývoje:

- Prenatální období - před narozením, začíná oplozením a končí porodem jedince.
- Postnatální období - po narození, začíná porodem a končí smrtí jedince.

# ZMĚNY V PRUBĚHU ONTOGENETICKÉHO VÝVOJE

VY\_32\_INOVACE\_02

V každé fázi ontogenetického vývoje můžeme pozorovat řadu změn.

Tyto změny jsou dvojího druhu:

- růstové
- vývojové

## Růstové změny

- **Růst** je jedním ze základních projevů života. Je to proces, při kterém se zvětšuje velikost celého těla a velikost jeho jednotlivých částí. Jde o kvantitativní změny.
- Biologickou podstatou růstových změn je především buněčné dělení (zvyšování počtu buněk) a v některých případech i zvětšování buněk (zvětšování velikosti – objemu buněk).
- Intenzivní růst je charakteristický především pro začátek ontogeneze až do fáze dosažení dospělosti.

- Růst lidského těla je nerovnoměrný proces – růst těla i jeho jednotlivých částí probíhá v průběhu života nestejnou rychlostí.

Platí zde pravidlo *periodicity a alternace*.

- v průběhu života se střídají vlny (periody) rychlého a pomalého růstu
- růstová rychlost jednotlivých částí těla a orgánů se střídá (alternuje)



## Vývojové změny

- Vývoj je sled změn, které vedou nejprve ke vzniku, dále k objevení, rozlišení a vývoji funkcí.
- Vývoj představuje proces kvalitativních změn.

### V růstu a vývoji můžeme vymežit tři základní etapy:

- a) Období před narozením, dětství a adolescence → růstový a funkční vzestup.
- b) Období dospělosti → setrvání funkcí na dosažené úrovni.
- c) Období stárnutí a stáří → postupný pokles funkcí.

## Činitelé vývoje

- **Dědičné (vnitřní) faktory** – vrozená genetická výbava jedince.
- **Faktory prostředí (vnější)** – určují co a do jaké míry se ze zděděných předpokladů uskuteční:
  - a) primární- klimatické
  - b) sekundární - společenské
- **Vlastní aktivita** – aktivní zapojení do svého růstu.

Při vývoji některých vlastností a schopností má větší význam dědičnost, zatímco u jiných se více uplatní vnější prostředí.

# EVOLUCE

VY\_32\_INOVACE\_03



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Evolve

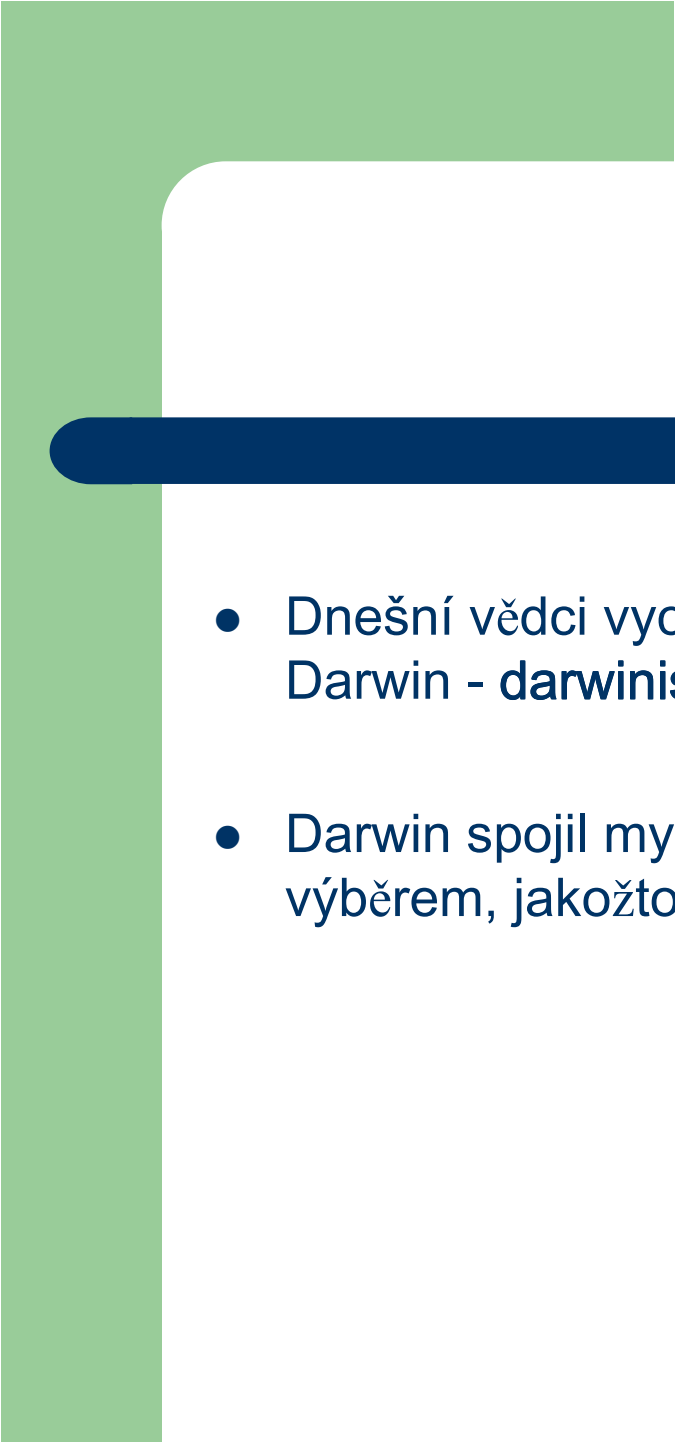

- **Evolve (biological evolve)** je dlouhodobý a samovolný proces, v jehož průběhu se rozvíjí a rozrůžňuje pozemský život.
- Evolučí živočišných druhů je tak chápán postupný vývoj života od prvního výskytu na Zemi k mnoha různým formám života.
- Studiem mechanismů a zákonitostí evolve se zabývá **evoluční biologie**.
- Kromě evolve biologické se uplatňuje i evolve kulturní.

