

**МАТЕРИАЛЫ К РОДИТЕЛЬСКОМУ
СОБРАНИЮ
2-4 КЛАССЫ**

ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА

1. Собственная готовность отвечать на вопросы
2. Информирование (важно начать до 7 лет)
 - Правило нижнего белья (с 3-х лет)
 - «Нет! Уйди! Расскажи!» (с 4-х лет)
 - Основы полового воспитания (примеры книг)
 - Ответы на **ВСЕ** вопросы (правда, по возрасту)

ПРАВИЛО НИЖНЕГО БЕЛЬЯ

Я хочу поговорить с тобой о безопасности, связанной с твоим телом.

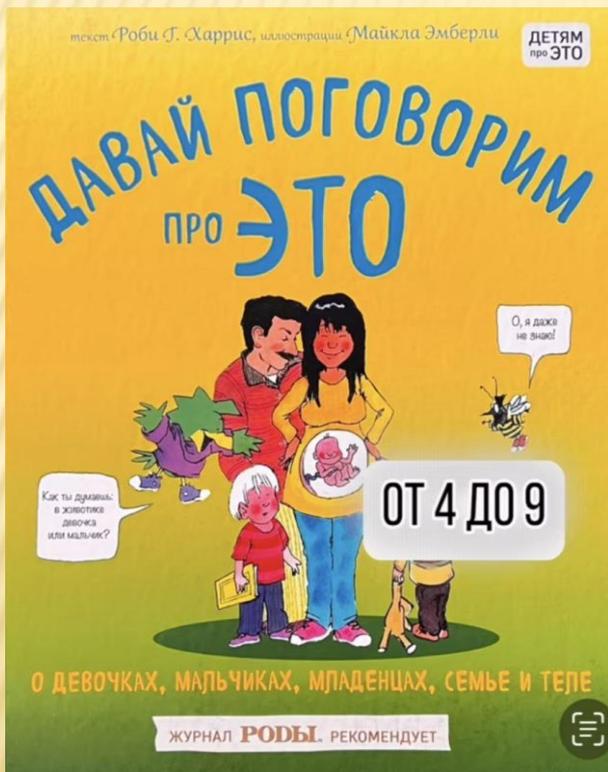
Некоторые части тела людей интимные - это те, которые мы закрываем трусиками и маечкой. У тебя они тоже есть - они называются так-то и так-то.

Никто не имеет права просить тебя их показать, сфотографировать или трогать. Кроме родителей (по вопросам здоровья) и врача в присутствии родителей.

КНИГИ ПО ПОЛОВОМУ ВОСПИТАНИЮ

1. Обращаем внимание на маркировку ограничения по возрасту (учитываем, когда она ставится 18+)
2. Находим отзывы или фото разворотов, чтобы ознакомиться с содержанием
3. Проверяем, не противоречит ли книга нашим собственным убеждениям и сможем ли мы ответить на вопросы по данной книге

ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА



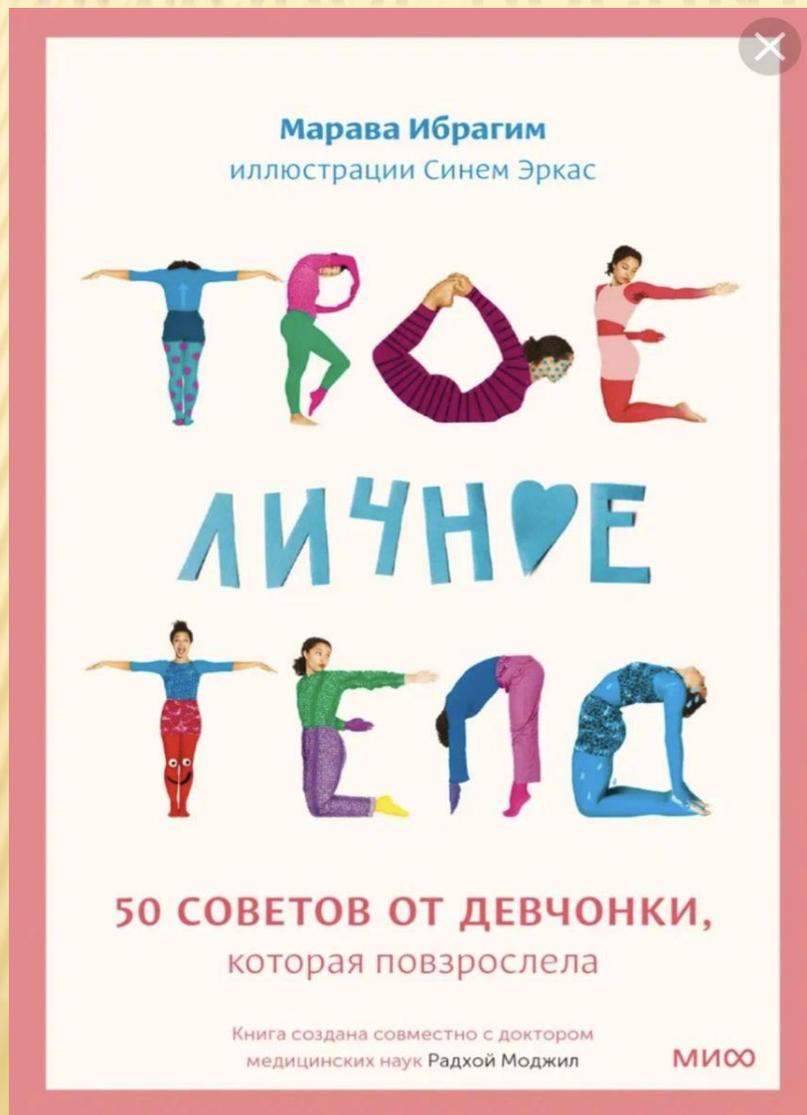
ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА



ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА 8+



ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА 10+



ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА 12+(10+)



Содержание

Переходный возраст	3
Этапы взросления	4
Как действуют гормоны?	6
Гонка роста и веса	8
А теперь басом	10
Что с моей кожей?	12
Волосы повсюду	14
Искусство бриться	16
Пот, запах и личная гигиена	18
Что происходит внизу?	20
Что ещё происходит внизу?	22
Незнакомые эмоции	24
Зачем нужен секс?	26
Откуда берутся дети?	28
Будь уверен в себе!	30
Перепады настроения	32
Как справиться с эмоциями?	34
Здоровая еда	36
Сила тренировок	38
Личные границы	40
Как взрослеют девочки?	42
У девочек свои заботы	44
Словарь взросления	46
Предметный указатель	47
Полезная информация	47

The table of contents is presented on a green background with a white dotted border. The title 'Содержание' is in a yellow rounded rectangle at the top. The list of topics and page numbers is arranged in two columns.

ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА 12+(10+)



Взрослеть — круто! Но иногда переходный возраст застаёт врасплох. Понимая, как будут меняться тело и настроение, прожить этот период можно гораздо комфортнее. Эта книга затрагивает многие темы, на которые стесняются говорить взрослые.

Из неё ты узнаешь:

- ★ что такое месячные,
- ★ как выбрать бюстгальтер,
- ★ как бороться с прыщами,
- ★ полезно ли сидеть на диетах,
- ★ зачем нужен секс,
- ★ как поверить в себя.

Откровенный, тактичный разговор и забавные иллюстрации помогут узнать больше о себе, о мальчиках, об уходе за телом, о правильном питании и занятиях спортом, а также о чувстве влюблённости и других переживаниях, а значит — подготовиться к изменениям и уверенно войти в новый этап жизни.

КНИГА СОДЕРЖИТ ВОЗРАСТНЫЕ ОГРАНИЧЕНИЯ 12+

ISBN 978-5-00169-132-7

9 785001 691327

Миф Детство | Детские книги на сайте mann-ivanov-ferber.ru | facebook.com/mifdetstvo | vk.com/mifdetstvo | instagram.com/mifdetstvo

ОДНАКО, ЕСЛИ ВЫ В ОТКРЫТОМ ДИАЛОГЕ С РЕБЁНКОМ И В ВАШЕЙ СЕМЬЕ ЕСТЬ ПВ, А ТАКЖЕ, ЕСЛИ У РЕБЁНКА НАЧАЛОСЬ ПОЛОВОЕ СОЗРЕВАНИЕ, ТО С 9 ЛЕТ, ЭТА КНИГА БУДЕТ ВПОЛНЕ УМЕСТНА

