

Nom:

Data:



ETAPES DEL CREIXEMENT HUMÀ

Des que naixem les persones estem creixent continuament.

Infància: va des del naixement fins als 10-12 anys.

Adolescència: dels 12-13 als 18-20 anys.

Edat adulta: des dels 20 als 70 anys.

Vellesa: a partir dels 70 anys.

És molt important cuidar el nostre cos durant totes les etapes per ajudar que el nostre cos creixi sa i fort, per exemple amb hàbits saludables com l'exercici, la higiene i l'alimentació.



La infància



- Va des del naixement fins als 10 anys.
- Durant els primers mesos s'alimenta de **llet materna**.
- Cap als 6-10 mesos surten les primeres dents de llet i a partir dels 6 anys les dents definitives.
- Es desenvolupen diverses capacitats bàsiques: parlar, caminar, llegir i escriure...



L'adolescència



- L'inici de l'adolescència coincideix amb l'aparició de la **pubertat**.
- Va des dels 10-13 anys fins als 18-20.
- El cos es prepara per ser adult i tenen lloc molts canvis físics i psicològics que porten a la maduresa.



L'edat adulta



- És el període que segueix a l'adolescència.
- El cos de les persones està totalment format.
- Es té suficient autonomia per prendre decisions i compromisos, com ara: la feina, el matrimoni, la paternitat...
- S'assoleix el màxim de les capacitats.



La vellesa



- És el període que segueix a l'edat adulta i comença al voltant dels 60 anys.
- Es caracteritza per l'envelliment dels òrgans. Surten arrugues i canes.
- Decreix la força física i les capacitats psicològiques van minvant.
- Es té una gran experiència de la vida.

Arrossega i ordena les etapes de creixement

--	--	--	--	--

