

当青春来敲门



学习目标

- ☑ 了解青春期常见的生理和心理变化；
- ☑ 了解男生、女生都有各自的优缺点，要友好相处，相互学习；
- ☑ 正确看待友情与爱情，保持同学间纯洁的友谊。



**每个人的生命周期都要经历三大成长阶段，
即童年期、青春期和成人期。**





青春期是一个承上启下的过渡时期，我们的身体和心理都会发生很大的变化，你准备好迎接青春期的自己了吗？



青春期的故事

李蕊自从升入六年级，成绩急剧下降，情绪也经常变化无常，经常与同学发生矛盾，顶撞老师。

“我不喜欢待在学校里，好像住在监狱里一样，一点自由的空间都没有。上课听不进去，成绩也越来越差，读书还有什么意思。又没有真正的朋友，他们都嘲笑我丑，还说我脾气不好不跟我玩。父母也不爱我，要不然为什么要离婚？老师也是很讨厌，期中考试我没考好，老师还特意打电话让我妈妈过来，说我可能有心理问题。也许吧，我也不知道怎么了，很烦，看谁都不顺眼，觉得干啥都没意思。”李蕊自己也很苦闷。



交流

**同学们，你们知道李蕊怎么了么？
你是否也会经常没有缘由的情绪大变，
心烦意乱呢？**



想一想

青春期
从什么时候
开始？

青春期
有哪些
表现？

进入青春期
我们应该注
意什么？



一、解读青春期密码



想一想



什么叫青春期呢？

情绪化？

冲动？

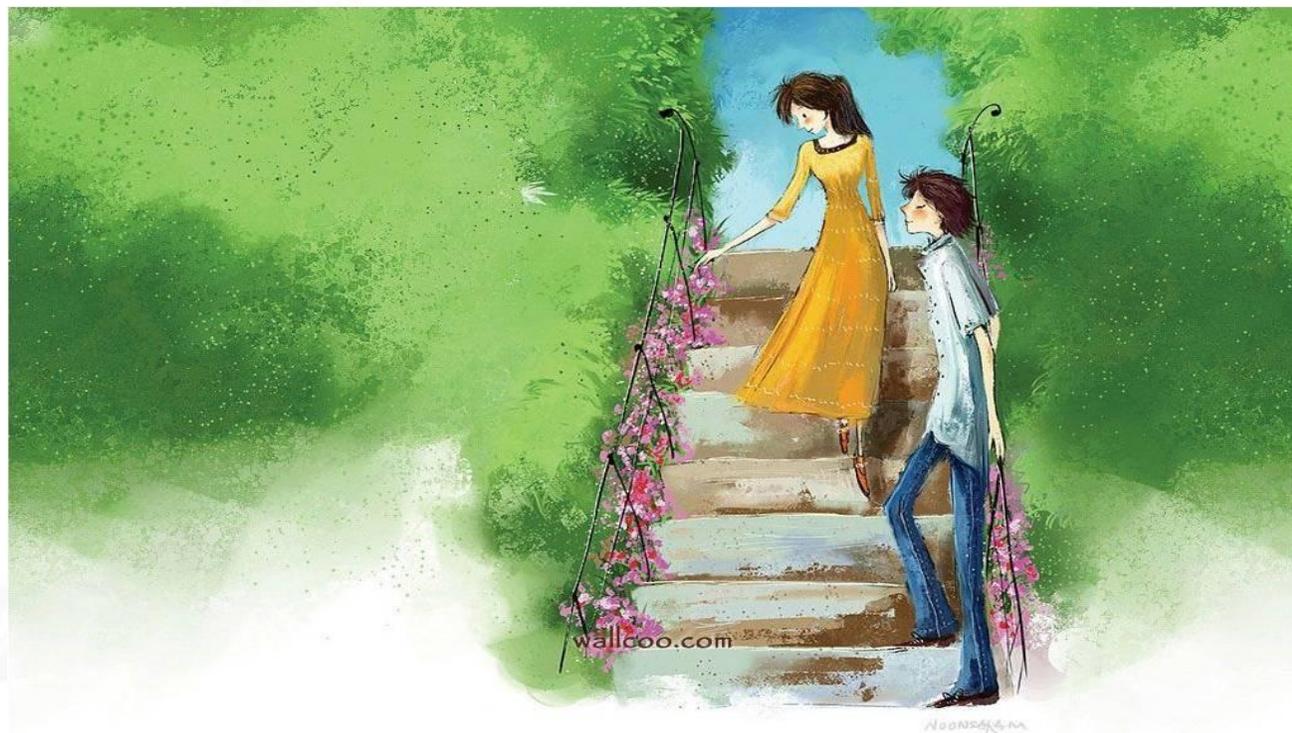
反抗？

叛逆？



青春期

是指由儿童逐渐发育成为成年人的过渡时期，在我国，一般将12~19岁这一年龄段划分为青春期。



男生的青春期一般比女生晚两年，很多女生11岁即进入青春期，男生则一般13岁左右。





进入青春期，我们的身体和思想都会发生很多变化，比如男生开始长胡须、长喉结，开始变声；女生乳房开始发育、开始出现月经等。

我们开始变得更有主见，对他人的评价也变得敏感，这些都是进入青春期正常、健康的表现，我们应该积极乐观地面对。



二、男女生的“三八线”



