

ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ-



ЗДОРОВАЯ СТРАНА!

План занятия:

- Знакомство
- Пре- тестирование (что такое репродуктивная система)
- Моя будущая семья, функция семьи, ответственность)
- Что такое счастье (дискуссия)
- Особенности женского здоровья (повторение)
- Основные функции репродуктивной системы
- Что такое сексуальная функция, когда она созревает
- Любовь и влюбленность
- Целомудрие – чистота тела и духа – лучшее украшение женщины
- Инфекции передающиеся половым путем , чем опасны.
- Беременность – это ответственность. Чудо новой жизни.
- Аборт безопасным не бывает
- Как избежать нежеланной беременности
- Мир может стать лучше, все зависит от тебя, женщина (материнство и алкоголь)
- Пост - тест



Женщине доверено главное чудо на земле – рождение ребенка



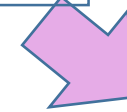
- Родительство – это огромное счастье либо тяжелое испытание
- Здоровье ребенка зависит на 80% от здоровья матери
- Только в семье возможно воспитание гармоничной личности

**Девочки – золотой фонд
каждой нации.
От вашего здоровья сегодня
зависит здоровье
будущих поколений завтра**



Дискуссия: Что такое счастье?

Счастье, оно какое



Невежественное

Обусловленное

Безусловное

Эксперимент с центром удовольствия

Крысу с вживленными в мозг электродами помещали в ящик Скиннера и учили нажимать на рычаг при поступлении электрической стимуляции центра удовольствия. Подопытные крысы нажимали на рычаг тысячу раз в час, чтобы получить стимуляцию. Некоторые животные после 15 или 20 часов непрерывного нажатия на рычаг иногда впадали в коллапс от истощения. Когда они приходили в себя, то снова начинали жать на рычаг. Если экспериментаторы не выключали цепь, то крысы игнорировали пищу, воду, секс, предпочитая нажимать на рычаг

www.fppt.info



Семья – не просто самое главное, а единственно важное условие формирования гармоничной личности



Человек рождается в семье, получает первое представление о человеческих взаимоотношениях, правилах жизни в обществе, о себе самом.



В семье формируются традиции, обычаи, которые передаются из поколения в поколение



Портрет счастливой семьи

- Рассмотрим модель традиционной семьи

Главные утверждения:

В нашей традиции мужчина женится на женщине, женщина выходит замуж.

То есть мужчина и женщина совершают разные действия.



• Рождение семьи:

В нашей традиции мужчина запрограммирован на создание семьи, так же как женщина на рождение ребенка.

Для создания семьи мужчина и женщина должны созреть не только физически, но и социально.

Это происходит примерно к **22 годам**

Более ранние браки недолговечны (за редким исключением)

Мужчина должен быть готов принять на себя **ответственность** за семью.



• Участники семьи:

Кроме отца, матери, детей участниками традиционной семьи являются люди старшего (главного возраста)

Это бабушки, дедушки, прабабушки и прадедушки; все родственники, которых может быть нет рядом, но семья **свято чтит** память о них, продолжая **семейные традиции**.

Часть функций семьи переданы государству, которое защищает интересы семей, проживающих на его территории:



По статистике на 100 ранних браков - 64 развода

Ответственность в семье

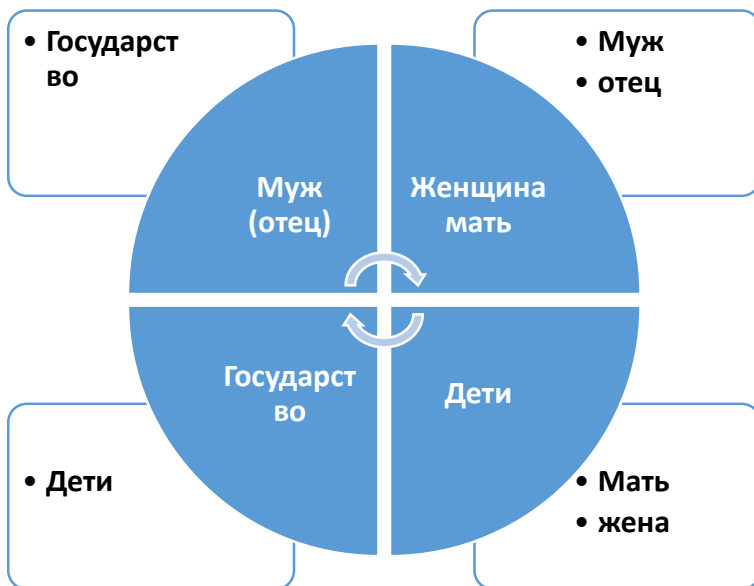
Муж со дня свадьбы несет полную ответственность **перед государством**

За свою жену, за свою семью, за их здоровье, безопасность, комфорт и счастье.

