

ПЕРИОД ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА

**Анатомо-физиологические
особенности,
психологические и
социальные особенности**

**[Автор презентации
Панин А.И.]**

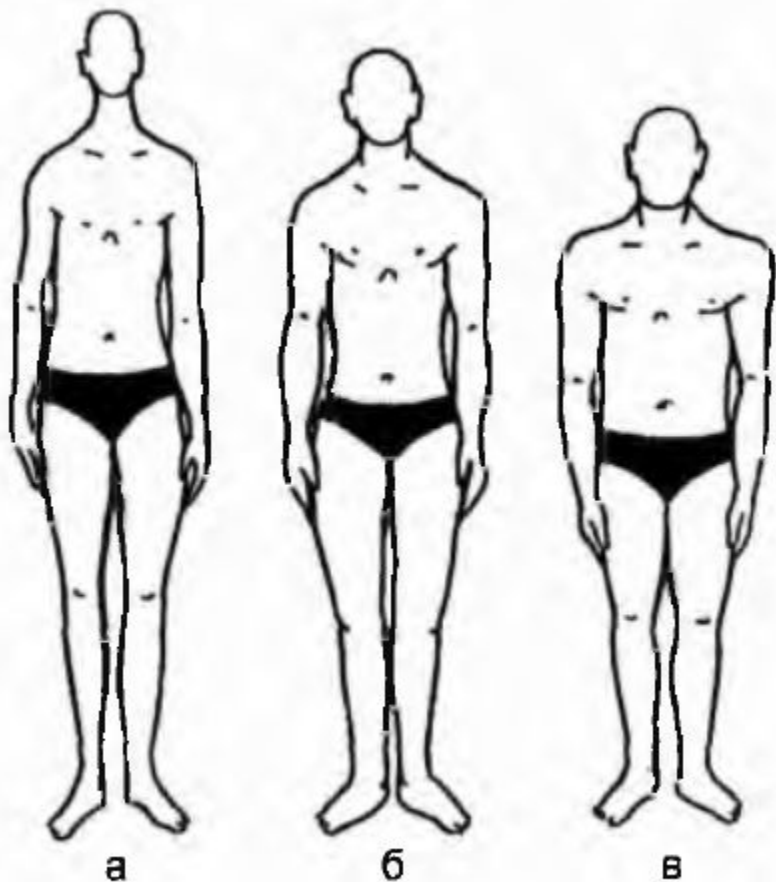
ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

- Преддошкольный, или старший ясельный, период (от 1 года до 3 лет);
- Дошкольный период (с 3 до 6—7 лет);
- Младший школьный период (с 6—7 до 11 —12 лет);
- Старший школьный, или подростковый, период (с 12 до 16—18 лет).
- Юношества - с 17 до 24 лет.

Биологически этот период характеризуется полным завершением формирования морфофункциональных систем организма, прекращением активного роста. Все органы и системы, таким образом, приобретают черты и свойства, характерные для зрелого организма. **Однако четко установить возрастные границы** между подростковым периодом и юношеским возрастом, с одной стороны, и юношеским периодом и зрелым возрастом — с другой, достаточно **сложно**: переход из одного жизненного этапа в другой осуществляется постепенно и плавно.

