

**III ступень – «Мой ребенок – старшеклассник»**  
**для родителей учащихся X-XI классов**

| №   | Название раздела, темы занятий, перечень изучаемых вопросов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Сроки проведения |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1   | <b>10 КЛАСС</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                  |
| 1.1 | <p align="center"><b>Тема 1. Здоровье - это жизнь</b></p> <p>Факторы риска для здоровья современной молодежи. Проблема здорового питания. Увлечение диетами.</p> <p>Гиподинамия – проблема современных молодых людей. Стресс и его влияние на здоровье. Вредные привычки.</p> <p>Сохранение здоровья и правила здорового образа жизни. Режим дня</p>                                                                                                                                                                                                                                | октябрь          |
| 1.2 | <p align="center"><b>Тема 2. Первая любовь в жизни вашего ребенка</b></p> <p>Особенности юношеской любви. Культура поведения влюбленных. Как помочь, а не навредить взрослеющему ребёнку</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | декабрь          |
| 1.3 | <p align="center"><b>Тема 3. Роль семьи в формировании репродуктивного здоровья юношей и девушек</b></p> <p>Репродуктивное здоровье юношей и девушек. Факторы риска для репродуктивного здоровья. Условия сохранения репродуктивного здоровья.</p> <p>Отношения между юношами и девушками, любовь и сексуальные отношения.</p> <p>Рискованное поведение молодежи. Незапланированная беременность и аборт. Профилактика ЗППП.</p> <p>Стиль жизни и репродуктивное здоровье молодежи. Влияние семейного воспитания на формирование у подростков ценности репродуктивного здоровья</p> | март             |
| 1.4 | <p align="center"><b>Тема 4. Как помочь старшекласснику обрести уверенность в себе?</b></p> <p>Влияние застенчивости и неуверенности на учебные успехи старшеклассника. Пути преодоления застенчивости и неуверенности старшеклассника дома и в школе</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | май              |
| 2   | <b>11 КЛАСС</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                  |
| 2.1 | <p align="center"><b>Тема 1. Как помочь старшекласснику в профессиональном самоопределении?</b></p> <p>Определение профессиональных склонностей и способностей старшеклассников. Факторы, влияющие на выбор профессии. Роль родителей в процессе выбора профессии и самоопределении старшеклассника. Приоритеты старшеклассников в выборе профессии. Профессиональные династии.</p>                                                                                                                                                                                                 | октябрь          |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |         |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|     | Помощь старшеклассникам в выборе будущей профессии                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |         |
| 2.2 | <p><b><i>Тема 2. Как уберечь ребенка от зависимостей?</i></b></p> <p>Зависимое поведение, его причины, факторы риска. Формирование зависимости.</p> <p>Виды угроз, представляющих опасность для жизни, физического, психического и нравственного здоровья и полноценного развития старшеклассника. Интернет-зависимость. Пути профилактики и преодоления: памятка для родителей</p>                                                                                                                                                          | декабрь |
| 2.3 | <p><b><i>Тема 3. Подготовка старшеклассников к будущей семейной жизни</i></b></p> <p>Воспитание старшеклассника как будущего семьянина. Формирование осознанного отношения к вступлению в брак и будущей семейной жизни. Формирование ценностного отношения к родительству, рождению и воспитанию детей.</p> <p>Роль семейных взаимоотношений и традиций в подготовке старшеклассников к семейной жизни</p>                                                                                                                                  | март    |
| 2.4 | <p><b><i>Тема 4. Как помочь ребёнку в период подготовки к экзаменам?</i></b></p> <p>Профилактика экзаменационного стресса. Факторы, усиливающие и снижающие тревогу. Как помочь старшекласснику справиться с тревогой (мнемотехники, приемы концентрации внимания и приемы расслабления в стрессовой ситуации).</p> <p>Сотрудничество родителей и педагогов в период подготовки старшеклассников к экзаменам. Помощь в подготовке к экзаменам: правила для родителей выпускников. Режим учебного труда и отдыха в экзаменационный период</p> | май     |