Женщина мать несет ответственность **перед своим мужем** за **здоровье детей**, благополучие и уют в доме.

Дети несут ответственность **перед матерью и отцом** за государство (поскольку являются его будущим).

Каким образом? – Хорошо учатся, помогают родителям, готовятся к взрослой жизни.



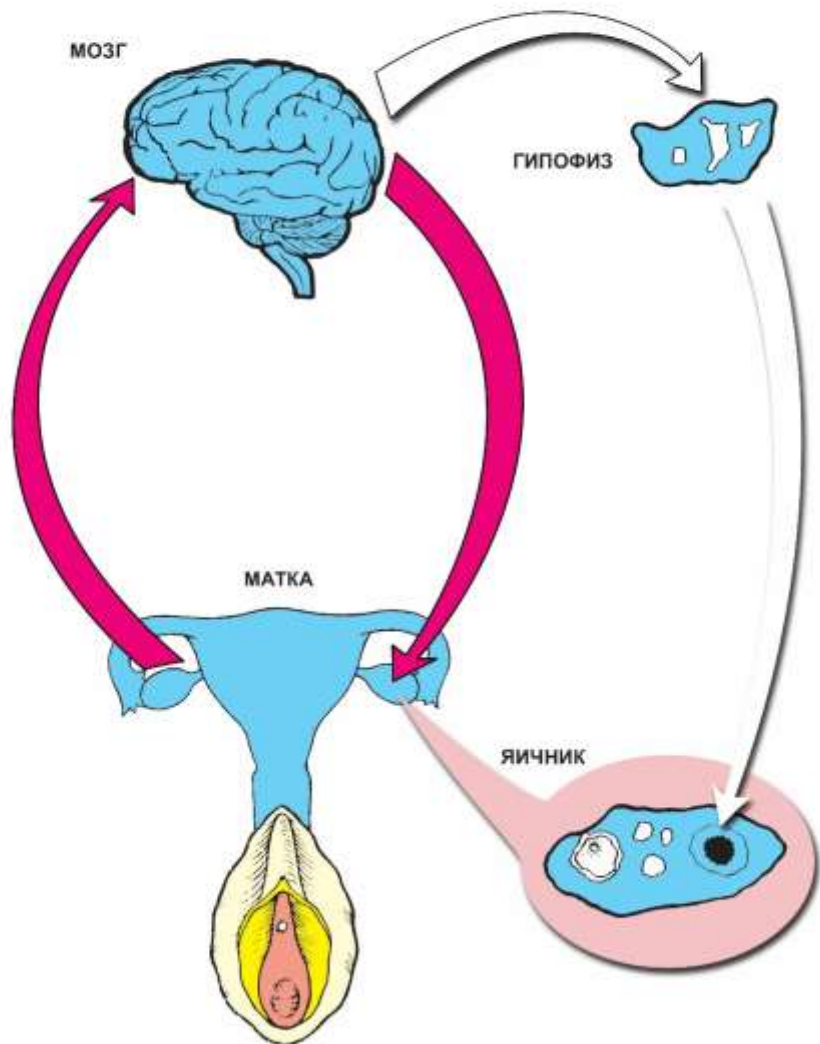
Государство несет ответственность **перед детьми** за мужа(отца).
/Государственная безопасность, экономическая стабильность./

Таким образом , замыкается круг ответственности.

При этом нет первых и последних.

Ответственность распределена в равной степени.

СХЕМА РАБОТЫ ЖЕНСКОЙ РЕПРОДУКТИВНОЙ СИСТЕМЫ



Женское здоровье зависит от здоровья её репродуктивной системы

Органы репродуктивной системы:

яичники, матка, головной мозг (**гипоталамус** и **гипофиз**)

7 лет- гипоталамус начинает вырабатывать особые вещества – **гормоны**.

Эти гормоны стимулируют работу другого отдела головного мозга – **гипофиза**.

А он в свою очередь активизирует половые железы – **яичники**.

В яичниках вырабатываются женские половые **гормоны**

В яичниках созревают уникальные женские половые клетки (**яйцеклетки**), которые при встрече с мужской половой клеткой (сперматозоидом) дают начало новой жизни.



Процесс выхода созревшей яйцеклетки - овуляция

В яичниках примерно раз в 4 недели созревает яйцеклетка.

