

Universidad del sureste campus Comitán.



Alumna: Lourdes Ruiz López.

Tema: Cambios físicos, fisiológicos y sociales.

Psicología Evolutiva

Maestra: Paola Jacqueline Albarrán.

Séptimo Cuatrimestre.

Ocosingo Chiapas a 15 de octubre del 2022.

**Cambios físicos, fisiológicos y sociales**

**Estatura, peso y apariencia**

- Primera infancia.
  - Pierden
  - Apariencia
- Pancita
  - Estilizan
- Tronco
  - Alarga
- Cabeza
  - Relativamente
- Maduración
  - Procesos biológicos
- Niños
  - Más
- Niñas
  - Más
- Crecerán.
  - 5.08 cm a 7.62 cm
  - 1.36 a 2.27 kilogramos.

- Aspecto regordete.
- Delgada
- Atletica
- Desarrollo
  - Músculos abdominales.
- Brazos
- Piernas
- Grande.
- Se despliegan
  - Persona crece
  - Contribuyen
    - Secuencias ordenadas.
    - Cambios de desarrollo.
      - Progresión del gateo
      - Primeros pasos.
- Músculo
  - Por libra de peso.
- Tejido adiposo.

**3 o 4 años, mejora la coordinación**

- Aprenden
  - Correr
  - Saltar
  - Trepar
- Usar manos
  - Tareas complejas
    - Ponerse
      - Zapatos
      - Cuantes
    - Manipular
      - Botones
      - Cierres.
      - Agujetas
      - Lápices
- Combinación
  - De práctica
  - Maduración física
    - Del cuerpo
      - Montar en bicicleta
    - Encéfalo
      - Patinar.
      - Nadar.

**Cambios estructurales y sistémicos.**

- Desarrollo interno.
  - Crecimiento esquelético
  - Muscular.
  - Cartilago se convierte en huesos
    - Proteger los órganos internos.
  - Cambios
    - Cerebro.
      - Destrezas motrices
        - Músculos gruesos y finos.
    - Sistema Nervioso.
    - Sistema Respiratorio y circulatorio.
      - Aumentan
        - Vigor físico.
        - Inmunidad en el desarrollo.

**Nutrición.**

- Bebes e infantes
  - Crecimiento y la salud
- Crecimiento disminuye
  - También su apetito.
- Niños de 3 a 6 años.
  - Comen menos
    - dependen de una buena nutrición.
    - Proporción con su talla.
- Nutrición adecuada.
  - Buen tono muscular.
  - Ojos y cabellos brillantes.
  - Lleno de energía.
  - Recuperarse de la fatiga.
- Necesidades
  - Proteína
    - 2 vasos de leche.
    - Una ración de carne
      - Pescado.
      - Queso
      - Huevos.
      - Todos los días.
  - Vitamina A
    - Zanahoria.
    - Espinaca.
    - Yema de huevo.
    - Leche entera.
  - Vitamina C
    - Frutas cítricas.
    - Tomates.
    - Vegetales de hojas verdes.
    - Floating Topic
- Mal nutrición.
  - Influencia de la televisión
    - Ricos en azúcar y grasas.
    - Pasteles de chocolate.
    - Comidas rápidas.
  - Los refrigerios
    - Tener valor nutritivo.

**Destrezas motrices**

- 3 a 6 años
  - Huesos y músculos
    - Fuertes.
  - Pulmones.
    - Mayor Fortaleza.
  - Sentidos.
    - Mayor coordinación.
  - Extremidades y sistema nervioso central.
    - Secuencias ordenadas.
      - Cambios de desarrollo.

**Coordinación de los músculos gruesos.**

- 3 años
  - Caminar línea recta.
  - Pararse en un pie.
- 4 años.
  - Saltar en un pie.
  - Agarrar una pelota.
- 5 años
  - Aprender a patinar.

**Coordinación óculo- manual y de los músculos finos.**

- 3 años.
  - Dibujar
    - Línea recta.
    - Dibujar un círculo.
  - Comer con una cuchara.
  - Verter leche en su molde.
  - Usar el sanitario solo.
  - Lavarse las manos.
  - Abotonar su ropa.
- 4 años
  - Cortar una línea.
  - Dibujar a una persona.
  - Hacer diseños y letras toscas
  - Doblar una hoja.
- 5 años
  - Ensartar en un hilo.
  - Copiar un cuadrado.
- Control de músculos finos.
  - Atender necesidades personales.
  - Competente
  - Independiente.



Bibliografía:

Libro proporcionado por la universidad, Psicología Evolutiva

Séptimo cuatrimestre.

Introducción a la psicología: Charles G: Morris. Albert Maisto. Pág. 350, 351. Décimo tercera edición.