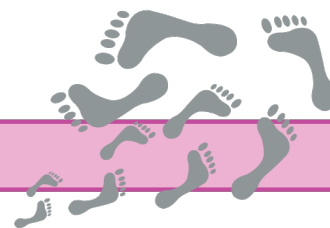


6.

Od rođenja do smrti



Čovjek započinje rasti od trenutka začeća, u majčinoj utrobi. Nakon rođenja rast se nastavlja izvan majčina tijela.

Tijekom života prolazimo kroz nekoliko razdoblja koja prepoznajemo po nekim bitnim značajkama.

Kroz koja razdoblja čovjek prolazi nakon rođenja?

DJETINJSTVO

Djetinjstvo započinje rođenjem djeteta. To je razdoblje tjelesnog i umnog razvoja. Dijete usvaja različite vještine (hodanje, govorenje) i uči (čitanje, pisanje). Tim će se vještinama i znanjima koristiti cijeli život.



Dijete uči brojiti



Dijete crta

Tjelesna aktivnost u znatnoj mjeri utječe na razvoj djece. Hodanje, trčanje, skakanje i druge aktivnosti osiguravaju pravilan tjelesni ali i psihički razvoj organizma.

Promatranjem okoline, oponašanjem članova obitelji, igrom, učenjem u školi, dijete razvija svoje umne sposobnosti. Druženje s vršnjacima (u vrtiću, školi) od izuzetne je važnosti, jer omogućuje djetetu da pronađe svoje mjesto u zajednici i djeluje kao njen ravnopravni član.



Djeca u igri

PUBERTET

Već smo naučili kakve se **tjelesne promjene** događaju u pubertetu kod djevojčica i dječaka. Znamo i za pojavu mjesečnice kod djevojčica i polucije kod dječaka.

Međutim, osim navedenih promjena, događaju se i **promjene u osjećajima i u odnosima s ljudima** koji nas okružuju. Osjećaji se brzo mijenjaju, prijateljstva nam postaju važnija, javljaju se prve ljubavi, postajemo nesigurni i stidljivi itd.



Pubertet

Ponekad dolazi do sukoba s roditeljima iz različitih razloga. Primjerice, dulja izbivanja iz kuće ili popuštanje u učenju mogu biti uzrokom svađa. Odrasli trebaju u takvim slučajevima sukobe strpljivo rješavati.

Upamti da ne treba uvijek činiti sve što čine pojedinci iz društva u kojem se krećeš.



Mladenaštvo

MLADENAŠTVO

U ovom životnom razdoblju mlada osoba ima sve značajke odrasle žene ili muškarca. To su u **djevojaka zaobljeni bokovi, grudi, redovite menstruacije**, a u **mladića brada, šira ramena, izraženija dlakavost tijela** itd. No, djevojke i mladići još nisu dosegli punu zrelost i snagu.

Pomoć i razumijevanje roditelja od velike je važnosti za djevojke i mladiće. Odluke koje donesu u ovom razdoblju odredit će njihov budući život.

ZRELOST

Čovjek u zreloj dobi doživljava **vrhunac tjelesnih i umnih sposobnosti**. Obavlja složene zadatke na poslu i u društvu. Spreman je snositi odgovornost za svoje postupke.



Zrelost

STAROST

Kada organizam postupno počinje popuštati (krajem šezdesetih godina), čovjek postupno ulazi u razdoblje starosti. Koža se nabora, kosa osijedi, kosti i mišići slabe. Smanjuje se radna sposobnost, osoba postaje ovisna o svojoj okolini i o mlađim članovima obitelji.

Prema starijim osobama trebamo postupati s razumijevanjem i poštovanjem te im pružati svu potrebnu pomoć.



Starost

Upiši križić u odgovarajuću kućicu.



U djetinjstvu dijete usvaja različite vještine (hodanje, govorenje) i uči (čitanje, pisanje).

TOČNO NETOČNO

U djetinjstvu dijete ima sve značajke odrasle osobe.

TOČNO NETOČNO

U pubertetu se osjećaji brzo mijenjaju, prijateljstva nam postaju važnija, javljaju se prve ljubavi, postajemo nesigurni i stidljivi.

TOČNO NETOČNO

U mladenaštvu osoba doživljava vrhunac tjelesnih i umnih sposobnosti.

TOČNO NETOČNO

Nakon pedesete godine čovjek postupno ulazi u razdoblje starosti.

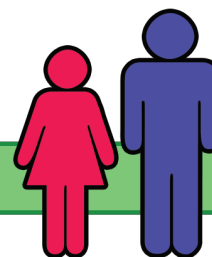
TOČNO NETOČNO

NAUČILI SMO...

- 🍏 Tijekom života prolazimo kroz nekoliko **razdoblja** koja prepoznajemo po nekim bitnim značajkama.
- 🍏 **Djetinjstvo** je razdoblje tjelesnog i umnog razvoja.
- 🍏 U **pubertetu** se događaju tjelesne, spolne i psihičke promjene.
- 🍏 U **mladenaštvu** osoba ima sve značajke odrasle žene ili muškarca. No, ona još nije dosegla punu zrelost i snagu.
- 🍏 Čovjek u **zreloj dobi** doživljava vrhunac tjelesnih i umnih sposobnosti.
- 🍏 Nakon šezdesete godine čovjek postupno ulazi u razdoblje **starosti**. Koža se nabora, kosa osijedi, kosti i mišići slabe.
- 🍏 Prema starijim osobama trebamo postupati s razumijevanjem i poštovanjem te im pružati svu potrebnu pomoć.

7.

Odgovorno spolno ponašanje



PLANIRANJE OBITELJI

Planiranje obitelji jedno je od osnovnih ljudskih prava. To znači da žena i muškarac koji žele zasnovati obitelj smiju svjesno i ravnopravno odlučiti kada će i koliko djece imati. Za to je potrebna uzajamna ljubav i poštovanje roditelja.

Jajna stanica može biti oplođena tek kada je zrela. To se najčešće događa između desetog i osamnaestog dana nakon početka mjesečnice. Te dane nazivamo **plodnim danima**.



Obitelj



U pubertetu mjesečnica je često nepravilna i javlja se ranije ili kasnije od 28. dana menstruacijskog ciklusa.

Zato računanje plodnih i neplodnih dana od 10. do 18. dana menstruacijskog ciklusa nije sigurno.

Izbjegavanje spolnih odnosa u tom razdoblju, bez uporabe sredstava za zaštitu od trudnoće, prirodni je način planiranja obitelji.