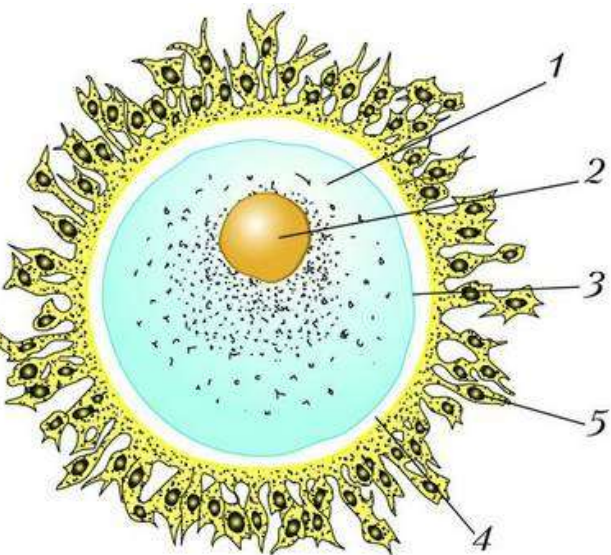
Созревшая яйцеклетка покидает яичник – **овуляция**.

Выйдя из яичника, яйцеклетка тут же подхватывается бахромками маточной трубы и отправляется в полость матки.

По маточной трубе до полости матки яйцеклетка движется 3-4 дня

В это время слизистая оболочка матки (эндометрий) утолщается, обогащается питательными веществами, готовится к встрече зародыша

Если оплодотворения не произошло, эндометрий отторгается вместе с яйцеклеткой - **менструация**



Интересный факт:
В яичниках содержится полный запас яйцеклеток на всю жизнь, они там появились, когда ты была еще в утробе матери.



ЖЕНСКАЯ РЕПРОДУКТИВНАЯ СИСТЕМА

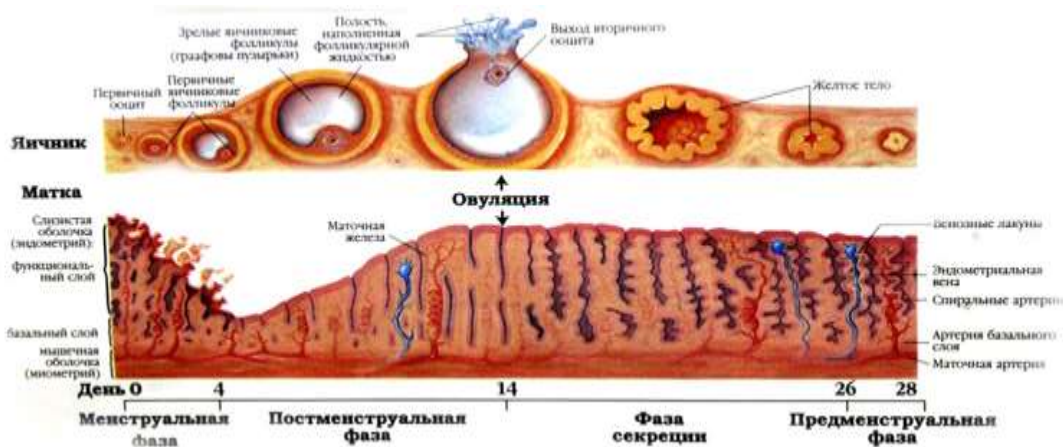
Баланс гормонов – важная составляющая здоровья .



Эстрогены – главные женские гормоны , они обеспечивают мягкие женственные черты тела, красивую кожу, защищают женщину от множества болезней. Поддерживают позитивный настрой . Обеспечивают созревание яйцеклетки.

Прогестерон – уникальный женский гормон, подготавливает матку к прикреплению эмбриона, сохранению беременности, вырабатывается желтым телом после овуляции. Регулирует менструальный цикл.

Женские гормоны отвечают не только за физические но и психические процессы в организме.



Признаки дисбаланса гормонов:

Резкие перепады настроения без видимой причины, головные боли, нарушение сна, повышенная потливость, утомляемость, раздражительность, угревая сыпь, повышение массы тела или наоборот задержка физического развития, нарушение менструального цикла .

«mens» -месяц, луна. Лунный цикл.

У большинства девочек первая менструация появляется в 12-14 лет.

