Автор: Администратор
23.03.2021 09:25 - Обновлено 23.03.2021 09:35

Предподростковый возраст начинается с 10-11 лет.

С 11 до 17 лет - подростковый возраст. Основной особенностью этого возраста являются резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития. Процесс анатомо-физиологической перестройки является фоном, на котором протекает психологический кризис. Активизация и сложное взаимодействие гормонов роста и половых гормонов вызывают интенсивное физическое и физиологическое развитие. Увеличиваются рост и вес ребенка, у мальчиков в среднем пик «скачка роста» приходится на 13 лет, а заканчивается в 16-17 лет. У девочек «скачок роста» начинается с 11 лет и заканчивается в 15 лет. Изменение роста и веса сопровождается изменением пропорций тела. Сначала до «взрослых» размеров дорастают голова, кисти рук и ступни, затем конечности - удлиняются руки и ноги - и в последнюю очередь туловище. Интенсивный рост скелета, достигающий 4-7 см. в год, опережает развитие мускулатуры. Все это приводит к некоторой непропорциональности тела, подростковой угловатости. Дети часто ощущают себя в это время неуклюжими, неловкими.

В связи с быстрым развитием возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга. Поэтому для подростков характерны изменение АД (артериального давления), повышенная утомляемость, перепады настроения, гормональная буря - что приводит к неуравновешенности и другим последствиям.

Более подробно в интервью с психологом АУ РА «Комплексный центр социального обслуживания населения» (на алтайском языке), (Сӱрлӱ кӱнле! (Тулаан айдың 18-чи кӱни): {spoiler title=Подростковый возраст. Психологические особенности подростка opened=0}{youtube}2q-5ObQt4Rk|640|480|0{/youtube}{/spoiler}