

SPIS TREŚCI

Rozdział I Zagadnienia wstępne

1. Podstawowe pojęcia dotyczące rozwoju osobniczego człowieka
2. Aspekty rozwoju
3. Ontogeneza a filogeneza

Rozdział II Czynniki rozwoju osobniczego

1. Czynniki endogenne genetyczne
2. Czynniki rozwoju endogenne paragenetyczne i niegenetyczne
3. Egzogenne czynniki rozwoju
4. Wpływ trybu życia na przebieg rozwoju

Rozdział III Rola żywienia w rozwoju

1. Wpływy żywienia na rozwój i stan zdrowia człowieka
2. Charakterystyka podstawowych składników pokarmowych
3. Najważniejsze błędy w żywieniu

Rozdział IV Rozwój struktury i funkcji organizmu

1. Budowa i rozwój aparatu ruchu
 - 1.1. Rozwój układu kostno-stawowego
 - 1.2. Rozwój układu mięśniowego i nerwów ruchowych
2. Aparat wegetatywny
 - 2.1. Rozwój układu oddechowego
 - 2.2. Budowa i rozwój układu krwionośnego
 - 2.3. Układ pokarmowy
 - 2.4. Układ wydalniczy
3. Układ rozrodczy
4. Aparat koordynacyjno-regulacyjny
 - 4.1. Układ nerowy
 - 4.2. Układ endokryalny
 - 4.3. Układ immunologiczny

Rozdział V Okresy rozwoju ontogenetycznego

1. Kryteria podziałów ontogenezy na okresy
2. Charakterystyka poszczególnych okresów rozwojowych
 - 2.1. Okres rozwoju prenatalnego
 - 2.2. Okres noworodkowy
 - 2.3. Okres niemowlęstwa

2.4. Okres wczesnego dzieciństwa (infans I)

2.5. Przystosowanie szkolne

2.6. Okres dzieciństwa starszego (infans II)

2.7. Okres młodzieńczy (iuvenis)

2.8. Okres wieku dorosłego (adultus)

2.9. Okres wieku dojrzałego (maturus)

2.10. Okres starości (senilis)

Rozdział VI Rozwój cech morfologicznych i proporcji ciała

1. Samoregulacja procesu ontogenezy

2. Kinetyka i dynamika wzrastania

3. Zmiany proporcji ciała z wiekiem

4. Dymorfizm płciowy

5. Tendencja przemian

Rozdział VII Pojęcie zdrowia i warunków zdrowotnych

1. Pojęcie zdrowia

2. Czynniki warunkujące stan zdrowia. Promocja zdrowia

3. Mierniki zdrowia populacji

4. Główne zagrożenia zdrowia

Rozdział VIII Zaburzenia w rozwoju somatycznym i stanie zdrowia dzieci i młodzieży

1. Profilaktyczna opieka zdrowotna nad uczniami

2. Błędy w przekazywaniu informacji genetycznej

3. Czynniki teratogenne

4. Nieprawidłowości w regulacji neurohormonalnej ustroju

5. Inne, często występujące zaburzenia w rozwoju somatycznym i problemy zdrowotne dzieci i młodzieży

5.1. Nieprawidłowości w narządzie żucia

5.2. Niektóre nieprawidłowości w adaptacji psychospołecznej i zaburzenia w układzie nerwowym

5.3. Wady i zaburzenia wzroku

5.4. Zaburzenia układu ruchu

5.5. Zaburzenia rozwoju somatycznego

5.6. Choroby alergiczne

5.7. Zdrowotne przyczyny niepowodzeń w nauce

Rozdział IX Ogólny kształt ciała - somatotyp, postawa ciała

1. Konstytucja (somatotypologia) człowieka

2. Postawa ciała - proces posturogenezy

3. Metody oceny postawy ciała

Rozdział X Metody kontroli i normy oceny procesów wzrastania

1. Podstawowe przyrządy antropometryczne i technika wykonywania pomiarów
2. Podstawowe charakterystyki statyczne wykorzystywane do oceny rozwoju fizycznego
3. Praktyczna ocena procesów wzrastania dziecka z zastosowaniem tabel liczbowych, siatek centylowych, skorelowanych cech, metody morfologicznej i wskaźników proporcji
4. ocena stanu żywienia
5. Przewidywanie wielkości osobnika dorosłego

Rozdział XI Kryteria oceny wieku rozwojowego

1. Wiek morfologiczny (sylwetki)
2. Wiek kostny (szkieletowy)
3. Wiek zębowy
4. Wiek wtórnych cech płciowych
5. Wiek kalendarzowy a wiek rozwojowy
6. "Normalność" i norma jako biologiczny układ odniesienia

Rozdział XII Znaczenie aktywności ruchowej w rozwoju fizycznym człowieka

1. Uwagi ogólne
2. Układ kostny i mięśniowy a aktywność ruchowa
3. Skład ciała i wydolność fizyczna a aktywność ruchowa
4. Zasady doboru i prowadzenia ćwiczeń

Rozdział XIII Metody oceny rozwoju czynnościowego człowieka

1. Wydolność i sprawność fizyczna jako pozytywne mierniki stanu zdrowia
2. Ocena wydolności fizycznej
3. Ocena sprawności fizycznej