**Государственное бюджетное специализированное учреждение Республики Крым «Керченский межрегиональный социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»**

***Воспитательный час***

***«Я - подросток»***

*(для младших и старших школьников)*

Воспитатель: Гончар И. А.

Керчь, 2021

**Цель:**формирование у воспитанников представлений о физических и психических процессах, протекающих в организме человека в подростковый период, сложностях «переходного возраста».

**Задачи:**

- расширить знания воспитанников о особенностях подросткового возраста;

- способствовать развитию культуры взаимоотношений при работе в группах и коллективе;

- создать условия для развития способности к самонаблюдению и самоанализу.

**Ход мероприятия**

**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 – 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 в этом возрасте. После выступления каждой группы, воспитатель подводит итоги и дополняет рассказ воспитанников своими сведениями.

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…

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 Центре мне больше всего нравится, когда...**
7. **Я прекрасно себя чувствую с другими людьми, когда...**
8. **Я чувствую себя некомфортно с другими людьми, когда...**
9. **Мне легче поделиться своими чувствами с другими людьми, когда...**
10. **Мне бывает трудно разделить свои чувства с другими людьми, когда…**
11. **Я чувствую расположение к другому человеку, когда он...**
12. **В нашем Центре мне больше всего нравится, когда...**

****

****

****

****