交流

“三八线”之战，你们有过吗？



三八线

很多同学课桌上有一条“三八线”，用于划分男女生“边界”，约定上课、读书、写字都不能超过“三八线”。

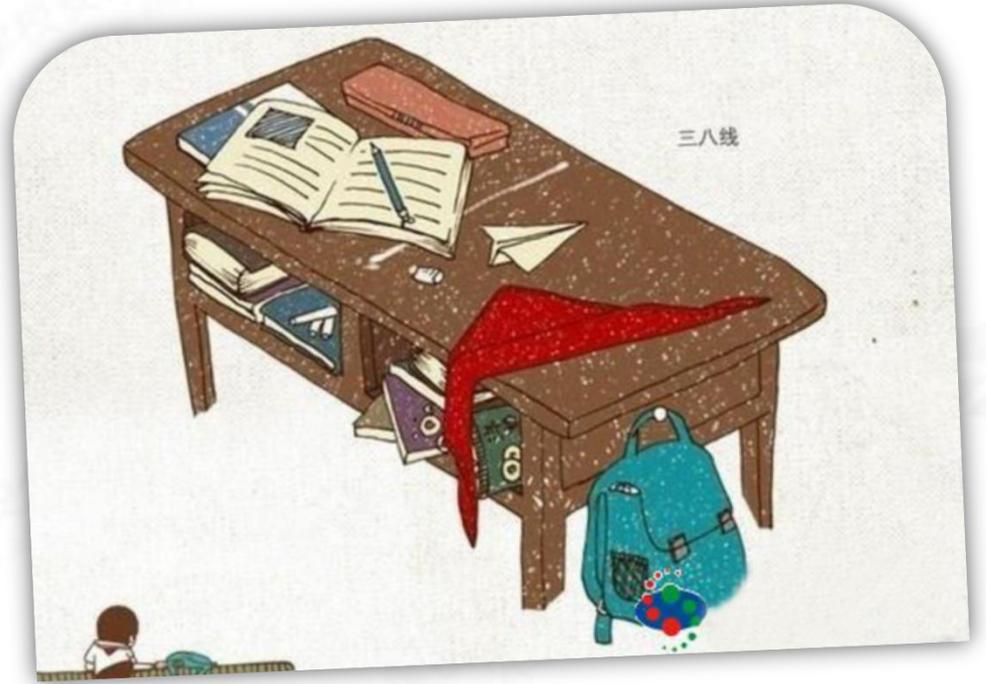




之所以这样，是因为我们在青春期初期时，男生女生在心理上处于相互疏远状态，所以常常在课桌上画出“三八线”，以示“男女有别”。



男女虽有别，但男生与女生都有着各自的优缺点，因此更需要相互学习和包容，“三八线”不但阻碍交流，还可能导致同学矛盾，我们不妨消除“边界线”，与同学平等、友爱地相处。