## Evoluční teorie

- První myšlenky o možnosti evoluce se objevily již ve starověku.
- První ucelenou evoluční teorií byl **lamarckismus** vytvořený Jeanem Baptistem Lamarckem.

Operoval s myšlenkou, že organismy získávají za svého života zkušenosti a ty pak zúročují při tvorbě svého potomstva.

Současná biologie odmítá možnost, že by mohl rodič životní zkušenosti získané během svého života poskytnout potomkům v podobě dědičné informace.

- 
- 
- Dnešní vědci vycházejí z teorie, kterou později předložil Charles Darwin - darwinismus.
  - Darwin spojil myšlenku postupné evoluce druhu s přirozeným výběrem, jakožto příčinou a hybnou silou evoluce.

# PRENATÁLNÍ VÝVOJOVÉ OBDOBÍ

VY\_32\_INOVACE\_04



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Prenatální období

- Jde o období nitroděložního vývoje.
- Vývojové období před narozením.
- Začíná oplozením a končí porodem jedince.
- Trvá 280 (+,- 10) dní, 10 lunárních měsíců (28 dní), 9 kalendářních měsíců.
- Období nejrychlejšího tempa vývoje.
- Toto období se rozděluje na tři základní fáze.



## Tři fáze vývoje

1. Zárodeční období
2. Embryonální období
3. Fetální období



## Zárodeční období

od početí do 2 týdne  
oplození vajíčka spermií  
množení buněk  
uhnízdění v děloze

# Morula

Typická morula u člověka je vyvinutá na konci 4. dne po oplodnění a nachází se už těsně před vstupem do dutiny děložní.



[http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Embryo,\\_8\\_cells.jpg](http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Embryo,_8_cells.jpg)



## Embryonální období

od 3 do 8 týdne  
tvoří se základy orgánů  
zakládá se nervová soustava

# Embryo



Lidské embryo pět týdnů po oplození

[http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Tubal\\_Pregnancy\\_with\\_embryo.jpg](http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Tubal_Pregnancy_with_embryo.jpg)



## Fetální období (fetus – plod)

od 9 do 38 týdne – porodu  
dokončování vývoje orgánových systémů  
vzniká mícha, obvodový nervový systém  
plod se pohybuje

## Vývoj plodu



<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Fostre.tif?uselang=cs>

# POSTNATÁLNÍ VÝVOJOVÉ OBDOBÍ

VY\_32\_INOVACE\_05



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ



## Postnatální období

- Fáze ontogeneze, která probíhá po porodu.
- Začíná porodem a končí smrtí jedince.
- Jde o produktivní a nejdelší část vývoje jedince, kterou dělíme do 13 stádií.
- Stádia jsou charakterizována a ovlivňována fyzickými, psychickými i sociálními faktory.

## Postnatální období

### Fáze postnatálního vývoje:

- novorozenecké období (0 - 28 dne)
- kojenecké období (29 dnů - 1 rok)
- batolecí období (1 - 3 roky)
- předškolní věk (3 - 6 let)
- mladší školní věk (6 - 10 let)
- starší školní věk (11 - 14 let)
- adolescence (14 - 18 let)
- dospělost (18 - 30 let)
- zralost (30 - 45 let)
- střední věk (45 - 60 let)
- stáří (60 - 75 let)
- vysoké stáří (nad 75 let)
- kmetský věk (nad 90 let)

# NOVOROZENECKÉ OBDOBÍ

VY\_32\_INOVACE\_06



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Novorozenecké období

- Začíná porodem, končí ve 4 týdnu po narození (28 den).
- Za biologický konec tohoto období je považováno zahojení pupeční šňůry (zhruba 2 týden po narození).
- Především jde o období adaptace na nové vnější prostředí (mimo matčino tělo).
- Průměrná porodní hmotnost novorozence je 3200 g, porodní délka 50 cm.
- Chlapci jsou asi o 200 g těžší a 1 cm delší.
- Typickou činností dítěte je spánek, až 20 hodin denně.

## Novorozenecké období

### Proporcionalita novorozence:

- relativně velká hlava, tvořící asi  $\frac{1}{4}$  délky těla
  - relativně krátké končetiny, asi  $\frac{1}{4}$  délky těla
  - relativně dlouhý trup, asi  $\frac{1}{2}$  délky těla
- 
- Lebeční kosti jsou nespojené.
  - Upravuje se termoregulace.
  - Mění se anatomie oběhové soustavy.
  - Klesá počet červených krvinek (novorozenecká žloutenka).
  - Startuje činnost ledvin.

## Novorozenecké období

- Dítě ještě plně nevnímá smysly (nejvíce vyvinuté ústrojí pohybové a polohové).
- Uplatňují se především novorozenecké nepodmíněné reflexy:
  - sací
  - polykací
  - dýchací
  - obranný = pláč
  - uchopovací
- **Mozek** – intenzivní tvorba synapsí.
- Dítě je plně závislé na péči matky.



<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:CIMG1101.JPG?uselang=cs>



[http://commons.wikimedia.org/wiki/File:New\\_Born.JPG](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:New_Born.JPG)

# KOJENECKÉ OBDOBÍ

VY\_32\_INOVACE\_07



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ



## Kojenecké období

- Začíná 29 dnem života, končí prvním rokem života (12 měsíc).
- Za biologický konec tohoto období je považován přibližně 6 měsíc – období prořezání prvního mléčného zubu.
- Charakteristickým rysem je rychlý růst do délky a zvětšování tělesné hmotnosti dítěte.
- Průměrná výška dítěte na konci 1. roku života je 75 cm, hmotnost zhruba 10 kg.
- Mění se tvar páteře – v důsledku zdvihání hlavičky, později lezení a chůze se vytváří krční a bederní lordóza a hrudní kyfóza.
- Výživa mateřským mlékem (kojení).

