**Загальні положення**

Біологічна програма людини включає в себе народження, розвиток організму, його зрілість, старіння і самоліквідацію (смерть).

Виділяють два основні періоди онтогенезу: антенатальний та постнатальний.

Антенатальний – період внутрішнього розвитку від зачаття до народження. Він умовно поділяється на: внутріутробний ( від зачаття до 8 тижнів); - плодний ( з 9 до 38-42 тижнів).

Постнатальний період поділяється на:

- новонародженості – перші 10 днів;

- грудний вік – 11 день – 1 рік;

- раннє дитинство – 1-3 роки;

- перше дитинство –4-7 років;

- друге дитинство –8-12 років;

- підлітковий вік – 13-16 років;

- юнацький вік – 17- 21;

- зрілий 22- 55(жінки), чоловіки (60);

- похилий – чоловіки 61- 74, жінки 56 – 74;

- старечий вік 75-90;

- довгожителі – старше 90 років.

Довжина та маса тіла, окружність грудної клітки є основними антропометричними показниками, які характеризують розвиток організму. В кожному регіоні складають свої оціночні таблиці цих показників. Зараз використовують центильні таблиці (25-75 центилей – середній темп розвитку).

Прибавка в рості за перший рік – 25-35 см, 2-8 років- 4-6см, у 8-14 –7-10см. Середня прибавка маси тіла – 6-7 кг, 1,5-2,0 кг, 5 кг відповідно.

 Середній зріст 18 літньої дівчинки – 165 см, середня маса – 58 кг, окружність грудної клітки – 85 см (Р.Богатирьова).

Антропометричні дані, зубний вік (визначається кількістю молочних чи постійних зубів), ступінь розвитку вторинних статевих органів, кістковий вік є показниками біологічного віку. При нормальному розвитку дитини паспортний вік відповідає біологічному. Інколи біологічний відстає від паспортного (ретардація) або випереджує (акселерація).

До 9-10 років провідними показниками для біологічного віку є ріст, кількість постійних зубів, нервово-психічний розвиток. Після 10 років - ступінь розвитку вторинних статевих ознак.

**Фізичний розвиток – це комплекс морфолого-функціональних** властивостей організму, який зумовлює його ріст і формування, а також запас його фізичних сил і працездатності.

Морфофункціональні ознаки: зріст, вага, сила м’язів кисті, життєва місткість легень, окружність грудної клітини, відношення маси тіла до окружності грудної клітки.

**Біологічний розвиток:** річне зростання довжини тіла, термін зміни молочних зубів, оссифікація кисті, ступінь розвитку вторинних статевих органів, термін першої менструації.

Тому ведеться систематичний облік стану здоровя, динамічне спостереження:

В грудному віці – 1 раз на 1 місяць;

Ясельний – 1 раз на 3 місяці;

Дошкільний - 1 раз на 3-6 міс;

Шкільний – 1 раз на рік.