

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

| №п/п | Название раздела, темы занятий, перечень изучаемых вопросов | Сроки проведения | Ответственные |
|-------------------|--|------------------|-------------------------------|
| 10-й класс | | | |
| | Тема 1. Здоровье - это жизнь | | |
| 1. | Факторы риска для здоровья современной молодежи. Проблема здорового питания. Увлечение диетами. Гиподинамия – проблема современных молодых людей. Стресс и его влияние на здоровье. Вредные привычки. Сохранение здоровья и правила здорового образа жизни. Режим дня (лекция) | 25.10.2025 | Саламатина И.З. |
| | Тема 2. Первая любовь в жизни вашего ребенка | | |
| 2. | Особенности юношеской любви. Культура поведения влюбленных. Как помочь, а не навредить взрослеющему ребёнку (дискуссия) | 20.12.2025 | Саламатина И.З. |
| | Тема 3. Роль семьи в формировании репродуктивного здоровья юношей и девушек | | |
| . | Репродуктивное здоровье юношей и девушек. Факторы риска для репродуктивного здоровья. Условия сохранения репродуктивного здоровья. Отношения между юношами и девушками, любовь и сексуальные отношения. Рискованное поведение молодежи. Незапланированная беременность и аборт. Профилактика ЗППП. Стиль жизни и репродуктивное здоровье молодежи. Влияние семейного воспитания на формирование у подростков ценности репродуктивного здоровья (круглый стол) | 21.03.2026 | Саламатина И.З. |
| | Тема 4. Как помочь старшекласснику обрести уверенность в себе? | | |
| 4 | Влияние застенчивости и неуверенности на учебные успехи старшеклассника. Пути преодоления застенчивости и неуверенности старшеклассника дома и в школе (психологический тренинг) | 23.05.2026 | Саламатина И.З. |
| 11-й класс | | | |
| | Тема 1. Как помочь старшекласснику в профессиональном самоопределении? | | |
| 1. | 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. Помощь старшеклассникам в выборе будущей профессии (семинар - практикум) | 25.10.2025 | Грищенко Ю.И. Панасик И.Н. |

| | | | |
|----|--|------------|-------------------------------|
| 2. | <p><i>Тема 2. Как уберечь ребенка от зависимостей?</i> Зависимое поведение, его причины, факторы риска. Формирование зависимости. Виды угроз, представляющих опасность для жизни, физического, психического и нравственного здоровья и полноценного развития старшеклассника. Интернет-зависимость. Пути профилактики и преодоления: памятка для родителей (конференция)</p> | 20.12.2025 | Грищенко Ю.И. Панасик И.Н. |
| 3. | <p><i>Тема 3. Подготовка старшеклассников к будущей семейной жизни.</i> 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. Роль семейных взаимоотношений и традиций в подготовке старшеклассников к семейной жизни (дискуссия)</p> | 21.03.2026 | Грищенко Ю.И. Панасик И.Н. |
| 4. | <p><i>Тема 4. Как помочь ребёнку в период подготовки к экзаменам?</i> Профилактика экзаменационного стресса. Факторы, усиливающие и снижающие тревогу. Как помочь старшекласснику справиться с тревогой (мнемотехники, приемы концентрации внимания и приемы расслабления в стрессовой ситуации). 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 (вебинар)</p> | 23.05.2026 | Грищенко Ю.И. Панасик И.Н. |