

Легко ли быть подростком?



- **Цель работы:**
- рассмотреть само понятие «Подросток»
- рассмотреть основные этапы подросткового возраста
- охарактеризовать основные особенности подросткового возраста
- проанализировать режим дня подростка
- **Задачи:**
- прочитать обществоведческую литературу по данной теме;
- просмотреть ресурсы по данной теме.
-
- **Проблемный вопрос:** Легко ли быть подростком?
- **Предмет работы** – ресурсы содержащие информацию о подростковом периоде человека
- **Практическая значимость** данного исследования заключается в использовании дополнительной информации на уроках обществознания 5 класса, на классных часах.
- **Методы исследования:**
- Поиск достоверных источников информации с помощью документов, книг, использование компьютерных технологий.
- Этапы проведения проекта вы можете видеть на экране.

Этапы проведения проекта

- **Этапы проведения проекта:**
- Подготовительный: - выбор темы и её конкретизация (актуальность – определение целей и формулировки задач)
- Поисково-исследовательский:
 - - обращение к учителю обществознания с просьбой включиться в работу проекта;
 - - коррекция сроков и графиков;
 - - проведение поисково-исследовательской деятельности
- Трансляционно-оформительский:
 - - работа над презентацией;
 - - оформление проекта
- Доработка проекта с учётом замечаний и предложений:
 - - написание сценария защиты проекта
- Заключительный:
 - - защита проекта.

Кто такой подросток?



Подростковый возраст – это период, которого боятся все взрослые. Ведь именно этот возраст издавна именуют судьбоносным, переходным, кризисным, трудным, ранимым и взрывоопасным.



Основные этапы

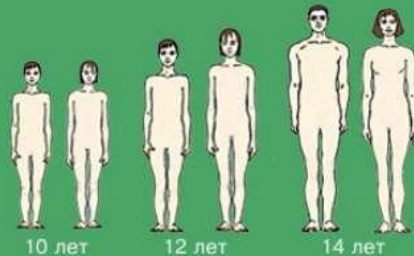
«Подростковый возраст – стадия онтогенетического развития между детством и взрослостью (от 11-12 до 16-17) »



Физиологические особенности

ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

УВЕЛИЧЕНИЕ РАЗМЕРОВ ТЕЛА



УВЕЛИЧЕНИЕ ОБЪЕМА ЛЕГКИХ



Мальчик: 4500 см^3

Девочка: 3800 см^3

ФОРМИРОВАНИЕ ОРГАНОВ И СИСТЕМ



Вес сердца
увеличивается в 2 раза

Объем сердца
увеличивается в 2,5 раза

РАЗВИТИЕ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ, ЕЁ НЕУСТОЙЧИВОСТЬ



Кризис подросткового возраста

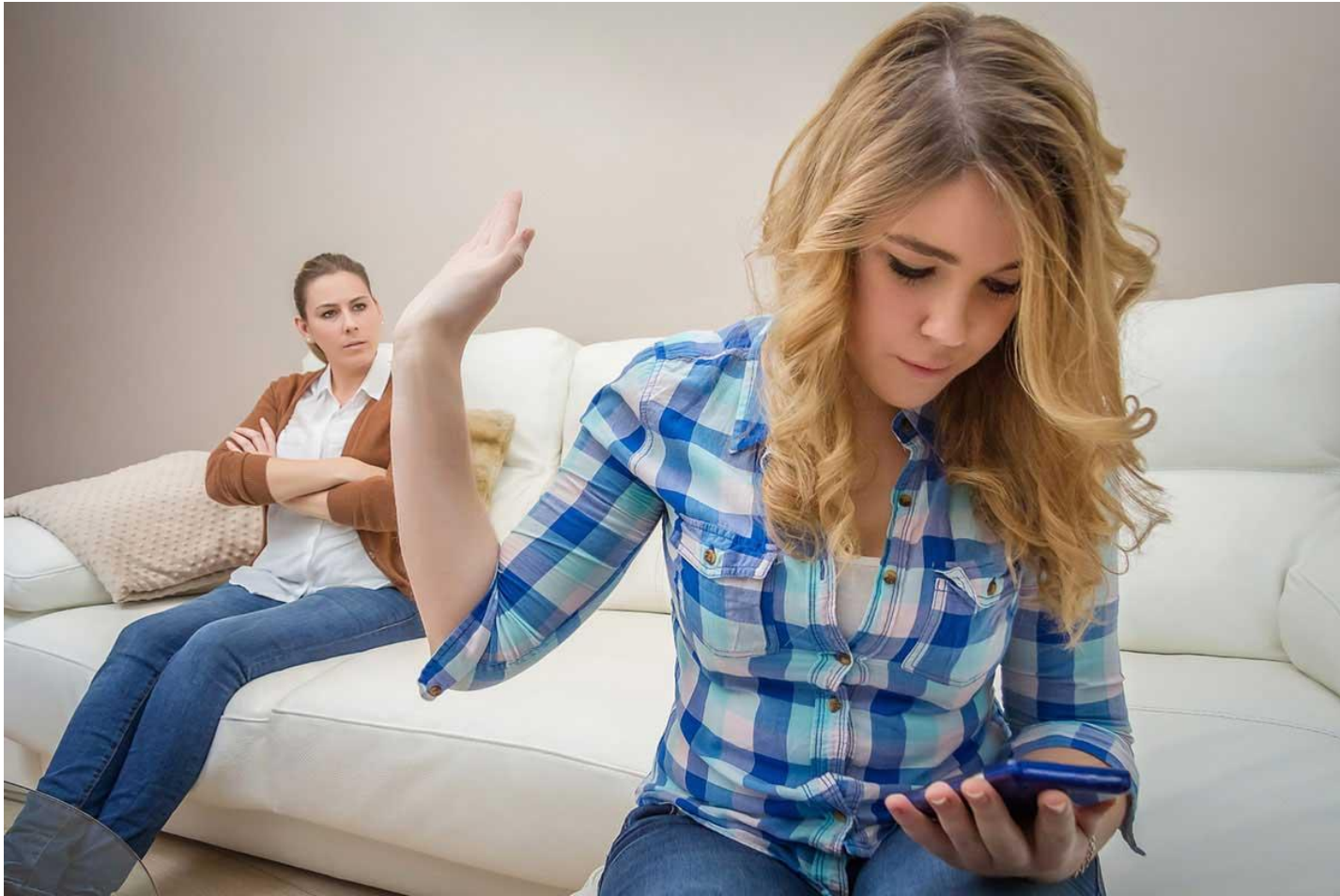
КРИЗИС ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА



Подросток подвержен
сильнейшим переживаниям:

- недовольством внешностью;
- чувством наступающей взрослости;
- формированием образа “Я”;
- идентификацией с образом пола;
- пониженной самооценкой.

Как помочь подростку преодолеть кризис?



Подросток и ЗОЖ



Легко ли быть подростком?

Подростковый возраст является сложным периодом, во время которого происходит глобальная физическая и психическая перестройка организма. Хотя подросток – это уже не ребенок, взрослым пока что назвать его нельзя, и именно поэтому помощь родителей в сложных ситуациях в данный период поможет преодолеть многие проблемы и особенности подросткового возраста.