青春期异性交往的益处

1.有利于智力上取长补短

3.有利于活动中互相激励

2.有利于增进心理健康

5.有利于情感上互相交流

4.有利于个性上互相丰富





讨论

男女生优点对对碰

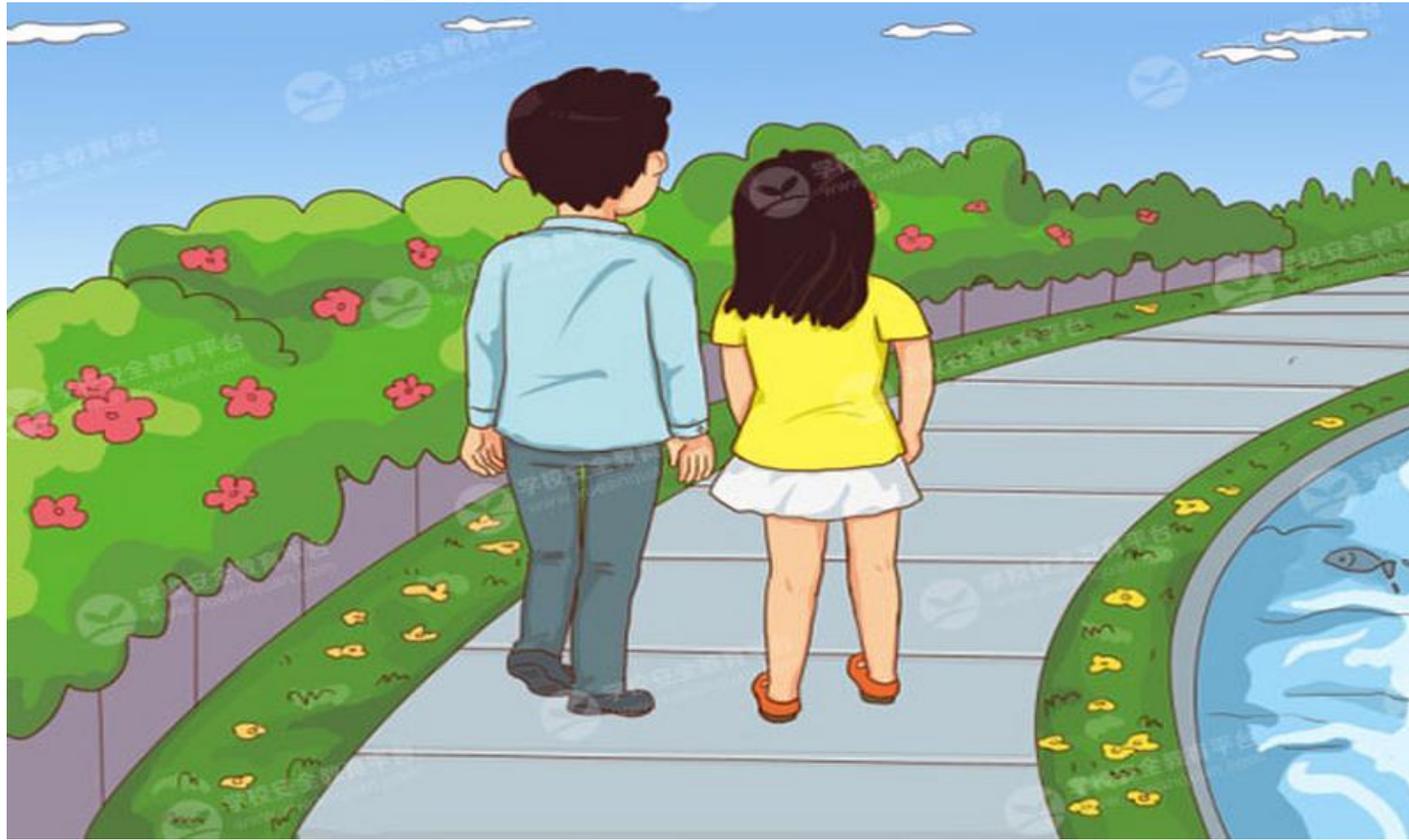
- 1.将班级同学分为几个小组；
- 2.每个小组同学分别写下自己认为的男女生的优点；
- 3.每个小组派代表上台展示本小组的成果；
- 4.小组展示后，观察每组有哪些是相同的，把它们圈出来，同时，把有些小组说得很好、但另外一些小组没有说到的优点一并圈出来；
- 5.教师在同学们讨论的基础上，整理同学们写下的男女生优点；
- 6.教师总结并引入下文。



三、友情与爱情



在青春期，对异性有好感是一件非常正常的事情，但好感并不等于爱情。





人生不同年龄阶段有不同的主题，现在正是学习的“黄金时代”，如把对异性的好感当成“恋爱”，会导致很多不必要的烦恼，失去了友情，并影响学习和生活。



怎样处理早恋呢？

当收到异性的求爱信时，要拒绝但要有策略，不要侮辱挖苦，伤害对方自尊心，不要张扬，能自己处理就自己处理；不能自己处理的交由老师和家长处理，要原谅对方鲁莽之举，大可不必因此而拒绝同任何异性来往。

正在早恋的，要理智地告诉自己，让童心再次驻留心间，把美好的感觉珍藏在心底，让友谊长存，同时多参加集体活动，扩大兴趣。



论一论

如果你收到了异性同学的“爱情小纸条”，
你会怎么处理呢？

青

春

从现在开始，做一本“青春成长日记”，记录下你青春期身体成长和心灵成长的历程。



**青春期是每个人的必经阶段，
不要担心害怕，让我们快乐迎接它吧！**





随堂测评

1.关于青春期的描述，下列说法正确的是：

- A.青春期是童年向成年过渡的时期
- B.青春期一般持续时间很短，几个月就过去了
- C.叛逆期就是青春期

2.当收到异性的爱情小纸条时，我们应该：

- A.高兴地接受
- B.讽刺挖苦对方
- C.委婉拒绝，避免伤害对方自尊心

3.小易觉得自己喜欢上了班上的一个同学，你会给他的建议是：

- A.把这种想法告诉父母，让父母出建议
- B.马上向对方告白
- C.让好朋友帮自己告白

参考答案：

1.A 2.C 3.A





随堂测评

4.关于友情与爱情的描述，下列说法正确的是：

- A.同学之间的好感就是爱情
- B.男女同学之间不存在友情
- C.把对异性的好感当成“爱情”，会导致很多不必要的烦恼，甚至失去朋友

5.有关青春期异性交往，下列说法正确的是：

- A.青春期异性不需要来往
- B.青春期异性交往有利于个性上互相丰富，增进心理健康
- C.青春期异性交往一定会使成绩下降

参考答案：4.C 5.B



谢谢观看

