

## Ontogenetický vývoj dělíme na období:

### A. prenatální – 1) zárodečné 2) plodové

### B. perinatální (od 26. týdne vývoje do 4. týdne po porodu)

### C. postnatální

- 1. novorozenecké
- 2. kojenecké
- 3. batole
- 4. předškolní věk
- 5. mladší školní věk
- 6. starší školní věk
- 7. období dorostového věku
- 8. období plné dospělosti (18-30 let)
- 9. období mladého věku (30-45 let)
- 10. období středního věku (45-60 let)
- 11. období stárnutí (60-75 let)
- 12. období starého věku (75-90 let)
- 13. období stařecké (nad 90 let)

### kojenecké období

- do konce 1. roku

- 75 cm, 10 kg
- potrava-mateř. mléko, Sunar
- od 4. měsíce přidání rozmix. vybraných potravin
- intenzivní růst, psychický i fyzický vývoj.
- Vrozené reflexní pohyby, vývoj vzpřimování, uchopování a lokomoce
- citlivé reakce na změny prostředí (pláč)
- konec 1. roku: 3–5 slov (máma, táta)

### batolecí období

- od konce 1. do 3. roku

- vývoj motoriky-stání, sezení, vývoj chůze, běhu a manipulace s předměty
- od jednoho roku dítě kutálí míčem a hází, před hodem a skokem se vždy zastaví
- rozvoj smyslového vnímání a řeči, prořezávání zubů
- neuropsychický vývoj, hygienické a společenské návyky
- 2. rok – 200 slov „ne“, věty 2–3 slova, „co je to?“
- 3. rok: značné rozšíření (až 1000 slov, otázka „proč?“, krátká básnička, „já“)

### předškolní věk

- konec 3.-6. rok

- rozvoj společenského chování
- rozvoj CNS i vegetativních funkcí
- změna těles. proporcí, prořezávání trvalého chrupu
- důležité pohybové aktivity a hry
- dítě ve čtyřech letech dokáže spojit běh se skokem

### mladší školní věk

konec 6. roku - 12 rok

- první rysy nadání, rozvoj pohyb. dovedností, učení, paměti
- začlenění do kolektivu
- V šesti letech teprve dítě dokáže spojit chytání a házení, touha po společnosti, hra s tvořivými prvky a s pravidly

- V šesti prudký rozvoj slovní zásoby, opakuje básničky, delší a složitější věty Sociální vývoj – důležitý dětský kolektiv, probíhá socializace
- v osmi letech děti již dokáží organizovaně spolupracovat při hře, začínají se objevovat značné rozdíly ve výkonnosti jedinců vlivem odlišného působení vnějšího prostředí a rozvoje individuálních vloh
- období 8–12 let se popisuje jako zlatý věk motorického učení.

#### starší školní věk = dospívání

12. - 15. rok

- vliv puberty (= maturace, zrání)
- morfologické, fyziologické i psychické změny-zvýšená produkce hormonů
- dívky-menstruace
- chlapci-změna hlasu (= mutace)
- první poluce, onanie (= sebeukájení)
- psychosexuální dospívání
- citové vztahy
- k opačnému
- pohlaví

#### adolescence

- 15. - 18. rok

- fyz. i psych. dozrávání, ukončen růst do výšky
- dochází k duševnímu dospívání, tvoří se mravní hodnoty
- vzniká harmonická psychická struktura, ale stále citová rozkolísanost, pohyby jsou
- plynulejší, koordinovanější, vystupování jistější a estetičtější
- od šestnácti let-vrchol motorické aktivity.

#### dospělost

21. - 30. rok

Ve dvaceti letech je člověk na vrcholu své tělesné motoriky, i když se dále rozvíjí pohybové schopnosti, objevují se obrovské rozdíly mezi trénovanými a netrénovanými jedinci, ženy mají nižší sportovní výkonnost než muži, jen v ohebnosti jsou výrazně lepší.

