**Половое воспитание** – процесс, направленный  на выработку качеств, свойств, установок личности, определяющих полезное для общества отношения человека к представителям другого пола.

Подростковый период – это самый ответственный возраст и реальный шанс научить детей сексуальному здоровью. Актуальность этого вопроса связана с ускоренным формированием структур и функций детского организма, с опережающим развитием психосексуальной сферы.

Наряду с биологическими факторами это обусловлено условиями жизни и питания, методами родительского воспитания.  Половое развитие зачастую опережает формирование социально принятых моральных и этических норм поведения, делая подростков восприимчивыми и зависимыми от сексуальных проблем, затрудняя адекватное управление влечениями.

 В 7-10 лет дети особенно любознательны, у них возникает потребность в расширении представлений о мире живой природы.11-12 лет - начало пубертатного периода, возрастает концентрация половых гормонов, появляются вторичные половые признаки. Это время первой любви, которая имеет большое значение для становления здоровой сексуальности.

Начало полового созревания у девочек характеризуется их повышенной нервозностью, слезливостью, обостренным недовольством своей внешностью. В этом возрасте подростки предпочитают проводить время в обществе сверстников своего пола, где формируются стереотипы возрастного поведения. Дети начинают копировать поведение и черты внешности значимых для них взрослых или старших сверстников (способ отдыха, увлечения, украшения, прически, косметика).

В 13 – 15 лет подростки  вступают в период половой зрелости (часть девочек вступает в репродуктивный период). У мальчиков, это время отмечено как начало периода юношеской гиперсексуальности (до 18-19 лет). Ведущим видом деятельности подростка является интимно-личностное общение, заключающееся  в построении отношений с противоположным полом.

Наступление полового созревания застает врасплох неосведомленных подростков, важно заранее подготовить их к этим изменениям, подчеркнуть здоровый характер этих процессов, научить правилам личной гигиены.

**Рекомендации родителям**

**1.**Необходимо обеспечить подростка полной информацией о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании ( менструации, рост груди, волос в области гениталий и т.д.); о венерических заболеваниях; о сексуальных отношениях и насилии; способах контрацепции; переживаниях и страхах и т.д.

2. Выброс большого количества половых гормонов вызывает у подростка бурные эмоции, вспышки ярости и агрессии, немотивированную грусть, нервная система не терпит грубого вмешательства и неуважительного отношения к его переживаниям.

3. Прививать скромность в половых вопросах, воспитывать правильное отношение будущего мужчины к женскому полу.

4.Разговаривать на любые интимные темы, вызывающие интерес подростка.   Многие подростки страдают от отсутствия в их жизни уважаемого ими взрослого, который сможет всегда выслушать и помочь в трудной ситуации.

**Помните, будучи однажды отвергнутым или осмеянным при просьбе о совете по вопросу любовных или сексуальных отношений, подросток никогда впредь не возобновит разговор с взрослым, поскольку пубертатный период отличается особой ранимостью и чувствительностью личности.**

Основа  полового воспитания тесно связана с понятием «любовь». Подростки должны знать, что сексуальные отношения существуют не ради секса, а во имя высшего выражения зрелой  и чистой любви.

 В вопросах  полового воспитания подросткам рекомендуется повременить с началом половой жизни до того момента, когда они достигнут зрелости (18 лет).

В силу психологической незрелости многие старшеклассники не готовы к браку, к будущему родительству и нуждаются в грамотном половом воспитании.

Воспитание нравственных ценностей у подростков требует от родителей необходимости быть примером. Молодых людей нужно длительное время готовить к созданию семьи и родительству, обсудить вопросы планирования семьи, воспитания и ухода за детьми, трудности, с которыми сталкиваются молодые семьи.

 Подростки должны знать о средствах контрацепции и уметь ими пользоваться. Они должны знать, что беременность и рождение ребенка является важным событием в жизни семьи и общества.

 Хороший климат в семье – лучшее средство в воспитании подростков. От тех установок, которые родители смогут дать ребенку, зависит его будущее семейное положение, отношение к браку, к противоположному полу, его поведение в сексуальных отношениях.

  Подавить желание к интимной жизни могут увлечения интересным делом, занятия физкультурой и спортом, утренняя зарядка, правильный режим дня, отказ от употребления алкоголя, наркотических препаратов, выработка таких черт характера, как сила воли, честность, мужское достоинство.

 Нездоровая атмосфера в семье (пьянство, брань, безнравственное поведение взрослых) формирует у подростков распущенность и цинизм.