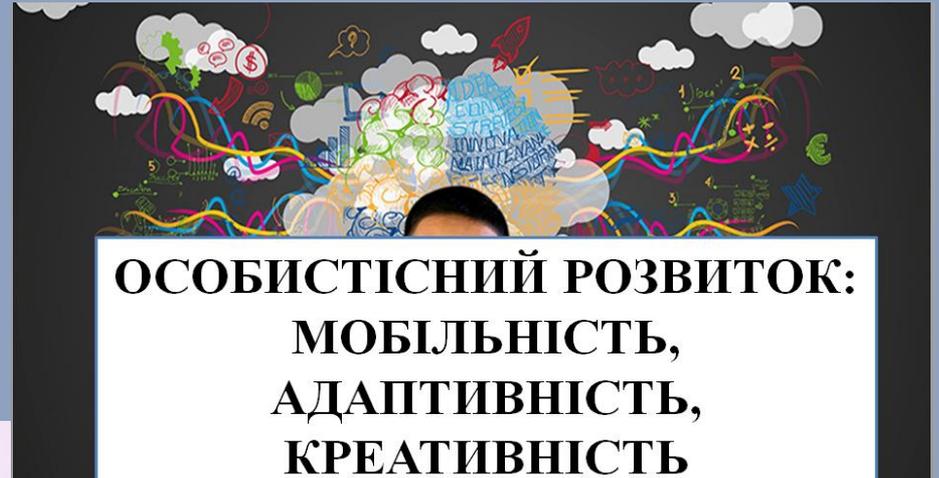
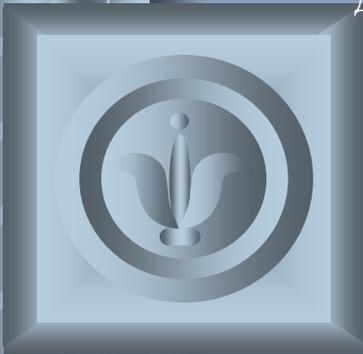


Біологічна і соціальна адаптивність ЛЮДИНИ

доцент кафедри біології, екології та методик їх навчання, кандидат
біологічних наук Л. М. Головатюк



**ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК:
МОБІЛЬНІСТЬ,
АДАПТИВНІСТЬ,
КРЕАТИВНІСТЬ**

АДАПТИВНІ БІОЛОГІЧНІ РИТМИ



Метою даного курсу є вивчення різних видів адаптації людини до умов навколишнього середовища, прояв адаптивності людини як властивості особи.

Тема 1. Адаптивність людини як одна із найважливіших сучасних проблем біології, медицини, психології.



Тема 2. Біологічна адаптація.

Тема 3. Психічна адаптація.

Тема 4. Адаптація організму в умовах стресу.

Значення адаптації:

1. Допомагає організму переносити значні зміни в навколишньому середовищі;
2. Допомагає перебудувати фізіологічні функції, поведінку відповідно до змін;
3. Забезпечує підтримку сталості внутрішнього середовища організму, якщо параметри деяких чинників навколишнього середовища виходять за межі оптимума.



Тема 5. Соціальна адаптація.

Тема 6. Гени, культура і гендер.

Тема 7. Просоціальна поведінка як прояв адаптації.



ЕТАПИ фізіологічної адаптації:

- * нестійке пристосування
- * відносно стійке пристосування
- * бурхливий період



Адаптація людини до жари й холоду

Пристосування до холоду — найбільш складний вид кліматичної адаптації людини. Адаптації до жари в нас вироблені краще, ніж до холоду, тому що наші предки жили в умовах теплого клімату, і в процесі еволюції відбувалася адаптація до тепла.



Мал. 38.1. Пропорції тіла людини в різних кліматичних умовах: а — Африка, б — Аляска

Тема 8. Адаптація людини до людини.

Тема 9. Адаптація до знарядь праці – інженерна психологія, ергономіка.



Тема 10. Сприймання людини. Адаптація аналізаторів.

Тема 11. Адаптивність як властивість особи.