## Kojenecké období

- Na základě zkušenosti dochází k rychlému rozvoji nervové soustavy, smyslového vnímání a pohybových schopností.
- Rozvoj motoriky postupuje od hlavy dolů a od trupu ke končetinám. První pohyby jsou pohyby orgánů hlavy (úst, očí) a konečně pohyby samotné hlavy. Po pohybech hlavy následují pohyby trupu, pak pohyby horních končetin a nakonec pohyby dolních končetin.
- Dítě začíná lézt a později chodit zhruba kolem 1. roku života.
- Dítě začíná rozumět řeči a začíná samo mluvit (slabiky).

## Kojenecké období

- Vznikají emocionální vazby.
- Citový vývoj je vázán na osobu, která o dítě pečuje.
- Citový vztah k matce se prohlubuje a dítě je na ní stále plně závislé.
- Pozorujeme i první známky socializace.
- Příjemné a nepříjemné pocity (nasyčení – hlad, spokojenost – úzkost) dítě spojuje s uspokojováním biologických potřeb.

## Kojenecké období



<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Baby.JPG?uselang=cs>

# BATOLECÍ OBDOBÍ

VY\_32\_INOVACE\_08



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Batolectí období

- Probíhá ve 2. a 3. roce života.
- Biologicky je toto období vymezeno růstem mléčného chrupu a ovládnutím chůze.
- Dochází k rychlému motorickému rozvoji.
- Dítě zdokonaluje lezení a chůzi po dvou.
- Vzhledem ke krátkým dolním končetinám má chůze typický (batolivý-kolébavý) charakter.
- Ve 2. roce vyroste dítě asi o 12 cm a dosáhne asi ½ své konečné délky v dospělosti.
- Typickou činností dítěte v tomto období je napodobování slova i činnosti.

## Batolecí období

- Dítě přijímá již kombinovanou stravu.
- Kolem 30. měsíce má dítě vytvořený kompletní mléčný chrup.
- Srůstají lebeční kosti.
- V prudkém rozvoji pokračuje soustava nervová, mozek.
- Zdokonaluje se řeč (asi ve třech letech se dítě učí 10 nových slov každý den).
- V sociální oblasti se dítě sblíží s blízkými lidmi, je již schopné rozlišovat rodinné příslušníky.
- Postupně si začíná hrát nejen samo, případně vedle jiných dětí, ale i společně s jinými dětmi.

## Batolecí období

- Do života batolete vstupuje řád.
- Učí se dodržovat určitá pravidla, aby vyšlo s ostatními. Při nedodržení těchto pravidel následuje trest.
- Batole se má naučit milovat zároveň svoji svobodu i řád, v jehož rámci tato svoboda platí.
- Dochází k sebeuvědomování (3 až 4 rok) – batole začne používat slovo „já“ (chci-nechci)
- Objevuje se tzv. batolecí vzdor (první období sebeprosazování).



## Batolečí období



[http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Walter\\_de\\_Maria\\_Vertikaler\\_Erdkilometer.jpg](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Walter_de_Maria_Vertikaler_Erdkilometer.jpg)

# PŘEDŠKOLNÍ VĚK

VY\_32\_INOVACE\_09



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Předškolní věk

- Trvá přibližně od 3 do 6-7 let.
- Končí nástupem dítěte do základní školy.
- Zřetelně se mění celková tělesná konstituce dítěte.
- Dochází k poměrně výraznému růstu organismu (5-10 cm ročně), přičemž nárůst hmotnosti se zřetelně zpomaluje (pouze na 2-3 kg)
- Dochází k výraznému rozvoji centrálního nervového systému a vegetativních funkcí (nárůst kapacity paměti).
- Charakteristickým znakem je rozvoj pohybové aktivity a intenzivního smyslového a citového vnímání.

## Předškolní věk

- Dochází k prořezávání prvních trvalých zubů.
- Zdokonalení hrubé motoriky (chůze), ke konci i jemné motoriky (psaní).
- Velký rozvoj řeči, paměti (říkanky, básničky, jméno, kde bydlí, kolik je mu let), fantazie, kresby (rozlišení barev).
- Dítě se orientuje v čase, hraje si s vrstevníky, dochází k rozvoji psychických a sociálních schopností (zařazení se do kolektivu).
- Období výrazné fantazie a představivosti (vymýšlení představ – lhaní).
- Období otázek PROČ?

# ŠKOLNÍ VĚK

VY\_32\_INOVACE\_10



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Školní věk

- V 7 letech začíná tzv. druhé dětství. Tato etapa končí ve 14 – 15 letech života.

### Období rozdělujeme na:

- Mladší školní věk
- Starší školní věk

## Mladší školní věk

- Toto období začíná v 6 –7 letech, končí začátkem tělesného a psychického dospívání, tj. asi do 11 –12 let.
- Zdokonaluje se hrubá i jemná motorika. Dítě dospívá k cílenější pohybové aktivitě, pohyby jsou rychlejší, lépe koordinované, vzrůstá síla.
- Vysoká a spontánní pohybová aktivita.
- Dochází ke zpomalení a rovnoměrnosti tělesného růstu (5 cm a 2 - 3 kg ročně).
- Důležitou změnou je nástup dítěte do školy – nová sociální role školáka.

