Výchova ke zdraví 8. třída

Zadání práce na týden
23. 3. - 27. 3. 2020

Celé důkladně přečtěte a do sešitu opište kompletně téma. Kojenec (Prenatální období a novorozenec, pouze přečíst). Omlouvám se, že téma ne zcela navazuje dle věku, ale je probrat vše­😊. Příští týden Nás čeká z této a předešlé látky test.

Etapy psychického vývoje: prenatální období, novorozenec, kojenec. Psychologická charakteristika těchto období, jejich význam pro další vývoj

**Prenatální období**

Prenatální období zahrnuje dobu od početí po narození dítěte, trvá přibližně 40 týdnů (9měsíců) a může být rozděleno do tří etap:

1. **oplodnění a vytvoření zárodku** (cca první tři týdny)
2. **embryonální období** (4.-12. týden) - vytvoření základů orgánů, přičemž zárodek je velmi citlivý na faktory narušující vývoj orgánů nebo jejich funkce
3. **fetální období** (od 12. týdne do porodu) - orgány jsou vyvinuty a začínají plnit své funkce

Ačkoli matka ještě nic nevnímá, již na začátku fetálního období (3. měsíc) plod hýbe horními i dolními končetinami, otvírá a zavírá ústa a objevují se úchopové pohyby. Zhruba v 6 měsících po početí dítě reaguje na akustické podněty. Interakce matky a dítěte tedy začíná již v době těhotenství. Na fyziologické úrovni je vzájemná komunikace zprostředkována krví, psychicky pak matka stimuluje dítě svým **hlasem** (novorozené dítě pozná hlas své matky), **pohyby** či svým **psychickým rozpoložením** (přes biochemickou odezvu skrze krev).

**Novorozenec**

Jako novorozenecké období se označuje první měsíc života, kdy se dítě nalézá ve zcela odlišném prostředí (zrakové podněty, hlasité zvuky, doteky, zemská přitažlivost a nárazy) - proto je toto období též často nazýváno **adaptačním**. Novorozenec je vybaven **vrozenými (nepodmíněnými) reflexy**, které mu adaptaci umožňují (hledací, sací, vyměšovací, obranné či úchopové) a nedovede soustředit pozornost po dobu delší než jen několik vteřin. Zraková pozornost může být prodloužena či obnovena předložením nového podnětu. Stejně jako **zrak** je vyvinut i **sluch** (hlas matky), **hmat** (preference tepla), **čich** (dítě pozná matku čichem) a **chuť**.

Novorozenec rozlišuje jen dvě **emoce** - příjemnou a nepříjemnou, a tím **aktivně ovlivňuje prostředí** a zapojuje se do **sociální interakce** (např. napodobuje jednoduché mimické výrazy). Součinnost a nerozdělená pozornost dospělého (zejména matky) je tedy pro vývoj a proces učení klíčová. Přitom je důležitější **kvalita interakcí** nad jejich kvantitou. Nejdůležitější charakteristikou kvalitní interakce je **kontingentní (okamžitá) reakce** matky na projevy dítěte a **konzistence její péče** (dlouhodobý aspekt).

Spánek novorozence je rozdrobený do kratších časových úseků a trvá přibližně 20 hodin denně. Během dne tak můžeme pozorovat 6 behaviorálních stavů dítěte (dle T. B. Brazeltona):

* **Hluboký spánek** - pravidelný dech, zavřené oči, nízký svalový tonus
* **Lehký spánek** (REM fáze) - nepravidelný dech, lehce pootevřené oči, nahodilé záškuby
* **Dřímota** - přechodný stav mezi spánkem a bděním
* **Klidný bdělý stav** - jasný pohled, dítě se dívá a poslouchá, nízká úroveň aktivity - zde probíhá **zapojení do sociální interakce**
* **Aktivní bdělý stav** - otevřené oči, značné pohyby končetin, krátké hlasové projevy
* **Pláč** - velká pohybová aktivita, vysoké svalové napětí, pláč

**Kojenec**

Jako **kojenecké období** se označuje první rok života, přičemž se jedná o **rozhodující období** pro další vývoj. Z přísunu dostatečného množství **podnětů** si dítě odnáší **zkušenosti** (pozitivní i negativní), které determinují základy jeho budoucích **postojů k sobě a okolnímu světu** (např. pokud rodič neustále dítě opravuje, jak si má hrát s hračkou, vytváří mu pocit nešikovnosti a méněcennosti, zanedbávání dítěte má pak za důsledek deprivaci potřeb,...)

Převážné množství informací získává dítě stále ještě pomocí **zraku** (v půl roce zaostří předměty na 1 metr, v novorozeneckém období to je jen cca 25 cm). Postupně se zlepšuje i **úchop** - dítě bere věci mezi palec a ukazovák (tzv. klešťový úchop) a v neposlední řadě i **motorické schopnosti** (účelné pohybování rukama, sezení, lezení, chůze). Motorika tak úzce souvisí s rozvojem **poznávání** (dítě má více dostupných podnětů) a s **osamostatňováním se**.

Dominantním komunikačním prostředkem je stále **pláč** (dítě se již naučilo, že přináší pozornost matky a okolí), přidává se ještě **broukání a úsměv** (4. měsíc). Obojí upoutává pozornost, evokuje reakce a je předznamenáním řeči (žvatlání). Kolem 9. měsíce věku již dítě rozumí jednoduchým slovům, hromadí je v pasivní slovní zásobě a na konci kojeneckého období již přicházejí první **smysluplná slova**.

Ke konci kojeneckého období též dochází k **uvědomování vlastní identity a integrity**. Začíná se projevovat separační úzkost (z odloučení) a strach z cizích lidí. Jedná se o období důležité pro psychický vývoj (v oblasti emocí, sebepojetí, sebedůvěry,...), přičemž pro správný vývoj je nejdůležitější zabezpečit dítěti základní potřeby - **potřebu jistoty a bezpečí** (vřelé, laskavé a stálé sociální prostředí).