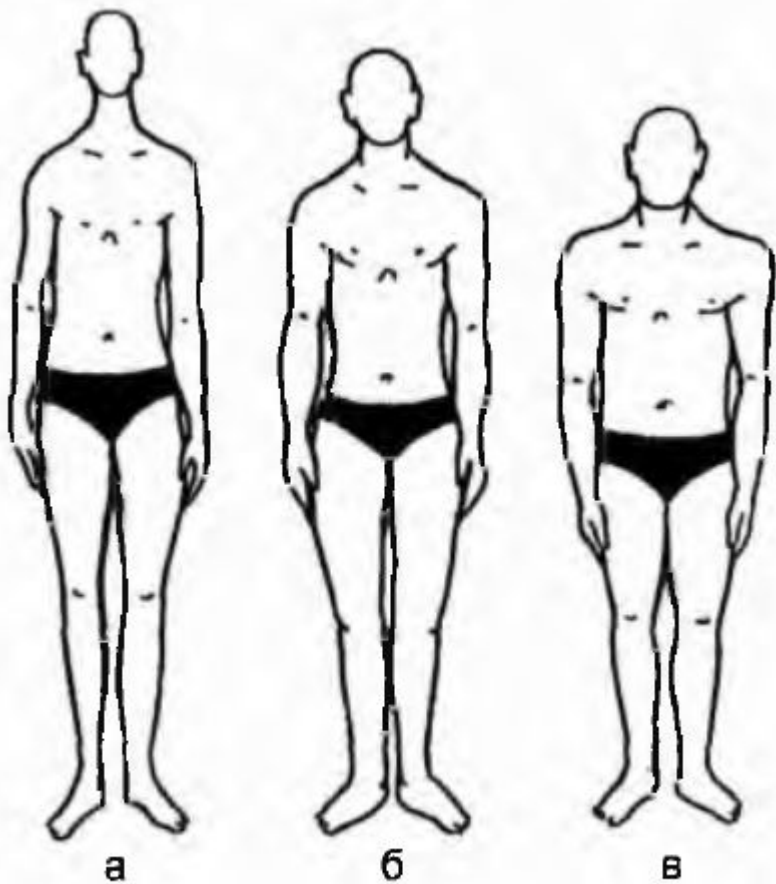
Понятие о конституции человека

Конституция — это совокупность функциональных и морфологических особенностей организма, сложившихся на основе наследственных и приобретенных свойств, которые определяют своеобразие реакции организма на внешние и внутренние раздражители.



Астенический тип (дыхательный, долихоморфный, лептосомный и др.) характеризуется преимущественно продольными размерами, их преобладанием над поперечными: лицо продолговатое, шея длинная, грудная клетка узкая, плоская, вытянутая, преобладает над животом; спина сутулая, плечи узкие; эпигастральный угол острый; конечности относительно тонкие и длинные; мускулатура, подкожный жировой слой развиты слабо; кожа бледная и тонкая; костный рельеф хорошо контурируется