## Mladší školní věk

- Zlepšuje se smyslové vnímání, rozvíjí se paměť, myšlení a řeč, zlepšuje se schopnost koncentrace.
- Dítě si osvojí psanou řeč, roste slovní zásoba, složitější vyjadřování, přechod k rozvitým větám.
- Rozvoj logického myšlení (abstrahování, konkretizace, zobecňování).
- Vývoj zájmů ovlivněn zájmy rodičů, výchovou ve škole,
- Na začátku tohoto období dítě své city neumí skrývat, postupná převaha rozumové složky, více kontroluje citové projevy. Rozvoj vyšších citů.
- Utváří se charakter.
- V sociálním vývoji má významnou úlohu rodina, také učitel a spolužáci.



## Starší školní věk - Puberta

- Období bouřlivého rozvoje organismu.
- Probíhá přibližně od 11 let do 14 – 15 let.
- Základní charakteristikou tohoto období je pohlavní dospívání a růstový spurt (růst až 15 cm ročně, u dívek ukončen přibližně v 15 letech, chlapců v 18 letech).
- Veliké rozdíly mezi pohlavími (u dívek dřívější nástup puberty).  
Jde o přechodové období mezi:
  - dětstvím a dospělostí
  - hrou a prací
  - závislostí na rodičích a samostatným životem

## Starší školní věk - Puberta

- Puberta je inicializována hormonálními signály z mozku do pohlavních orgánů.
- Hormony aktivní v tomto období jsou produkovány hypofýzou, kterou řídí **hypothalamus**.
- Tyto hormony ovlivňují aktivitu pohlavních žláz – varlata a vaječníky. Ty začnou produkovat **testosteron** (varlata) a **estrogeny** (vaječníky) – hlavní původci změn v tomto období.

## Starší školní věk - Puberta

### Fyzické změny u chlapců:

- zvětšení varlat, šourku a penisu
- ochlupení stydké krajiny, hlas začíná mutovat
- rychlý růst penisu, varlat, šourku
- první výron semene – poluce (pohlavní dospělost – možnost plození dětí)
- enormní růst do výšky, rozšiřování ramen
- objevuje se ochlupení v podpaží, začínají růst vousy
- změny kůže, akné
- vývoj muskulatury (svalů)

## Starší školní věk - Puberta

### Fyzické změny u dívek:

- zaoblování kyčlí, tvorba tukových polštářů
- růst prsů a bradavek
- ochlupení stydké krajiny, v podpaží
- rychlý růst vaječníků, pochvy, dělohy a stydkých pysků
- rychlý tělesný růst
- dozrávání prvních vajíček a nástup menstruace (pohlavní dospělost – možnost plození)
- rozšiřování dolní části pánve

## Starší školní věk - Puberta

### Psychické změny (obě pohlaví):

- vnímání je na úrovni dospělého člověka
- výrazně posílena logická a úmyslná paměť
- bouřlivá představivost a fantazijní představy
- rozvoj logického myšlení (deduktivní představy)
- zlepšuje se slovní zásoba, cizí terminologie, odlišení slovníku od mladších věkových kategorií
- city se vyznačují velikou intenzitou a živostí, jsou labilní (černo-bílé)
- snaha o samostatnost provázena nejistotou, nevěří si

## Starší školní věk - Puberta

### Sociální vztahy a chování:

- odklon od dospělých, krize autority rodičů, konflikty s dospělými,
- vazba na druhé pohlaví
- vznikají trvalá přátelství
- hra ustupuje zájmům (zájmy vyhraněnější)
- volba budoucího povolání
- v chování podrážděnost, impulsivnost, unáhlené závěry
- zvýšená kritičnost, nedostatek sebeovládání
- zvýšená pozornost vlastní osobě (sebeobdiv-sebepodceňování)
- snaha o osamostatňování, vzdor, neochota

# ADOLESCENCE

VY\_32\_INOVACE\_11



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Adolescence

- Označováno jako období dospívání (psychického a rozumového).
- Období od 15 do 18 až 20 roku života.
- Růst do výšky se zpomaluje a zastavuje.
- Zvýrazňují se rozdíly mezi pohlavími.
- Vrchol fyzické výkonnosti a intelektuálních schopností.
- Osamostatnění se, sebekontrola, samostatnost.
- Získání emocionální rovnováhy (pozitivní city, rozvoj vyšších citů).
- Racionální, objektivní myšlení (cílevědomé úsilí o řešení problémů)



## Adolescence

- Zařazení do společnosti, utváření vlastních názorů, postojů, morálních hodnot a světového názoru.
- Vztahy s rodiči jsou ovlivněny ekonomickou závislostí.
- Vznikají generační spory (kritičnost, nedostatek tolerance, konflikt).
- Zakládání partnerských a milostných vztahů, první lásky.
- Formování životního stylu, způsobu života.
- Formulování zásadních životních cílů a jejich postupná realizace.

# DOSPĚLOST

VY\_32\_INOVACE\_12



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Dospělost

- Dospělost je nejdelším životním obdobím člověka.
- Období největší produktivity člověka.
- Dochází ke stabilizaci osobnosti (temperamentových, charakterových vlastností, zájmů, cílů, hodnot).
- Jde o velmi dynamické období – práce, zakládání rodiny , výchovy dětí, realizací životních cílů, vykonávání řady společenských rolí.
- Období dospělosti z důvodu jeho délky rozdělujeme na tři období.
- Často se můžeme setkat s velkým rozdílem v myšlení, cítění a v sociálním chování u dospělého 20ti letého a dospělého 60ti letého člověka.

