

**СОЗДАВАЙ
УВАЖИТЕЛЬНЫЕ и ГАРМОНИЧНЫЕ
ОТНОШЕНИЯ СО СВЕРСТНИКАМИ
ПРОТИВОПОЛОЖНОГО ПОЛА:**



умей принимать индивидуальность и неповторимость, каждого из сверстников противоположного пола, с кем тебе приходится общаться

с уважением относиться к мнениям, взглядам и интересам сверстников противоположного пола

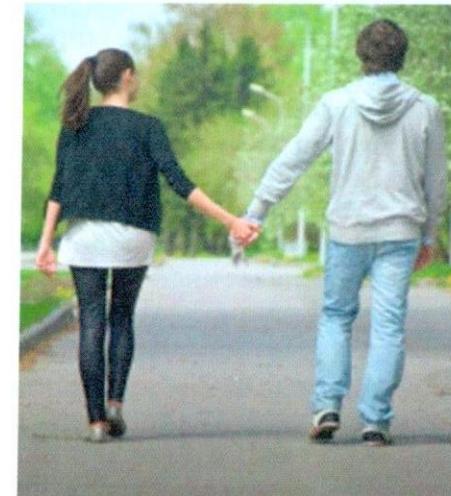
позволяй существовать и уважай различные формы самовыражения и проявления личной индивидуальности сверстников противоположного пола

принимай сверстников противоположного пола, понимая, что они - другие и отличаются от тебя по разным признакам

**«КЛЮЧ К ОКРУЖАЮЩИМ МЕНЯ
ЛЮДЯМ ЛЕЖИТ ВО МНЕ САМОМ»**

АНТУАН ДЕ СЕНТ ЭКЗЮПЕРИ

**Успехов тебе
в создании уважительных
взаимоотношений
со сверстниками
противоположного пола**



Составитель:
Т.А .Мещенина,
педагог-психолог
МАУ «Центр развития образования»

Отпечатано:
МАУ «Центр развития образования»

Адрес:

пр. Победы, 26-а

Телефон:

(3466) 41-07-82

E-mail:

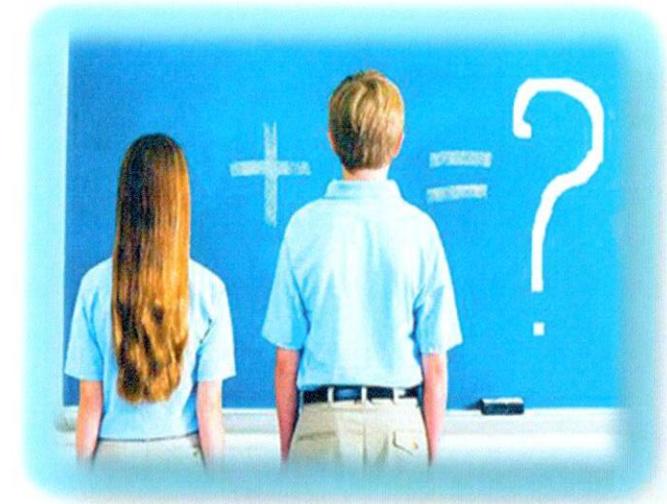
nvtcero@mail.ru

Сайт:

www.nvobrazovanie.ru/

Муниципальное автономное учреждение
«Центр развития образования»

**УВАЖАЙ
СЕБЯ И ДРУГИХ**



**Памятка
для подростков**

2017 год

ЮНЫЙ ДРУГ,

ты, конечно, знаешь, что подростковый возраст - это переходный этап жизни от детства к юности. В этот возрастной период становится важным внимательное отношение к себе и активное взаимодействие со сверстниками, в том числе, со сверстниками противоположного пола.



ЗНАЕШЬ ли ты, что пубертатный период, или период полового созревания, длится в среднем от 11 до 16 лет?

ИЗВЕСТНО ЛИ ТЕБЕ, ЧТО:

- * в этом возрасте начинают «играть» половые гормоны, то есть происходит половое созревание организма
- * начинается стремительный рост и развитие организма, происходит взросление, причём, как в физическом, так и в психологическом плане
- * физические изменения связаны с развитием мускулатуры, укреплением скелета, активным ростом и развитием сердца и кровеносных сосудов, начинают усиленно работать железы внутренней секреции и половые железы
- * в данный возрастной период появляются и развиваются вторичные половые признаки (меняется голос, строение тела и другие признаки) у девочек - по женскому типу, у мальчиков – по мужскому типу
- * активно развивается головной мозг и вся нервная система, развивается самоконтроль и воля, формируется психическая саморегуляция
- * гормональная перестройка организма может приводить к эмоциональной неустойчивости
- * от избытка половых гормонов возможно появление акне, или юношеских прыщей, на лице и теле

ОТНОСИТЬСЯ С УВАЖЕНИЕМ К СЕБЕ ОЗНАЧАЕТ:

- * принимать с уважением свою неповторимую внешность без сравнения с другими людьми (форму носа, глаза, овал лица, фигуру и другие особенности внешности)
- * принимать себя с удовольствием как представителя своего пола (девочка - как представительница женского пола, мальчик - как представитель мужского пола)
- * следить за своим здоровьем: соблюдать правила личной гигиены, режим учёбы и отдыха, заниматься физкультурой, говорить «нет» вредным привычкам

ОБЩАЙСЯ УВАЖИТЕЛЬНО СО СВЕРСТИКАМИ ПРОТИВОПОЛОЖНОГО ПОЛА