Однако начало менструации и в 10 и 15 лет не является отклонением от нормы

Менструации повторяются через определенный промежуток времени:

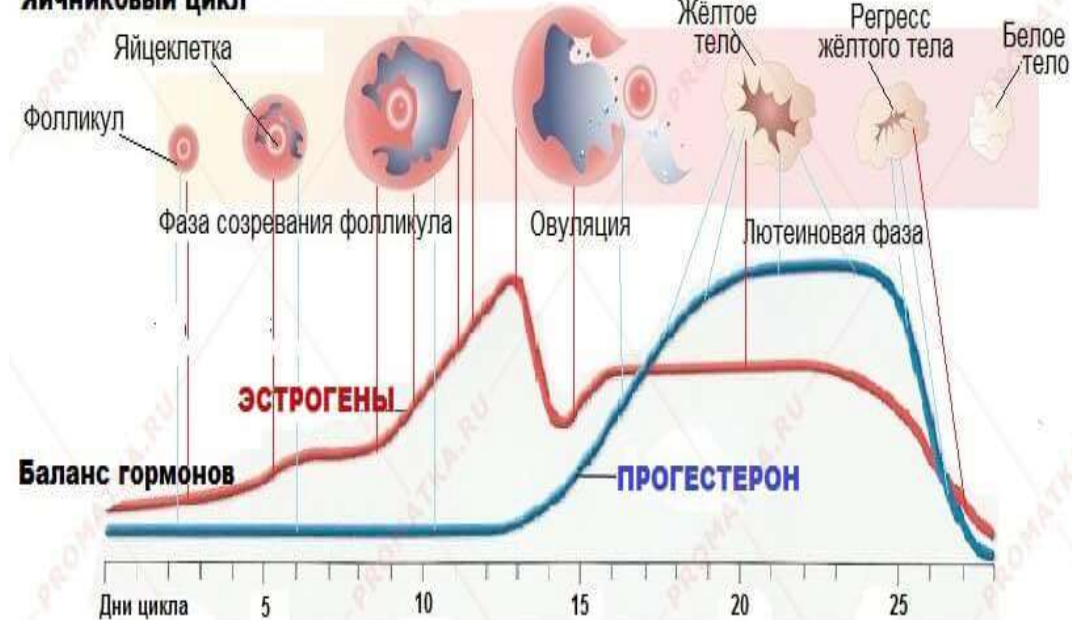
- Период **от первого дня** одной менструации **до первого дня другой** менструации называется менструальным циклом
- Регулярный менструальный цикл – от **21 до 36 дней**
- Продолжительность и интенсивность менструальных выделений индивидуальна, в среднем **3-7 дней**

В каких случаях требуется консультация врача гинеколога?

- ✓ Если цикл короче или длиннее 21-36 дней
- ✓ Если задержки менструаций сохраняются через полгода от начала первой менструации
- ✓ Если в 15 лет менструации еще не начались
- ✓ Если серьезно беспокоят и мешают в повседневной жизни боли при менструации
- ✓ Если обильные кровянистые выделения длятся более 7 дней
- ✓ Если выделения желтые, зеленые, пенистые с резким неприятным запахом

Менструальный цикл

Яичниковый цикл



Маточный цикл



Три функции репродуктивной системы

Формирует женский организм

7-10 лет

Начинается быстрый рост

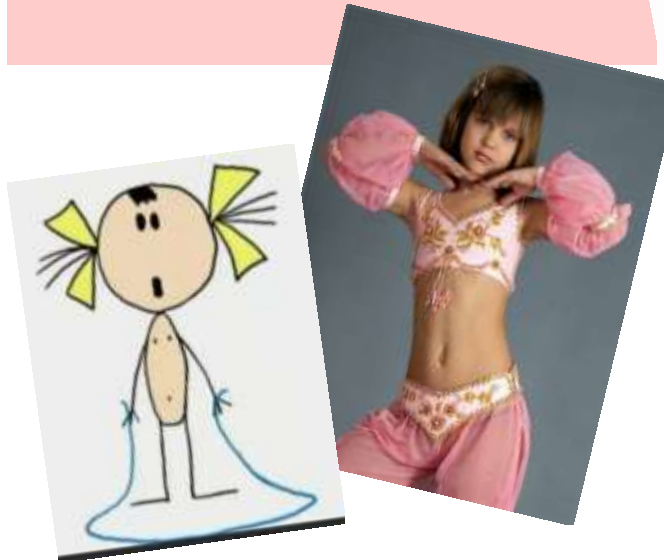
Слегка меняется голос

Становятся полнее предплечья, расширяются бедра, фигура становится женственнее

10-12 лет

Начинают развиваться молочные железы

Начинают расти волосы на лобке и в подмышечных впадинах



Готовит к рождению детей

12-14 лет

Возникают первые менструации – самое важное событие, которое происходит с девушкой в период полового созревания

18-21 год

Формируются органы репродуктивной системы



Сексуальная функция

Главным смыслом и назначением сексуальной жизни в природе служит забота о продолжении рода.

Главной мозг, который отвечает за реализацию этой функции **завершает свое развитие к 22 годам**

Только в 22 года можно сказать «Вот теперь я стала взрослой»

