**Конспект урока на тему «МЛАДШИЙ ПОДРОСТОК И ЕГО ОСОБЕННОСТИ»**

 *Подростковый возраст - возраст стремительного развития физических и умственных сил.*

*Начало анатомо-физиологической перестройки организма младшего подростка. Первые признаки возникновения чувства взрослости. Склонность к самоанализу.*

*Начало перестройки взаимоотношений подростка с това­рищами, особенности отношений мальчиков и девочек. Подросток и взрослые. Воспитание у учащихся умения анализировать и пра­вильно оценивать свои поступки.*

*Особенности поведения младших подростков. Влияние на их поведение повышенной утомляемости.*

*Некоторые общие условия успешного воспитания подрост­ков в семье: учет психических и физиологических особенностей, знание основных показателей функциональных расстройств в ор­ганизме ребенка; сочетагше уважения личности подрастающего человека с требовательностью к нему, согласованность воздейст­вий семьи и школы.*

**Форма проведения** - беседа, консультация.

У вас в семье растет подросток. Это действительно ко мно­гому обязывает. Он может оказаться «трудным», если вы не пойме­те, что ваш милый, славный, послушный ребенок, который еще вчера ходил во второй, третий класс, держась за вашу руку, и по­слушно выполнял ваши распоряжения, наставления, прилежно де­лал домашнее задание, а в минуту радости мог подскочить к вам, обнять, при всех поцеловать, приласкаться - сегодня уже не тот. Он сердито выдергивает руку, когда вы по старой привычке пытае­тесь взять ее, чтобы перейти дорогу, с возмущением протестует против категорических распоряжений, с раздражением отклоняется от нежных родительских объятий (особенно при свидетелях).

Не удивляйтесь, не огорчайтесь, не возмущайтесь... У вас в семье растет подросток. Непослушание, своеволие, упрямство от­нюдь не представляют собой обязательных особенностей подрост­кового возраста. Лишь как следствие ошибочного подхода к подро­стку, когда не учитываются его психологические особенности, как результат непродуманных воспитательных воздействий, возникают конфликты и кризисы, ни в коей мере не являющиеся неизбежны­ми. Так, непонимание воспитателями истинных мотивов поведения подростка, реагирование лишь на внешний результат его действий приводят его к сопротивлению воспитательным воздействиям.

В то же время мир воспринимается и осваивается подростком прежде всего с помощью взрослых. Подростку необходимо обще­ние со взрослыми, совместная с ними деятельность. И эти взрос­лые, в том числе и родители, должны знать особенности подрост­кового возраста, учитывать его своеобразие.

Если родители знают об этих особенностях, готовы к встрече с ними, их ждет радость общения с этим особым «народом», иду­щим по пути мужания и социального созревания. Если нет - неиз­бежны конфликты, бессонные ночи, сердечные мучения и состоя­ние бессилия, страшнее которого трудно что-либо придумать.

Само слово «подросток» указывает на основную тенденцию развития как внутреннего мира, так и внешнего облика детей этого возраста. С физиологической точки зрения этот период характери­зуется:

* интенсивным ростом;
* резким повышением функции обмена веществ;
* усилением деятельности желез внутренней секреции.

В эти годы рост увеличивается на 5-8 см, причем девочки растут быстрее в 11-12 лет и поэтому в это время кажется, что мальчики меньше ростом. Мы хорошо знаем, каким нескладным, угловатым выглядит подросток. Это объясняется неравномерным физическим развитием: особенно интенсивно происходит рост ске­лета и конечностей в длину, а грудная клетка в развитии отстает. Подросток осознает свою угловатость; старается замаскировать свою нескладность - принимает порой неестественные, вычурные позы, пытается бравадой и напускной грубостью отвлечь внимание от своей наружности. Даже легкая ирония и насмешка в отношении его фигуры, позы или походки вызывают часто бурную реакцию: подростка угнетает мысль, что он смешон и нелеп в глазах людей.

Увеличение роста, мышечной силы с радостью воспринима­ются подростком как явные признаки его взрослости. Вместе с тем работа сердца, легких, кровоснабжения мозга не обеспечивают полноценную работу организма в целом. Отсюда быстрая и вне­запная смена состояний и настроений подростка: то он с энтузиаз­мом и азартом берется за трудную физическую или умственную задачу и может работать, забыв о времени и усталости, то вдруг сникает, чувствует слабость, головокружение, упадок сил. Мы по­рой не замечаем или не понимаем таких неровностей поведения, нас обескураживает и непомерный азарт, и необъяснимая усталость ребенка. И мы чаще всего, раздражаясь, говорим: «Конечно, гонять в футбол — так в первых рядах, а дело делать не допросишься».

Усиленный рост органов и тканей предъявляет свои особые требования к сердечно-сосудистой системе. Интенсивный рост сердца приводит ежегодно к его увеличению на четверть. Сосуды же в своем росте несколько отстают, именно поэтому у подростков часто повышается кровяное давление, так как возрастающая нагне­тательная сила сердца встречает сопротивление со стороны еще относительно узких кровеносных сосудов. Исключительную пере­стройку в подростковом возрасте претерпевают железы внутренней секреции. Изменения здесь настолько значимы, что ученые склон­ны описывать их, как настоящую «гормональную бурю». Под влиянием гормонов - физиологически активных веществ, выраба­тываемых железами внутренней секреции, происходит бурное фи­зическое развитие организма, под их же влиянием идет половое созревание, окончательно формируются органы, а также вторичные половые признаки.

