**Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым**

**Государственное бюджетное специализированное учреждение Республики Крым**

 **«Керченский межрегиональный социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»**

***Воспитательный час***

 ***«Я- подросток»***



***(5 – 9 классы)***

**Воспитатель:**

 **Тур Ю.С.**

Керчь 2020 г.

**Цель мероприятия**:

* *Р*азвивать коммуникативные качества, умение работать в команде, анализировать, дискутировать, получать и систематизировать информацию, умение анализировать самого себя и товарищей.
* **В**оспитывать разумное отношение к друзьям, одногруппникам и самому себе; умение позитивно общаться.

**Оформление:**  видеопрезентация

**Оборудование:**  Мультимедийная установка, музыкальный центр, проэктор.

**Интернет ресурсы:**

<https://infourok.ru/klassniy-chas-ya-podrostok-klass-1424938.html>

**Ход проведения воспитательного часа:**

**I. Вступление**

Воспитатель: подумайте и сформулируйте определение понятия:

Подросток - ….

Воспитатель: Сегодня наше мероприятие будет посвящено теме подросткового возраста.

Как вы можете охарактеризовать подростковый возраст? Какой он?

*Ответы воспитанников.*

Подростковый возраст

критический

переломный

трудный

переходный

Подростничество — это период становления личности. В данном возрасте формируются черты характера и основные формы поведения, складываются основы нравственности. В отечественной психологии принято считать, что подростничество начинается в 11-12 лет и заканчивается (переходит в юность) в 15-16 лет. На Западе к подросткам относят всех несовершеннолетних. Физиологически пик подростковых трудностей – это 13-14 лет. Но метафора "вечный подросток" не просто красивое литературное выражение. Есть люди, которые не выходят из психологического состояния подростничества до самой старости.

**II. Основной этап**

Воспитатель: Подростковый возраст является одним из наиболее кризисных возрастных периодов. Как мы уже с вами отметили, именно этот период характеризуют как «трудный».

- А как вы думаете, почему именно так характеризуют этот возрастной период?

*Ответы воспитанников.*

Воспитатель: Это особенный возраст для каждого человека. Подросток обнаруживает перемены в себе, в своих мыслях, чувствах, переживаниях. Как правило, подросткам присущи предельная неустойчивость настроения, поведения, постоянные колебания самооценки, ранимость, неадекватность реакции. Этот возраст богат конфликтами и осложнениями.

Воспитатель делит детей на две творческие группы (принцип деления может быть любой : рассчитаться на первый-второй, вытащить карточки с цифрами 1 или 2). Каждая группа получает ватман, и цветные карандаши, фломастеры.

Воспитатель: Кто такие подростки? Что необычного с ними происходит? Я вам предлагаю сегодня совместно ответить на эти вопросы. Но для начала каждая группа должна нарисовать на бумаге портрет «типичного подростка». Воспитанником даётся 10 минут на рисунок.

Воспитатель: Замечательно! Теперь каждая группа получает своё задание. Группа номер 1 расскажет нам, какие физиологические изменения происходят с вами в период подростничества. А вторая группа нам расскажет о психологических изменениях. Для своего рассказа вы должны использовать рисунки — дополнять их названиями, схемами.

На данную работу воспитанникам даётся 10 минут. Затем каждая группа по очереди рассказывает об изменениях, которые происходят с этом возрасте. После выступления каждой группы, воспитатель подводит итоги и дополняет рассказ воспитанников своими сведениями.

Воспитатель: Когда ребенку исполняется 12-14 лет, то сложно не заметить, что в этот период он начинает активно расти. Так, некоторые дети вырастают за год на 3-7 см., что является достаточно сложным испытанием для всего организма. Активнее всего растут трубчатые кости, формируется грудная клетка, руки и ноги, подросток становится непропорциональным, может быть нарушена координация движений.

Помимо роста непосредственно скелета перестраивают свою работу и внутренние органы: изменяется деятельность гипофиза, увеличивается темп роста мышечной системы, ускоряется обмен веществ. Также более активно начинают работать половые и щитовидная железы, растет сердце, увеличивается объем легких.

Максимально активны половые гормоны, благодаря чему у подростков усиливаются вторичные половые признаки: у мальчиков мутирует голос, появляется кадык, растут волосы на лице, теле. Гормоны провоцируют первые сексуальные желания – абсолютно новые ощущения для ребенка, а также трудности с самоконтролем и адекватностью восприятия своих действий. В результате всех этих кардинальных физиологических изменений у подростка могут возникнуть проблемы со здоровьем.