The back cover features a yellow background. At the top, there is a cartoon illustration of a girl with pigtails, wearing a white t-shirt and blue shorts, holding a hockey stick. Below the illustration, there is a block of text in Russian. A blue banner with white text reads 'КНИГА СОДЕРЖИТ ВОЗРАСТНЫЕ ОГРАНИЧЕНИЯ 12+'. Below this, there is a barcode and the ISBN number. At the bottom, there is a list of social media links for 'Миф Детство'. A large blue banner with white text at the very bottom contains a disclaimer: 'ОДНАКО, ЕСЛИ ВЫ В ОТКРЫТОМ ДИАЛОГЕ С РЕБЁНКОМ И В ВАШЕЙ СЕМЬЕ ЕСТЬ ПВ, А ТАКЖЕ, ЕСЛИ У РЕБЁНКА НАЧАЛОСЬ ПОЛОВОЕ СОЗРЕВАНИЕ, ТО С 9 ЛЕТ, ЭТА КНИГА БУДЕТ ВПОЛНЕ УМЕСТНА'.

ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА 12+



СОДЕРЖАНИЕ

Об авторах	8
Введение	9
Часть 1. Уважение рождается внутри	
1 Уважение — что это значит для тебя?	13
7 принципов уважения	14
Пара слов о неуважении	18
Что посеешь, то и пожнешь	22
2 Твой ум	27
Узнай себя лучше	29
Прислушайся к чувствам и потребностям	34
Говори с собой уважительно	35
Уверенность в себе и смелость	37
Учись на ошибках	39
Меняйся	41
3 Твое тело	44
Истинная красота	45
Твое тело — твой выбор	47
Развивай достоинства	54
4 Ты и СМИ: коэффициент внушаемости	62
Популярные мифы	63
Дай отпор СМИ	71

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МiMiBa](#)

Часть 2. Уважай и добивайся уважения

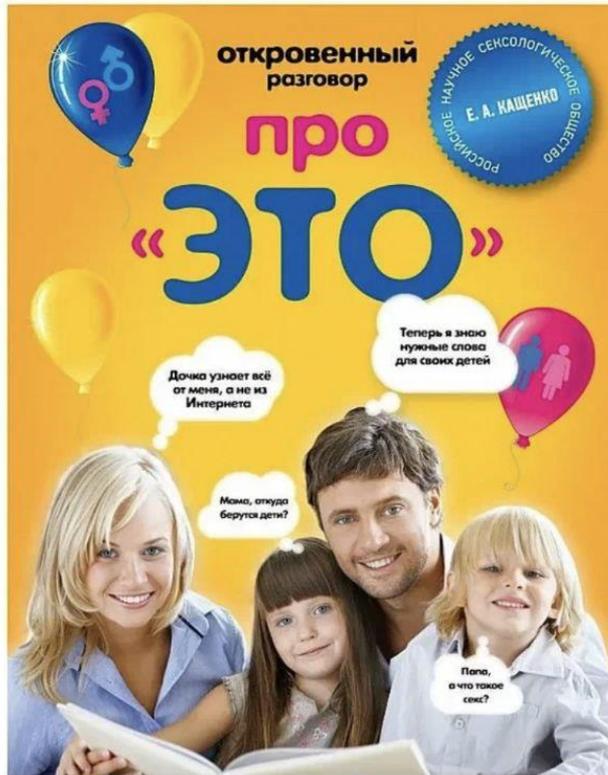
5 Семья	79
Основы общения	80
Соблюдаются ли твои права?	88
Братья и сестры	92
Найди доверенного взрослого	95
6 Друзья	97
Женская дружба	97
Сложные ситуации	102
Иногда нужно расстаться	106
7 Отношения	111
Три волшебных фразы	112
Важные вопросы	114
«Да» и «нет» хороших отношений	116
Расставание	122
8 Секс	128
Это твой выбор	130
Честный разговор	141
Что-то пошло не так	142

Часть 3. Время действовать

9 Насилие, и как ему противостоять	149
Факты	151
Насилие в отношениях	153
Семейные тайны	158
Сексуальное насилие	159
Восстановление после травмы	160
10 Защити себя	163
Найди и покажи свою силу	163
Уличная мудрость	169
Запишись на курсы самообороны	173
11 Твои права в школе	177
Харассмент и дискриминация	178
Борьба с дискриминацией	180
Разорви порочный круг сплетен	185
Школа без дискриминации	189

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МiMiBa](#)

РОДИТЕЛЯМ И ДЕТЯМ



Содержание

ОТ АВТОРА — РОДИТЕЛЯМ.....	5
СЕКСОЛОГИЯ.....	11
ЖЕНСКИЕ ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ.....	17
МЕНСТРУАЦИЯ.....	21
МУЖСКИЕ ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ.....	25
ПОЛОВАЯ ГИГИЕНА.....	29
ПОЛОВЫЕ ЖЕЛЕЗЫ.....	33

ЕСЛИ РЕБЕНОК УЖЕ ЧТО-ТО УВИДЕЛ...