Физиологическая перестройка организма подростков сопро­вождается повышенной утомляемостью. Вначале появляется по­вышенная двигательная активность, а затем сильная возбудимость или сопливость. Ясно, что все это неблагоприятно сказывается на его поведении. По наблюдениям ученых, у младших подростков в утомленном состоянии (чаще во второй половине дня) наблюдают­ся немотивированные поступки, поединки, стремление поступать вопреки чужой воле, упрямство, проявления раздражительности. Так, в известной книге «О подростках» А. И. Краковский пишет: «В период обучения в 5 классе упрямиться стали учащиеся в сред­нем в 6 раз чаще, чем наблюдалось в 4 классе; в 10 раз возросло количество случаев противопоставления себя учителям; в 7 раз увеличилось число ребят, в поведении которых проявилось стрем­ление поступить вопреки чужой воле; в 9 раз чаще наблюдалось бравирование недостатками и в 5 раз чаще - своеволие; наконец, в 42 раза больше стало недостаточно мотивированных поступков». Мы должны учитывать, что подросток впадает в это состояние не по своей вине и не по своей воле, чаще всего он и не осознает сво­его состояния, а мы с вами не вправе требовать от него способно­сти к исчерпывающей и постоянной самооценке.

Одно из самых существенных мест во внутренней позиции подростка занимает чувство взрослости. Впервые возникшее в этом возрасте, оно доставляет немало хлопот и неприятностей как учи­телям, так и родителям. Чувство взрослости выражается в отноше­нии подростка к себе как к взрослому и желании утвердить свою взрослость. Он претендует на такое же отношение к нему окру­жающих, проявляет желание оградить некоторые стороны своей жизни от вмешательства взрослых, отстаивает свои взгляды и убе­ждения, несмотря на противодействие взрослых. Чувство взрослости вызывает стремление подростков к самостоятельности и из­вестной независимости, отсюда - их болезненная чувствительность к оценкам взрослых, острая реакция на попытки взрослых (дейст­вительные или кажущиеся) умалить их достоинство, игнорировать их взрослость, недооценить их права. Подросток добивается того, чтобы взрослые считались с его мыслями, взглядами, уважали их, причем ие только на словах, но и на деле. Отношение к нему стар­ших, как к «маленькому», глубоко обижает его. «Борьба за незави­симость» подростка не означает, что родителям надо резко прекра­тить свое руководство. Подросток ведь «борется» не против роди­телей, а против своей зависимости от них Он должен понять пози­цию своих родителей в том или ином случае, чтобы иметь к ней свое отношение. Все подростки осознают, что они нуждаются в руководстве, но они редко говорят об этом своим родителям. В то же время родители должны понимать необходимость разумного обсуждения с детьми некоторых вопросов. Важно, чтобы родители проявляли уверенность в своих детях, проявляли в общении с ними тактичность и находчивость. Подростков нужно освобождать от мелочной опеки, излишнего контроля, навязчивой заботливости, назойливого руководства, того, что было в какой-то мере оправ­данно по отношению к дошкольнику или младшему школьнику. По отношению к подростку необходимо отказаться от злоупотребле­ний тоном категорических распоряжений и приказов, безоговороч­ных и безапелляционных. С подростком лучше разговаривать то­ном убеждения, совета, просьбы.

Одним из самых важных моментов в развитии личности под­ростка является формирование у него самосознания, потребности осознавать себя личностью. В младшем возрасте нет желания оце­нить себя. «Что я за человек?», «Какая от меня польза?», «Что у меня хорошего?», «Какие у меня недостатки?». У подростка возни­кает интерес к себе, к своей внутренней жизни, к качествам собст­венной личности, потребность в самооценке, в сопоставлении себя с другими людьми. Он начинает всматриваться в самого себя, как бы открывая для себя свое «я», стремится познать сильные и сла­бые стороны своей личности. На первых порах в основе самосозна­ния подростка лежат суждения о нем других - взрослых, родите­лей, коллектива товарищей. Младший подросток словно смотрит на себя глазами окружающих. Особенность самосознания младших подростков заключается также в том, что хотя они стремятся по­нять самого себя, они еще не умеют достаточно глубоко анализировать свои поступки, свои успехи и неудачи. Поэтому каждый не­успех часто вызывает у подростка чувство неуверенности и даже переживание своей неполноценности. Поэтому для подростков ха­рактерна недостаточная устойчивость переживаний, намерений и оценок. Этими же особенностями самосознания объясняется по­вышенная чувствительность подростков к тому, как относятся к ним окружающие, их «ранимость», выражающаяся в обидчивости, упрямстве, вспыльчивости, а иногда в грубости и резкости. Именно это является причиной возникновения уже с 5-го класса частых конфликтов, вспыхивающих между детьми, а чаще между детьми и взрослыми. Очень важно правильно оценивать личность подростка, чтобы не вызвать у него двух противоположных, но одинаково от­рицательных переживаний - чувства превосходства над другими и чувства неполноценности.