Изменения в интеллектуальной сфере приводят к развитию способности самостоятельно справляться со школьной программой. В то же время многие подростки испытывают трудности в учёбе, она отходит на второй (в лучшем случае) план. Это бывает вызвано желанием, чтобы все **-** и взрослые, и сверстники **-** относились к нему не как к ребёнку, а как ко взрослому человеку. Он претендует на равноправие в отношениях со старшими и идёт на конфликты, отстаивая свою взрослую позицию. В период важных изменений формируется новое восприятие окружающего мира. Однако, еще не успев стать взрослым, подросток вдруг теряет преимущества, которые имеют дети. Вот тут-то и возникает дилемма: стать абсолютно независимым и наплевать на родителей и всех остальных или, напротив, полностью отказаться от своего мнения.

Воспитатель предлагает самостоятельную работу, направленную на анализ своих отношений со взрослыми.

Воспитатель: Итак, предлагаю вам ответить на следующие вопросы, чтобы узнать, знают ли вас взрослые:

* Какие стереотипы представлений о подростках чаще всего бывают у взрослых?
* Какие из них неправильные? Почему?
* Какие соответствуют действительности?
* Могут ли подростки изменить представление взрослых о себе?

*Воспитанники высказывают своё мнение.*

Воспитатель: Из-за внешних изменений тела, к которым подростку еще [необходимо привыкнуть](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.uaua.info%2Fot-9-do-16%2Ftvorchestvo-ot-9-do-16%2Farticle-8348-pomogi-podrostku-polyubit-svoe-telo%2F), может возникнуть двойственное отношение к себе: смешения чувства гордости и брезгливости, стыда и радости, непринятия и восхищения. Подростки могут или стать излишне неряшливыми, проявляя протест против своего нового тела или, наоборот, уделять себе гораздо больше внимания, яростно исследуя в зеркале каждый новый возникший прыщик. Также в этот период у подростка наблюдается [снижение самооценки](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.uaua.info%2Frazvitiye%2Fpsihologicheskiye-problemy-vozrastov%2Farticle-9327-ne-kompleksovat%2F). Он начинает все более активно сравнивать себя с другими мальчишками, зачастую обращая внимание именно на свои слабые стороны, ощущает неуверенность в собственных силах.

*Воспитатель предлагает выполнить задание, на изучение своей самооценки.*

Воспитатель: Перед вами лежит листочек на котором изображена шкала. Я предлагаю вам отметить, где на этой шкале будете вы, оценить себя по 7 параметрам — ум, здоровье, характер, авторитет у сверстников, умелые руки, уверенность в себе, внешность.

*После того, как воспитанники сделали отметки на шкале, воспитатель рассказывает о самооценке.*

Воспитатель: Люди, которые склонны переоценивать себя **-** на шкале отмечают себя как можно выше, и наоборот — люди, склонные к заниженной самооценке, отмечают себя на шкале ниже серединки. Большинство же людей, имеющих адекватную самооценку — отмечают себя посередине или чуть выше. Где на вашей шкале оказались вы? Что у вас с самооценкой?

Воспитатель: столь же противоречиво и поведение подростка в компании сверстников.

* с одной стороны он стремится во что бы то ни стало быть таким, как все, с другой – очень хочет выделиться и отличиться любой ценой, и не всегда с позитивной стороны;
* с одной стороны ребенок стремится заслужить уважение и авторитет товарищей, с другой – бравирует собственными недостатками.

Завершите следующие предложения (индивидуальная работа - самоанализ):

1. Я прекрасно себя чувствую с другими людьми, когда...
2. Я чувствую себя некомфортно с другими людьми, когда...
3. Мне легче поделиться своими чувствами с другими людьми, когда...
4. Мне бывает трудно разделить свои чувства с другими людьми, когда…
5. Я чувствую расположение к другому человеку, когда он...
6. В нашем классе мне больше всего нравится, когда...

По желанию воспитанники зачитывают предложения.

**III. Заключение**

Воспитатель: Подводя итог нашего мероприятия, хочу услышать от вас два основных вывода.

Первый. Скажите мне чем подросток отличается от ребёнка?

*Ответы воспитанников.*

Воспитатель резюмирует ответы (подросток в отличие от ребёнка более самостоятелен; он способен сам принимать решения; сам выбирает себе одежду и стиль, на многие вещи имеет собственную точку зрения, подросток начинает уделять больше внимания своей внешности, появляется первая любовь, более развит физически).

Второй. Чем подросток отличается от взрослого?

*Ответы воспитанников.*

Воспитатель резюмирует ответы (взрослые люди в отличие от подростка развиты физически, процесс роста остановлен; взрослые люди имеют реальный жизненный опыт, обладают профессиональными знаниями, взрослый человек несёт ответственность не только за себя , но и за других людей, у подростка степень ответственности только формируется, взрослые люди менее свободны в своих поступках, так как их поведение контролируется моральными, этическими, правовыми и прочими нормами взрослой жизни и законами общества, взрослый человек более самостоятелен, он может принимать решения и менять свой образ жизни).

**Рефлексия**

Воспитатель предлагает закончить предложения.

Сегодня я узнал…

Я понял, что…

Я научился…

Было интересно узнать…

Меня удивило…

Мне захотелось…