

# Возрастные особенности шестиклассника

---

**Ведущая деятельность подростка в этот период**

**ОБЩЕНИЕ**

**Главное новообразование этого возраста**

**ЧУВСТВО  
ВЗРОСЛОСТИ**

**В 11-12 лет практически все дети пересекают рубеж подросткового возраста.**

# Что происходит с МОИМ ребенком?!



В условиях современной жизни в данный период начинается так называемый переходный возраст: происходят первые биологические изменения в организме (особенно у девочек).

# Что предпринять?!

---

**Если хотите, чтобы подростковый возраст прошел без осложнений, следует соблюдать следующие требования.**

**У подростка в этом возрасте очень хрупкий организм, он может часто болеть, у него обостряются хронические заболевания.**



**Помогите организму ребенка справиться с перестройкой.**

# ПЕРВОЕ: Строго следите за соблюдением режима дня!

Таблица 26

Режим дня школьника

Режимные моменты	Возраст (класс)			
	7-9 лет (1-4 класс)	10-12 лет (5-7 класс)	13-14 лет (8-9 класс)	15-16 лет (10-11 класс)
Подъем	7.00	7.00	7.00	7.00
Утренняя гигиеническая гимнастика, умывание, одевание, уборка постели	7.00-7.30	7.00-7.30	7.00-7.30	7.00-7.30
Завтрак	7.30-7.50	7.30-7.50	7.30-7.50	7.30-7.50
Дорога в школу	7.50-8.20	7.50-8.20	7.50-8.20	7.50-8.20
Учебные занятия в школе	8.30-12.30	8.30-13.30	8.30-14.00	8.30-14.30
Дорога из школы	12.30-13.00	13.30-14.00	14.00-14.30	14.30-15.00
Обед	13.00-13.30	14.00-14.30	14.30-15.00	15.00-15.30
Отдых	13.30-14.30	—	—	—
Прогулка на воздухе	14.30-16.30	14.30-16.30	15.00-17.00	15.30-17.00
Приготовление уроков	16.30-17.30	16.30-18.30	17.00-19.30	17.00-20.00
Прогулка на воздухе	17.30-19.00	18.30-19.30	19.30-20.30	20.00-21.00
Ужин, свободное время	19.00-20.00	19.30-20.30	20.30-21.00	21.00-21.30
Вечерний туалет	20.00-20.30	20.30-21.00	21.00-22.00	21.30-22.00
Сон	20.30-7.00	21.00-7.00	22.00-7.00	22.00-7.00

**ВТОРОЕ:** Не позволяйте злоупотреблять острой пищей, пить много кофе, есть много шоколада!

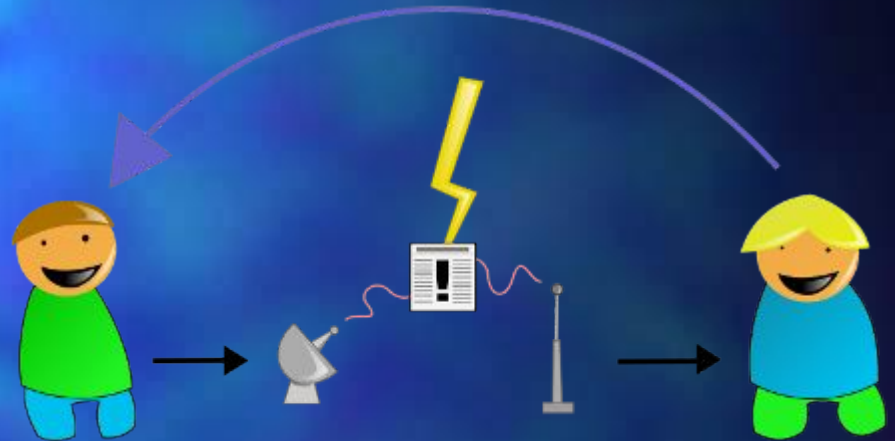


# Характерные черты поведения шестиклассника

Часами разговаривают по телефону

Продолжительно смотрят телевизор

Круглосуточно слушают громкую музыку





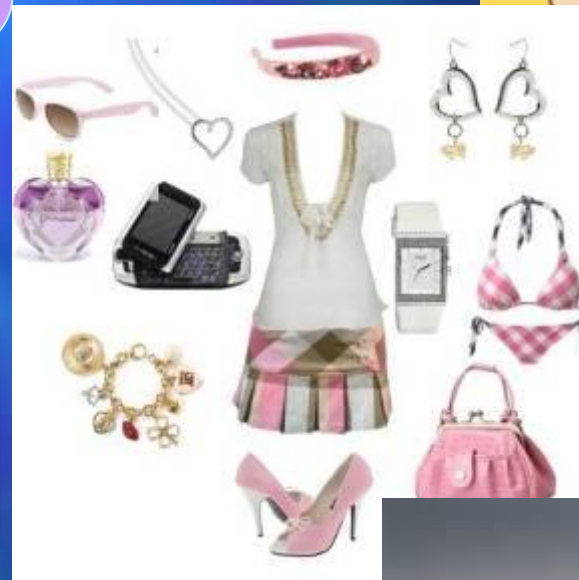
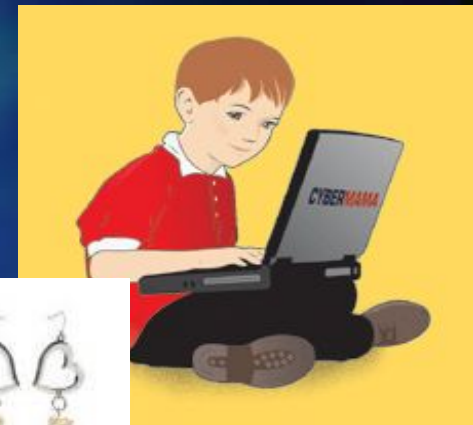
# Новые увлечения, связанные с желанием подражать взрослым

Увлечение компьютерными играми, мобильными телефонами

Рассуждения о современных музыкальных течениях

Рассуждения о «прикольной» одежде

Обсуждение темы наркотиков и сигарет



**Но часть подростков могут стать замкнутыми.**

**Однако почти у каждого могут появиться новые друзья**



**Будьте внимательны!**

**Присматривайтесь чаще к своему  
шестикласснику  
в этот период, ведь он уже не ребенок,  
но и до взрослого ему еще далеко!**



# Самое важное для ребенка – это общение!

Организуйте диалог правильно, не выпытывая информацию, рассказывая о своих проблемах. Таким образом вы подадите пример самораскрытия.



**Старайтесь не ругать ребенка в случае неудачи, а помогите ему разобраться в причинах случившегося!**



**Чаще хвалите ребенка и проявляйте любовь!**



# Приучайте ребенка к систематическому труду!



# Создайте дома обстановку нетерпимости к курению и употреблению алкоголя!



Снизится риск приобретения вредных привычек

# Не забывайте о личном примере!



**Подросток порой воспринимает очень болезненно перебранку своих родителей!**



# Обязательно организуйте систематические занятия спортом!



**Спорт вместе с родителями – лучший досуг!**

**В случае появления у  
ребенка необычной  
манеры поведения  
проанализируйте  
причины ее появления,  
при необходимости  
обратитесь к психологу.**

**Желаю удачи в  
воспитании!**