- dokončen růst těla a nervové soustavy
- největší fyz. a psych. aktivita
- vznik nové generace

*Předškolní období* rozmezím od 3 do 6 až 7 let. Konec vývojového období není závislý na věku dítěte, nýbrž na sociálním ukazateli-nástupu do základní školy.

*Období nevyčerpatelné duševní i tělesné aktivity a velkého zájmu o okolní jevy.*

#### **Tělesný a motorický vývoj**

*Jedinec v tomto období vyroste průměrně o 5-7 cm a ročně přibere 2-3 kg. Dojde k prodloužení jeho končetin a vývoji souměrnějších proporcí mezi hlavou a tělem.*

*Páteř předškolního dítěte má již tvar dospělého jedince. Z oblasti svalů je nejvíce patrný vývoj velkých svalových skupin (stehenní a hýžd'ové, zádové a prsní svaly). Na počátku vývojové etapy má dítě prořezané již všechny mléčné zuby, mezi pátým a šestým rokem života začíná*

*dítě mléčný chrup ztrácet a postupně začíná růst chrupu trvalého. Na konci předškolního období dítě váží přes 20 kg a měří průměrně 116 cm.*

### **Motorický vývoj**

*Dochází ke zdokonalování pohybové koordinace. Zpřesňují se pohyby, dítě je hbitější. Často se v tomto věku začíná učit jezdit na kole, bruslit i lyžovat. Pohyb se objevuje také v dětské hře a zahrnuje skákání, stoj na jedné noze, házení, lezení po žebříku či běh po schodech. Dítě se postupně plně rozvine v sebeobsluze. Naučí se obléct a svléct, uklízet hračky, zavazovat tkaničky a plnit hygienické úkony.*

*Masivní rozvoj jemné motoriky je velmi patrný v dětské kresbě. V předškolním období se v dětském obrázku lidské postavy setkáváme se třemi vývojovými stadii.*

*První vývojové období se nazývá stadium hlavonožce. Tuto kresbu můžeme pozorovat zhruba ve 3 letech dítěte. Dětské vnímání lidského těla vychází ze zkušeností s vlastním těle a také z pozorování lidí ve svém okolí. Největší význam má pro dítě hlava, kterou zvládne zobrazit i s detaily obličeje. Tělo bývá vynecháno, ruce a nohy nejčastěji vycházejí z hlavy.*

*S vývojem jemné motoriky také souvisí vyhranění laterality. Během předškolního období u dítěte začne dominovat pravá nebo levá hemisféra.*

*Vývoj sociálních rolí lze pozorovat s vývojem hry. **Dvouleté děti si hrají ve stejné místnosti, podobným způsobem, avšak každé samo.** Jedná se o souběžnou (paralelní) hru, pro niž je typické také vzájemné okukování. **Již před třetím tokem dítěte se objevuje hra společná – asociativní, která postupně začíná převažovat.** Děti pracují na společném projektu, půjčují si materiál. **Později se objevuje hra kooperativní, typické je rozdělení rolí a organizovaná spolupráce.** U společných her se objevuje obliba některých spoluhráčů, ale také soupeřivost mezi dětmi. **Dítě se od vrstevníků učí způsoby chování, vést ostatní i umět se podřídit, soupeřit a spolupracovat.** *Vztahy mezi dětmi jsou však většinou nahodilé a přelétavé, nejvíce je dítě stále závislé na svých rodičích.**

*V tomto období dochází k významné diferenciaci ženské a mužské role. Dítě začíná samostatně přejímat mužské či ženské chování ve svých postojích a zájmech. Vliv má postoj dítěte ke vzorům svého chování, tedy vztah chlapce k otci a dívky k matce.*

*Častým opakováním úkonů vznikají návyky. Jedná se především o samoobslužné postupy. Průběžně se děti učí vykonávat stále složitější činnosti.*

*Úmyslné zapamatování je vhodné trénovat ještě před zahájením školní docházky, například prostřednictvím her s pravidly.*