- Выяснить, что именно он увидел
(напугало ли его что-то, понял ли он что это и т.д.)
- Объяснить содержимое по возрасту
(книжки по половому воспитанию)
- Объяснить, что это ФИЛЬМ, что там актёры,
которые работают по сценарию
- Дать возможность отреагировать увиденное
(проговорить, нарисовать, слепить и т.д.)

ПРИМЕР БЕСЕДЫ

- ✘ Я понимаю, что тебе это интересно, я могу рассказать тебе об этом подробнее и предостеречь от возможных неприятностей. Контент 18+ предусмотрен для взрослых и детской психике он может навредить. Я готова обсудить любые темы и ответить на все вопросы, а для того, чтобы защитить тебя, на всех гаджетах мы установим возрастные ограничения.

ПРИМЕР БЕСЕДЫ

- ✘ - Почему детям нельзя смотреть фильмы для взрослых?
- ✘ - Например, водительские права человек получает после 18 лет, потому что до 18 лет мозг не способен отвечать за ситуации высокого риска. На серьёзную работу человек может устроиться после 18 лет, потому что нести ответственность и переносить нагрузку организм и мозг еще до конца не способны. Фильмы имеют возрастные ограничения 6+, 12+, 16+, 18+ для того, чтобы не напугать ребенка и не вызвать у него неприятные мысли и чувства. В каждом возрасте психика имеет свои особенности, детская психика очень ранима, поэтому её нужно беречь.

ПРИМЕР БЕСЕДЫ

- Почему интимные отношения только для взрослых?
- В интимные отношения люди вступают когда они:
 - ✗ в возрасте не младше 16 лет, потому что это возраст согласия по закону РФ;
 - ✗ любят друг друга;
 - ✗ могут нести ответственность за последствия своих действий;
 - ✗ способны испытывать влечение (после полового созревания);
 - ✗ знают, где получить помощь в случае неприятностей и могут её оплатить;
 - ✗ знают своё тело и могут свободно говорить об интимной близости.

ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ

- ✘ Гаджеты, родительский контроль
- ✘ Знать о предстоящем половом созревании: менструации, поллюции
- ✘ Рассказать про опасности (секстинг)
- ✘ Говорить о границах, своих и чужих, привязанности, любви

РОДИТЕЛЬСКИЙ КОНТРОЛЬ

- ✘ **Google Family Link** (бесплатное)
- ✘ **Kaspersky SafeKids** (приложение платное, есть бесплатные возможности)
- ✘ **Kidslox** (приложение платное, есть бесплатные возможности)
- ✘ **Norton Family parental control** (платное)

Рекомендации

1. Книги:

✗ Ю.Б. Гиппенрейтер:

«Общаться с ребенком. Как?», «Чудеса активного слушания», «Чувства и конфликты».

✗ Петрановская Л.В. – книги и лекции

✗ Роберт Уинстон. Как помочь ребенку повзрослеть. Иллюстрированное руководство для родителей по переходному возрасту.

2. Единый Общероссийский телефон доверия для детей, подростков и РОДИТЕЛЕЙ 8-800-2000-122

Звонок с любого мобильного или стационарного телефона бесплатный.

Сайт телефона доверия, где можно найти полезную информацию и ответы на вопросы

<https://telefon-doveria.ru/about/>

3. Информационный портал для родителей www.ya-roditel.ru

✗ Консультации психологов, рекомендации по воспитанию, статьи специалистов по вопросам психологического благополучия детей и многое другое.

4. Портал психологической поддержки Московской области <https://phmr.ru>

✗ - индивидуальное консультирование родителя

✗ - индивидуальное консультирование обучающегося (по запросу родителя и / или специалиста)

✗ - индивидуальное консультирование обучающегося (самостоятельное обращение)

3. Школьный психолог: Майорова Нина Николаевна

+7 977 353 74 65 (Whats App)