## Dospělost

### Období dospělosti:

- dospělost 18 - 30 let (ranná)
- zralost 30 - 45 let (střední)
- střední věk 45 - 60 let (pozdní)

## Ranná dospělost

- Období od 18. do 30. roku života člověka
- Postupně se ukončuje tělesný růst a vývoj motoriky.
- Období vrcholné fyzické a psychické aktivity.
- Maximální rozvoj všech poznávacích funkcí, myšlení, paměti, intelektu.
- Realizovány životní cíle, naplňovány hodnoty, identifikace s rolí dospělého, samostatnost v rozhodování, sebedůvěra, schopnost stát si za svým názorem , odpovědnost za sebe a své jednání.
- Sexuální aktivita, nacházení trvalého partnera, založení nové rodiny, plození dětí.
- Období realizace pracovních činností.

## Střední dospělost (zralost)

- Obdobím stabilizace ve vývoji tělesném, psychickém i sociálním.
- Období od 30 do 45 let.
- Přetrvává vrchol produktivity, ke konci období dochází ke zhoršování některých funkcí (snížení motorické výkonnosti, zrakové a sluchové ostrosti, zhoršuje se paměť).
- Upevnění identity, stabilizují se partnerské vztahy, dochází k předávání zkušeností dětem.
- Profesní růst až dosažení vrcholu svého postavení.
- Člověk se stává spolehlivým, má stále názory, ale je schopný kompromisu.
- Řeší problémy konstruktivně.
- Velká odpovědnost vzhledem k rodině i povolání.

## Pozdní dospělost (střední věk)

- Období bilancování, odpověď na otázku, zda to, čeho člověk dosáhl, odpovídá očekávání či nikoliv.
- Období od 45 do 60 až 65 let.
- Výraznější úbytek fyzických sil, snižuje se výkonnost, atrofie svalstva, snižuje pružnost kůže - vznikají vrásky, zhoršuje se zrakové a sluchové vnímání, objevují se zdravotní potíže, zhoršení reprodukční schopnosti.
- Dochází ke změnám v sociálních vztazích, děti se osamostatňují (syndrom prázdného hnízda - deprese), sociální vztahy se zužují, na konci období odchod do důchodu (změna sociálního zařazení).
- Nutnost najít si oblast, kde mohou zažít úspěch, uplatnit se.

# STÁŘÍ

VY\_32\_INOVACE\_13



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ



## Stáří

- Stáří je poslední etapou lidského života.
- Stárnutím se zpravidla rozumí souhrn změn ve struktuře a funkcích organismu, ze společenského hlediska je člověk starý, když je za takového pokládán ostatními členy společnosti.
- Počáteční hranicí je věk 60 až 65 let, období končí smrtí.
- Dochází k funkčním a morfologickým změnám celého organismu, nástup těchto změn je však individuální ale nezvratný.

# Stáří

## Toto období se dělí na:

- stáří (60 - 75 let)
- vysoké stáří (nad 75 let)
- kmetský věk (nad 90 let)

# Stáří

## Fyzické změny ve stáří:

- pokles tělesné hmotnosti, výšky a proporcí, změkčování kostí
- snížení pohyblivosti jedince (rychlost a pružnost svalů)
- snížení výkonnosti srdce, plic a cévního systému (riziko infarktu)
- ztrácení imunity, ospalosti, nižší vitalita
- změny vzhledu a vlastností kůže (hluboké vrásky a pigmentové skvrny)
- zhoršení zraku a sluchu (dezorientace, nervozita, podrážděnost)
- změna termoregulace (hůře se přizpůsobuje změnám klimatu)
- lámavost vlasů, šednutí vlasů
- vyšší náchylnost na nemoci

# Stáří

## Psychické změny:

- zhoršuje se nervosvalová koordinace (podrážděnost)
- zhoršuje se mluva (pomalá koktavá), paměť
- snižuje se produktivita
- podrážděnost, podezíravost, nezájem o okolí
- stáří je nutné hodnotit velmi individuálně
- období bilancování života

# TEMPERAMENT

VY\_32\_INOVACE\_14



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

# Temperament

Temperamentum → smíšení něčeho v určitém poměru

Temperament určuje živost a vznětlivost lidské povahy → každý z nás se v běžných situacích projevuje odlišně.

Naše aktivita, motorika, rychlost a síla reakce, emoce, nálady jsou dány odlišností našeho temperamentu.

# Temperament

Temperament člověka závisí na zděděných vlastnostech nervové soustavy → je tedy z větší části vrozený.

Výchovou a sebevýchovou můžeme své vlastnosti dané temperamentem pouze usměrňovat.

Nejstarší teorii temperamentů vypracoval ve 4.- 5. století př.n.l. řecký lékař Hippokrates a později ve 2. století Galénos z Pergamu.

## Hippokratovo-Galénova typologie

Tito lékaři rozlišili čtyři hlavní typy „lidských povah“ podle převládající tělesné tekutiny – „šťávy“ (humorální typologie):

krve (sanguis)

žluče (cholé)

černé žluče (melancholé)

slizu (flegma)

Vycházeli z nevědeckého pojetí mísení šťáv v lidském těle, které nebyly nikdy dokázány. Přesto na základě přesného pozorování dospěli ke správným **charakteristikám** platným dodnes.



