

Data publikacji: 8 maja 2020 r.

Tydzień obowiązywania: 11 –15 maja 2020 r.

Lekcja 7

Temat: Moje dojrzewanie. Zajęcia dla dziewczynek

Cel: Dowiemy się, jakie zmiany zachodzą u dziewczynek w czasie dojrzewania.

Opis lekcji: praca z tekstem przygotowanym przez nauczyciela

Pamiętaj, że nic z tej lekcji nie jest do zanotowania, bo przecież nie ma zeszytu przedmiotowego. Nie ma też podręcznika, stąd materiał pisany przeze mnie. Nie musisz czytać wszystkiego od razu. A może jednak wyda Ci się ciekawy? Zadania domowe to po prostu zadania dotyczące codziennego życia, nie musisz pokazywać mi, że zostały wykonane.

Dojrzewanie to jeden z najbardziej zagadkowych okresów w Twoim życiu. To czas, w którym jesteś lub wkrótce się znajdziesz. Będzie to zarówno ekscytujące, jak i czasami przygnębiające. Dlaczego? Ponieważ szalejące hormony będą zmieniać Twoje ciało i umysł, powodując szereg nowych dolegliwości fizycznych i emocjonalnych. Nie możesz tego czasu zatrzymać, nie masz też na to żadnego wpływu. Twoje ciało będzie samo wiedziało, kiedy zmiany powinny następować i kiedy się zakończą. Wszystko dlatego, że każdy człowiek ma swój własny zegar biologiczny. I każdy człowiek przechodzi czas dojrzewania.

Pomyśl, co możesz robić teraz lub co będziesz mogła robić w niedalekiej przyszłości, a co było zabronione, niedostępne dla Ciebie jeszcze nie tak dawno, na przykład 3 – 4 lata temu. To będą te dobre strony dojrzewania.

Wszystko się zmienia. Spróbuj przypomnieć sobie niektóre z rzeczy, które interesowały Cię, kiedy byłaś w wieku przedszkolnym:

- ulubiona zabawka
- ulubione święto
- największe problemy
- ulubione gry
- ulubiona forma spędzania wolnego czasu
- najlepsze koleżanki / koledzy

A jak jest teraz?

W okresie dojrzewania następują zmiany fizyczne i psychiczne. Czy potrafisz wymienić kilka zmian fizycznych i kilka psychicznych? Jak myślisz, których jest więcej – psychicznych czy fizycznych?

Obejrzyj filmik i ciesz się swoim czasem dojrzewania!

<https://www.youtube.com/watch?v=YavEH9CdoXM>