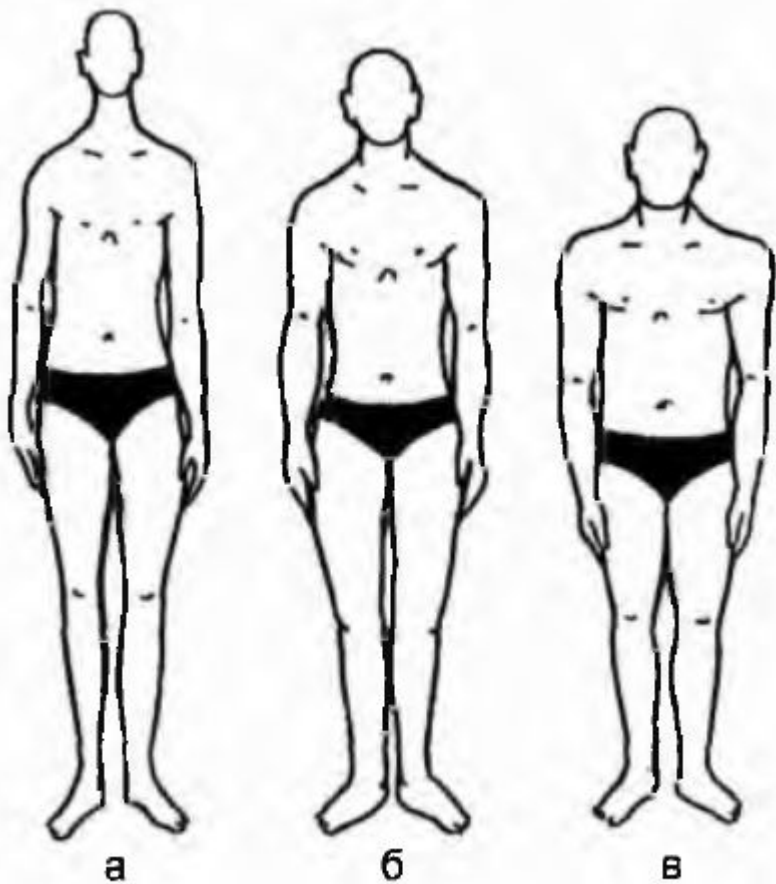
Понятие о конституции человека



Гиперстенический тип

(пищеварительный, брахиморфный, пикнический и др.) отличается преимущественным ростом в ширину, относительным преобладанием поперечных размеров над продольными: костный скелет массивный, крупный; голова круглая, шея короткая, грудная клетка широкая и короткая; живот округлый, выступающий, преобладает над грудной клеткой, эпигастральный угол тупой; конечности относительно короткие; мышцы отличаются большой массой, хорошим тонусом; подкожный жировой слой развит чрезмерно, образует складки на животе, спине; костный рельеф не виден

Понятие о конституции человека



Нормостенический тип (мышечный, мезоморфный, атлетический и др.) занимает среднее положение между крайними астеническим и гиперстеническим типами, неся в себе черты, характерные как для одного, так и для другого типа. Он характеризуется хорошим развитием костно-мышечной системы, пропорциональным телосложением; грудная клетка цилиндрической формы, выпуклая, имеет одинаковый размер по всей длине; спина прямая; живот плоский с хорошим развитием мышц, эпигастральный угол приближается к прямому; жировая ткань развита умеренно, отложение ее равномерное; костный рельеф не контурируется, сглажен

Ведущая деятельность в юношеском возрасте

Ведущей деятельностью в юности признается **учебно-профессиональная деятельность**. Несмотря на то что во многих случаях юноша продолжает оставаться школьником, учебная деятельность в старших классах должна приобрести новую направленность и новое содержание, ориентированное на будущее. Речь может идти об избирательном отношении к некоторым учебным предметам, связанным с планируемой профессиональной деятельностью и необходимым для поступления в вуз (например, химия и биология для будущих медиков), о посещении подготовительных курсов, о включении в реальную трудовую деятельность в пробных формах.

В других случаях юноши и девушки еще более приближаются к производственной сфере: продолжают образование в ПТУ, техникумах, колледжах, технических лицеях или начинают собственную трудовую жизнь, совмещая работу с учением в вечерних школах.

Основу профессионального самоопределения составляют психологические факторы:

- осознание ценности общественно полезного труда,
- общая ориентировка в социально-экономической ситуации в стране,
- осознание необходимости общей и профессиональной подготовки для полноценного самоопределения и самореализации,
- общая ориентировка в мире профессионального труда,
- выделение дальней профессиональной цели (мечты),
- согласование мечты с другими важными жизненными целями

Основные проблемы юношеского возраста

Помимо психофизиологических критериев профессионального отбора, необходимо учитывать **функциональное состояние основных систем организма**: сердечно-сосудистой, дыхательной, системы анализаторов. Так, при патологии дыхательной системы противопоказан выбор профессий, связанных с работой в условиях воздействия производственной пыли; при заболеваниях сердечно-сосудистой системы — требующих значительного физического напряжения; при нарушениях цветового восприятия — связанных с необходимостью различения цветов (водители транспорта, химики-лаборанты, товароведы); при нарушениях вестибулярной функции — связанных с необходимостью работы на высоте и т.д.

Удовлетворение потребности в питании в юношеском возрасте может быть сопряжено с определенными сложностями из-за несколько изменившихся режима дня и ритма жизни.

Среди проблем юношеского возраста можно выделить целый их ряд, связанный с досугом, общением, сексуальными отношениями.



**Спасибо за
внимание!**