# TEMPERAMENTOVÉ TYPY

VY\_32\_INOVACE\_15



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Základní typy temperamentu

Rozlišujeme čtyři základní typy temperamentu:

**SANGVINIK**  
**CHOLERIK**  
**MELANCHOLIK**  
**FLEGMATIK**

# Sangvinik

## Sangvinik - krev

vyrovnaný, aktivní, přiměřeně reagující, živý

citové vzrušení: povrchní, nestálé

základní nálada: veselá

živý člověk, ideální na cesty, psychicky rychlý, zbrklý, ukvapený, úsudek dělá podle povrchností, mluví o sobě, neudrží tajemství, rychle mluví, gestikuluje, hodně komunikuje

# Cholerik

## Cholerik - žluč

prudký, výbušný, vznětlivý, dráždivý

citové vzrušení: výbušné citové reakce, špatné sebeovládání  
základní nálada: mrzutá, buďto vše skvělé nebo opak, extrémny  
v náladách, výbušné reakce, snadno se citově vzruší, mluví  
hodně a nahlas, hodně chodí a gestikuluje, jsou na sebe pyšní,  
odmítají cizí pomoc, nejsou soucitní, nesvěřují se, pevná vůle,  
chvilková soustředěnost, pomáhají druhým

## Melancholik

### Melancholik – černá žluč

vážný, hloubavý, sklíčený, emotivně založený

citové vzrušení: silné, hluboké, trvalé emoce

základní nálada: smutná, velmi silné a hluboké emoce, pamatuje si to, málo mluví, sklíčený, není schopný navázat komunikaci, málo se pohybuje, mluví pomalu, tichým hlasem, velmi přizpůsobivý situaci, soucitný, snaží se pomoci při citových problémech, obětavý, pomáhá, tichý, neprůbojný, nepotřeba se prosadit

# Flegmatik

## Flegmatik – sliz

nevzrušivý, stálý, lhostejný

citové vzrušení: citová vyváženost, nesnadná vzrušivost

základní nálada: vyrovnaná, neutrální, nesnadno se citově vzruší, citově lhostejný, silný, mluví pevným, klidným hlasem, nespolehlivý, pohodlný, odpouští, malý zájem o okolí, milují klid a jídlo, nemají vyšší cíle, špatně navazují přátelství

## Extravert x Introvert

Podle toho, zda je člověk více zaměřen na realitu a společnost nebo na sebe a svůj vnitřní svět rozlišujeme osobnosti na extraverty nebo introverty.

**EXTRAVERT** ▶ člověk společenský, otevřený, zaměřen navenek, činorodý, kontaktní, přístupný.

**INTROVERT** ▶ člověk nespolečenský, uzavřený, zaměřen na sebe a svůj vnitřní svět, nepřístupný, většinou s bohatou fantazií a představivostí.



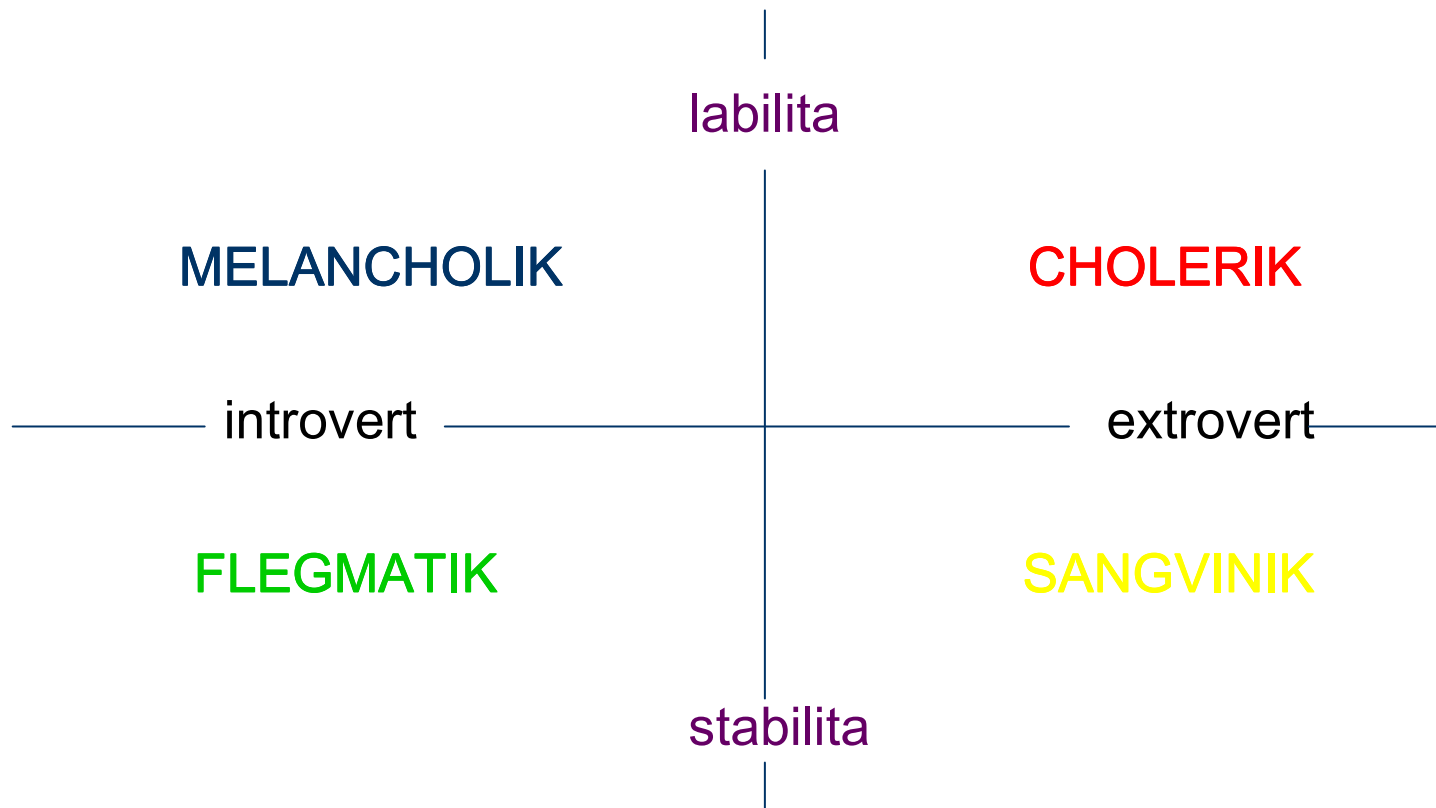
Velmi důležitou součástí temperamentu jsou projevy nervové soustavy.