Интерес к своей личности не ослабляет у подростка интереса к внешнему миру. Напротив, в этом возрасте у детей укрепляются связи с коллективом, товарищами. Для подростков характерно оп­ределенное отчуждение от взрослых и усиление авторитета группы сверстников. Резко выраженное стремление занять достойное ме­сто, утвердить себя приводит не всегда к положительному резуль­тату, и если у подростка не получается решить эти задачи в классе, он непременно будет искать другие пути. Помочь найти себя и за­нять адекватное место могут взрослые.

В этом возрасте ярко проявляется стремление к общению с товарищами, стремление к жизни в коллективе сверстников. Для младших подростков характерно заметное развитие чувства личной дружбы, настоящей потребности в дружеском общении. «Не пред­ставляю себе жизнь без дружбы», «Дружба - это самое лучшее, что может быть у человека», - считают подростки. Мотивы дружбы становятся более глубокими. Дружат уже не только потому, что сидят за одной партой или живут в одном доме, как это часто быва­ет у младших школьников, а на почве общих интересов, увцечений, совместной деятельности, взаимного уважения и симпатии, дове­рия и понимания, родственных взглядов и вкусов. Если раньше друг находился сам собой, то теперь подросток не склонен пассив­но ждать, когда придет дружба. Он активно стремится найти близ­кого товарища, друга, присматривается с этой точки зрения к своим одноклассникам, пробует их в соответствующем качестве. Друже­ские отношения в подростковом возрасте являются более глубоки­ми, содержательными и устойчивыми, носят эмоционально-напряженный характер. Прекращение дружеских отношений часто воспринимается очень болезненно.

Нам, взрослым, нельзя игнорировать половой компонент личности младшего подростка. Последствия начинающейся в дан­ном возрасте физиологической перестройки организма не одинако­вы для представителей различных полов, осознаются эти последст­вия мальчиками и девочками не в равней мере, что не может не сказаться на «картине их поведения». Осознание этих последствий девочками приводит к мучительной «переоценке ценностей», и пя­тиклассницы при этом не только становятся старше психологиче­ски, но и занимают впервые прочно столь характерную для них впоследствии внутреннюю позицию «женщины», в связи с чем в поведении их появляются уже отличия от девочек-четвероклассниц и мальчиков-пятиклассников. Так, девочки отличаются от мальчи­ков в выборе средств самоутверждения. Они реже обращаются к негативному с целью утвердиться во мнении одноклассников. Зна­чительно реже они своевольничают. В большей, нежели мальчики, мере прибегают к маскировке осознанных недостатков. В 11 лет девочки проявляют высокую чувствительность к попыткам делить людей на группы по половому признаку, и неуважительное отно­шение к женщине, как таковой рассматривается ими как оскорбле­ние. Интерес к внутреннему миру других людей в этом возрасте расчетливее выражен у девочек. У них легче сформировать чувство ответственности за порученное дело, они исполнительнее. Они же обычно острее реагируют на ущемление своих прав и дольше со­противляются воспитателям, прибегающим к непедагогическим мерам воздействия. Сосредоточенность на личных переживаниях ярче выражена у девочек и встречается чаще, чем у мальчиков. У девочек присутствует интерес к своей наружности, в то время как у мальчиков внешность не обладает еще значимостью. Обращает на себя внимание, что мальчики в этом возрасте дружат только с мальчиками, а девочки только с девочками, и это при том, что уже пятиклассникам не чужда романтика любви.

Таким образом, подросток - это противоречие между бурным физическим развитием и положением «ребенка»; между стремле­нием «казаться» и неумением «быть взрослым». Это противоречие между стремлением к личной свободе и неумением правильно рас­порядиться ею. Трудности подросткового возраста связаны с по­вышенной возбудимостью школьников, с острой реакцией на оби­ду, с повышенной критичностью по отношению к старшим. У подростков появляется стремление быть похожими на взрослых не только по внешним проявлениям, но и по определенным «стандар­там поведения». Меняются их взгляды на себя, на окружающих Возраст этот, хрупкий, ранимый, изменчивый, оказывается, может быть, больше, чем какие-либо другие, зависим от реальностей ок­ружающей жизни, потому что подросток впервые открывает ее для себя. На гранях такого перелома от родителей требуется особая чуткость и поддержка. Будем же внимательны и добры.

***Методические рекомендации***

По окончании беседы родителям предлагается составить свод рекомендаций по изменению характера общения с ребенком в свя­зи со вступлением его в подростковый возраст. Вначале каждый в течение 3 минут составляет собственные рекомендации. Затем в процессе совместного обсуждения вырабатывается общий свод рекомендаций (7-10). При обсуждении предложений родителей обращается внимание на необходимость приведения аргументов и утверждений. Перед родителями ставится задача дать как можно больше рекомендаций в общий свод.