**Labilita** ▶ nervová nestálost, nevyváženost, nepředvídatelné, náhlé změny nálad.

**Stabilita** ▶ nervová stálost, schopnost udržet osobnost bez výkyvů nálad a reakcí při zátěži.



## Osobnostní kříž



# CHARAKTER

VY\_32\_INOVACE\_16



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

# Charakter

Charakter → z řeckého charasseís = vyrýt

## Charakter je:

- soubor relativně stálých vlastností člověka
- úzce souvisí s morálkou a svědomím člověka
- označuje morální pevnost člověka
- určuje zda jedinec bude usilovat pouze o své osobní cíle nebo bude myslet i na druhé
- charakter většinou spojujeme s kladnými morálními vlastnostmi



Charakter je ta část osobnosti, kteřa se nedědí, ale získává v průběhu života.

Morální postoje získáváme nejprve ze svého okolí a postupně je přijímáme za vlastní (vliv rodiny, okolí, vrstevníků, vzorů...).

Utváří se především v předškolním věku, zhruba od 3 do 8 let.

Je ovlivňován rozumovou vyspělostí člověka a částečně i naším temperamentem.

# Charakter

## Charakter se projevuje:

- ve vztahu k sobě samému (např. sebeúcta, samolibost, upřímnost)
- ve vztahu k druhým lidem (např. slušnost, úcta, závist, takt)
- ve vztahu k práci (např. pracovitost, usilovnost, lenivost, přesnost)
- ve vztahu k hodnotám (hmotným - věcem i duchovním - životu)

## Morálka a svědomí

**Morálka** ▶ soustava norem chování lidí ve společnosti odpovídajících době proměnlivým názorům na zlo a dobro.

Schopnost rozlišovat, co je „dobré“ a „špatné“.

**Svědomí** ▶ vnitřní měřítko morálnosti našeho jednání.

Jakýsi „vnitřní hlas“ v nás samých, který nás upozorňuje, že naše činy nebo myšlenky jsou v souladu či rozporu s naším konceptem dobra a zla.

# INTELIGENCE

VY\_32\_INOVACE\_17



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

# Intelligence

Intelligence → všeobecná rozumová výkonnost

## Projevuje se:

- ve schopnosti rozpoznávat souvislosti a využívat je při řešení problémů
- v rychlém, pružném a správném logickém myšlení
- v pohotovém a přesném vyjadřování (bohatá slovní zásoba)
- dobrou pamětí, představivostí, kreativitou
- ve schopnosti učit se ze zkušenosti aj.



## Intelligenční kvocient - IQ

Úroveň inteligence (IQ) se měří pomocí intelligenčních testů.

### IQ – intelligenční kvocient

IQ vyjadřuje poměr tzv. mentálního a chronologického věku (x100).

Mentální věk ▶ skutečná úroveň intelektového vývoje jedince

Chronologický věk ▶ kalendářní věk

$$\text{IQ} = \frac{\text{mentální věk}}{\text{chronologický věk}} \times 100$$

## Stupně inteligence

- 140 a více genialita (0,2% populace)
- 130-139 výjimečná inteligence (2,8% populace)
- 120-129 vysoce nadprůměrná inteligence (6% populace)
- 110-119 nadprůměrná inteligence (12% populace)
- 90-109 průměrná inteligence (50% populace)
- 80 - 89 podprůměrná inteligence (10% populace)
- 70 - 79 velmi podprůměrná inteligence (10% populace)
- 50 - 69 nižší stupeň slabomyslnosti (6,8% populace-tzv. debilita )
- 20 - 49 střední stupeň slabomyslnosti (2% populace- tzv.imbecilita)
- 0 - 19 těžký stupeň slabomyslnosti (0,2% populace-tzv. idiocie)

## Mensa

Mensa je mezinárodní společenská organizace sdružující nadprůměrně inteligentní lidi bez rozdílu rasy a vyznání.

Základ organizace tvoří nadnárodní **Mensa International**. Pod jejím dozorem pak vznikají a působí jednotlivé národní pobočky. Jednou z nich je i **Mensa České republiky**, která vznikla v roce 1991.

Členem se může stát každý, kdo dosáhne věku 14 let a v testu inteligence výsledku mezi horními dvěma procenty celkové populace (na stupnici používané v Čechách odpovídá IQ 130).

Děti mezi 2,5 a 14 lety se mohou stát členy **Dětské Mensy**.

# MOTIVY LIDSKÉHO JEDNÁNÍ

VY\_32\_INOVACE\_18



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Motiv

**Motivy** – psychologické příčiny (pohnutky) reakcí, jednání, činností směřující především k uspokojování lidských potřeb.

Nejdůležitějšími druhy motivů lidského jednání jsou  
**potřeby a zájmy.**

# Motiv

## Druhy motivů:

- pudy (pud pohlavní, mateřský atd.)
- zájmy (získané motivy – záliby)
- aspirace (ambice – ctižádost, sebeuplatnění)
- ideály (vzorové cíle – způsob života)
- zvyky (tendence vykonávat za určitých podmínek stejné činnosti)

# Potřeby

Potřeby pocítujeme nepříjemně jako nedostatek nebo nadbytek, který musíme uspokojit nebo odstranit.

## Základní třídění potřeb:

- nižší – fyziologické
- vyšší – psychické a sociální

## Potřeby

Fyziologické potřeby - jsou základní potřeby lidského organismu a mají nejvyšší prioritu (zachovávají lidský život).

Skládají se převážně z těchto potřeb:

- potřeba dýchání
- potřeba regulace tělesné teploty
- potřeba tělesné integrity
- potřeba vody
- potřeba spánku
- potřeba přijímání potravy
- potřeba vylučování a vyměšování
- potřeba pohlavního styku



## Potřeby

Jakmile jsou naplněny fyziologické potřeby, začnou narůstat další (psychické a sociální) potřeby.

- potřeba jistoty a bezpečí
- potřeba lásky, přijetí, sounáležitosti
- potřeba seberealizace
- duchovní potřeby (sebetranscendence)

## Zájmy

Zájmy vyjadřují vztah člověka k něčemu, co má pro něj význam a hodnotu.

Jde o uvědomělé a většinou dlouhodobé aktivity na vybranou oblast poznávání a seberealizace.

Zájmy mající převážně rekreační charakter označujeme jako koníčky. Přispívají k relaxaci, zábavě, rozvoji osobnosti, často jsou náplní volného času.

# RYSY OSOBNOSTI

VY\_32\_INOVACE\_19



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Risy osobnosti

### Povahové vlastnosti:

- psychické vlastnosti, které se projevují určitým způsobem chování, jednání a prožívání jedince
- rysy jsou relativně stálé a neměnné, v průběhu života se jen částečně pozmění

## Rysy osobnosti

### Povahové rysy osobnosti zahrnují:

- temperamentové rysy
- charakterové rysy
- schopnosti
- motivy
- postoje
- volní vlastnosti

## Rysy osobnosti

**postoje** - sklony člověka reagovat ustáleným způsobem na předměty, osoby a situace, odrážejí jejich hodnocení člověkem

**volní vlastnosti** - vlastnosti podmíněné vůlí člověka; vyjadřují cílevědomé úsilí směřující k dosažení vědomě vytyčeného cíle, které je vlastní jen člověku (např. odpovědnost, vytrvalost, spolehlivost, zásadovost, sebekritičnost...)

# SCHOPNOSTI

VY\_32\_INOVACE\_20



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

# Schopnosti

## Schopnosti

- přirozené nebo získané vlastnosti osobnosti, které jedinci umožňují naučit se a vykonávat určitou činnost
- nejsou vrozené jako takové, jsou získané
- rozvíjí se na základě vloh = vrozená dispozice pro utváření schopností
- vlohy se rozvíjejí vlivem vhodného prostředí a výchovou
- schopnosti se rozvíjejí především učením a praxí



## Druhy schopností

Rozlišujeme celou řadu schopností.

Vlohy a schopnosti se mohou týkat různých oblastí např. pohybové, umělecké, jazykové, matematické, komunikativní a další.

### Rozlišujeme schopnosti:

- **obecné** - zaručují úspěšnost v běžném životě, často jsou ztotožňovány ve všeobecnou inteligenci
- **specifické** - zajišťují úspěšnost v určitém konkrétním oboru

## Stupně schopností

1. **Nadání** – soubor dobře vyvinutých schopností k podávání nadprůměrných výkonů v nejrůznějších oblastech činností.
2. **Talent** – zcela mimořádně rozvinutá schopnost.
3. **Genialita** – mimořádně rozvinutý talent, nejvyšší úroveň intelektových nebo tvůrčích schopností.

## Dovednosti

**Dovednost** – připravenost vykonávat určitou činnost získaná na základě cvičení, učení a získané zkušenosti.

Z vrozených vloh se rozvíjejí naše schopnosti, které jsou předpokladem pro získání dovedností.

Jedna schopnost může rozvíjet více dovedností a naopak.

Dělí se nejčastěji na motorické, senzomotorické (smyslové) a intelektové.

## Použitá literatura, zdroje:

- JANOŠKOVÁ, D., ONDRÁČKOVÁ, M., *Občanská výchova 8 příručka učitele pro základní školy a víceletá gymnázia*. 1. vyd. Plzeň: Fraus, 2005. ISBN 80-7238-394-9. s.8, 27, 28, 30, 31, 39
- JANOŠKOVÁ, D., ONDRÁČKOVÁ, M., *Občanská výchova 8 učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia*. 1. vyd. Plzeň: Fraus, 2005. ISBN 80-7238-393-0. s. 6, 7, 16, 17, 20, 21.
- *Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Ontogeneze* [online]. c2012 [citováno 30. 08. 2012]. Dostupný z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Ontogeneze&oldid=9407924>>
- *Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Postnatální vývoj člověka* [online]. c2012 [citováno 30. 08. 2012]. Dostupný z WWW: <[http://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Postnat%C3%A1ln%C3%AD\\_v%C3%BDvoj\\_%C4%8Dlov%C4%9Bka&oldid=9406350](http://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Postnat%C3%A1ln%C3%AD_v%C3%BDvoj_%C4%8Dlov%C4%9Bka&oldid=9406350)>
- *Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Batole* [online]. c2012 [citováno 30. 08. 2012]. Dostupný z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Batole&oldid=9410325>>
- *Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Dětství* [online]. c2012 [citováno 30. 08. 2012]. Dostupný z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=D%C4%9Btstv%C3%AD&oldid=8530638>>
- *Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Stáří* [online]. c2012 [citováno 30. 08. 2012]. Dostupný z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=St%C3%A1%C5%99%C3%AD&oldid=9412636>>
- PIAGET, Jean; INHELDER, Bärbel. *Psychologie dítěte*. Překlad Eva Vyskočilová. 4. vyd. Praha : Portál, 2001. ISBN 80-7178-608-X.

- obrazové přílohy jsou dostupné pod GNU Free documentation License / Public domain na:<<http://www.commons.wikimedia.org/>>.
- HAVELKOVÁ, M. *Ontogeneze člověka* [online]. [citováno 30. 08. 2012]. Dostupný z WWW: :<<http://www.ped.muni.cz/whealthedu/.../RVVkJZONTOGENEZEPROWEB.d...>>