

复习：人的生殖

1. 一个人的生命是从受精卵开始的。
2. 男性生殖系统中，产生生殖细胞的器官是睾丸，
输送生殖细胞的器官是（输精管）；
女性生殖系统中，产生生殖细胞的是卵巢，
输送生殖细胞的器官是输卵管。
3. 受精卵不断进行分裂和分化，逐渐发育成胚泡，
_____缓慢地移动到子宫中，子宫内膜入，
这是怀孕的开始。
4. 子宫是胚胎和胎儿发育的场所。

5、胚胎发育的过程：**受精卵、胚泡、胚胎、胎儿**

6. 胎儿与母体进行物质交换的器官是（ ）
胎盘和脐带

7、（ **38** ）周后，胎儿发育成熟，成熟的胎儿和胚盘从母体阴道排出的过程叫做（ **分娩** ）。



新课导入

名人名言

青春是有限的，智慧是无穷的，趁短短的青春，去学习无穷的智慧。

——高尔基

第四单元 第一章

第三节 青春期



人出生后的发育通常是指哪个阶段？

出生后的发育：经历婴儿期、幼儿前期、幼儿期、童年期、青春期、青年期。

婴儿期——从出生到一周岁。

幼儿前期——（托儿所年龄期）一至三岁。

幼儿期——（幼儿园年龄或学前期）三至六、七岁。

童年期——（小学年龄期）六、七至十一二岁。

青春期——约十至二十岁

（人生中身体发育和智力发展的黄金时期）。

青年期——约二十至二十五岁。

新生儿诞生后继续发育，其中生长比较快的两个阶段是：一是出生后到1岁，二是青春期。现在，大多数同学已经进入青春期，你知道你的身体发生了怎样的变化？如何才能健康地度过青春期？

青春期——是人体由童年生长发育到成人的过渡时期，这一时期人体的形态、某些器官的结构、功能都有显著的变化。
。是一个人智力发展的黄金时期。



想一想，议一议

为什么会长“青春痘”？

青春人人“爱”，痘痘人人“碍”；

中医师指出，青春痘可分湿热上蒸型及瘀血阻滞型。

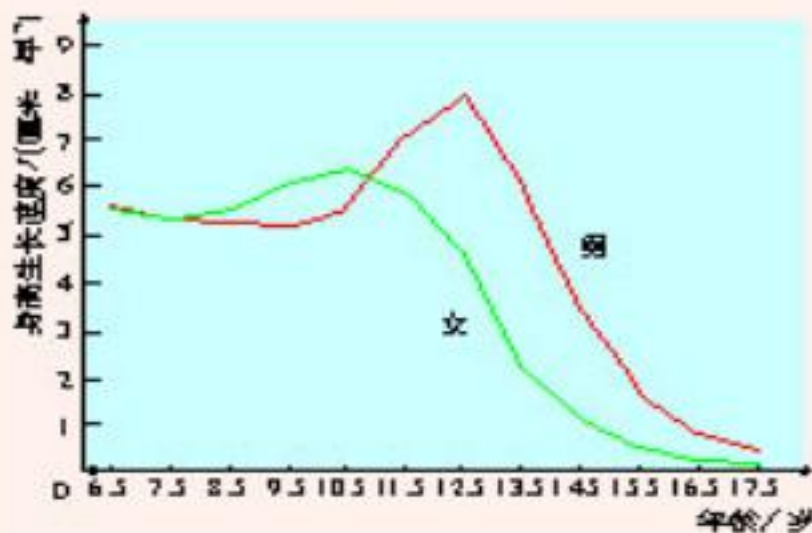
“青春痘”是一种皮肤毛囊与皮脂腺的慢性炎症，好发于15至20岁青春期的男女，因此俗称青春痘。临床上常见患者头面部或是胸前、背部乃至全身长满恼人的痘痘。

一、青春期的身体变化P17

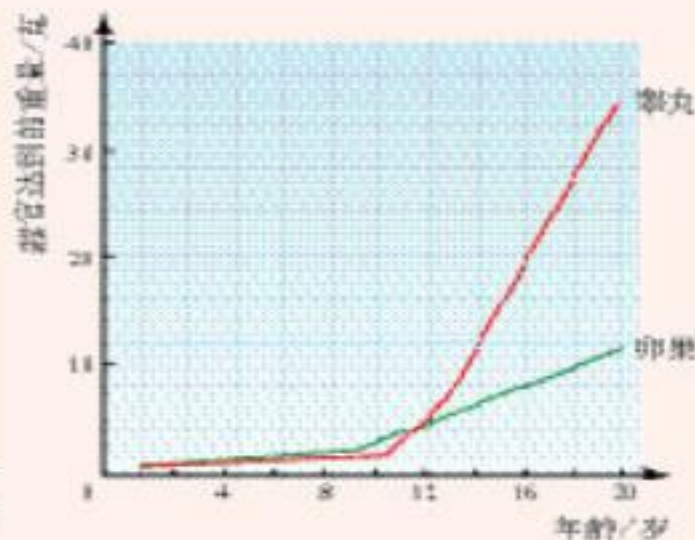
年龄/岁	女孩	男孩
8~9	身高突增开始	
10~11	乳房发育开始，身高突增高峰，出现阴毛	身高突增开始，睾丸、阴茎开始增长
12	乳房继续增大	身高突增高峰，出现喉结
13	月经初潮出现，出现腋毛	出现阴毛，睾丸、阴茎继续增大
14	乳房显著增大	变声，出现腋毛
15	脂肪积累增多，丰满，臀部变圆	首次遗精，出现胡须
16	月经规则	阴茎、睾丸已达成人大小
17~18	骨骼愈合，生长基本停止	体毛接近成人水平
>19		骨骼愈合，生长基本停止

资料分析

分析下面的图片资料。



某地男女生身高增长速度曲线



睾丸和卵巢的发育趋势

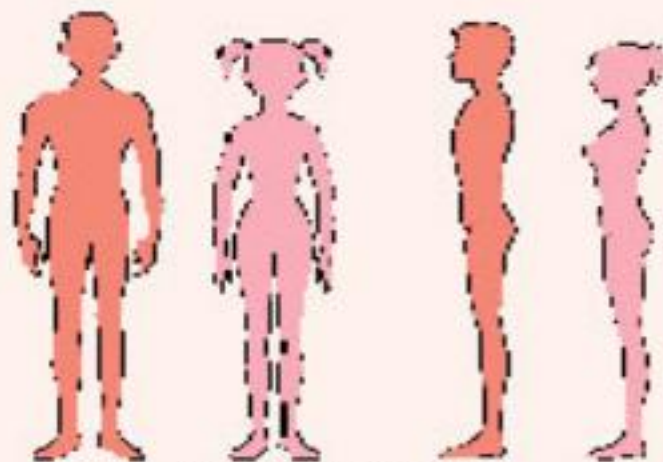
讨论

1. 男孩和女孩开始身高突增的年龄有没有差别？

2. 你和本组同学的身高变化与图中数据完全一致吗？如果有出入，请分析原因。

3. 男孩和女孩体形的变化与睾丸和卵巢的发育有关吗？你是怎样得出结论的？

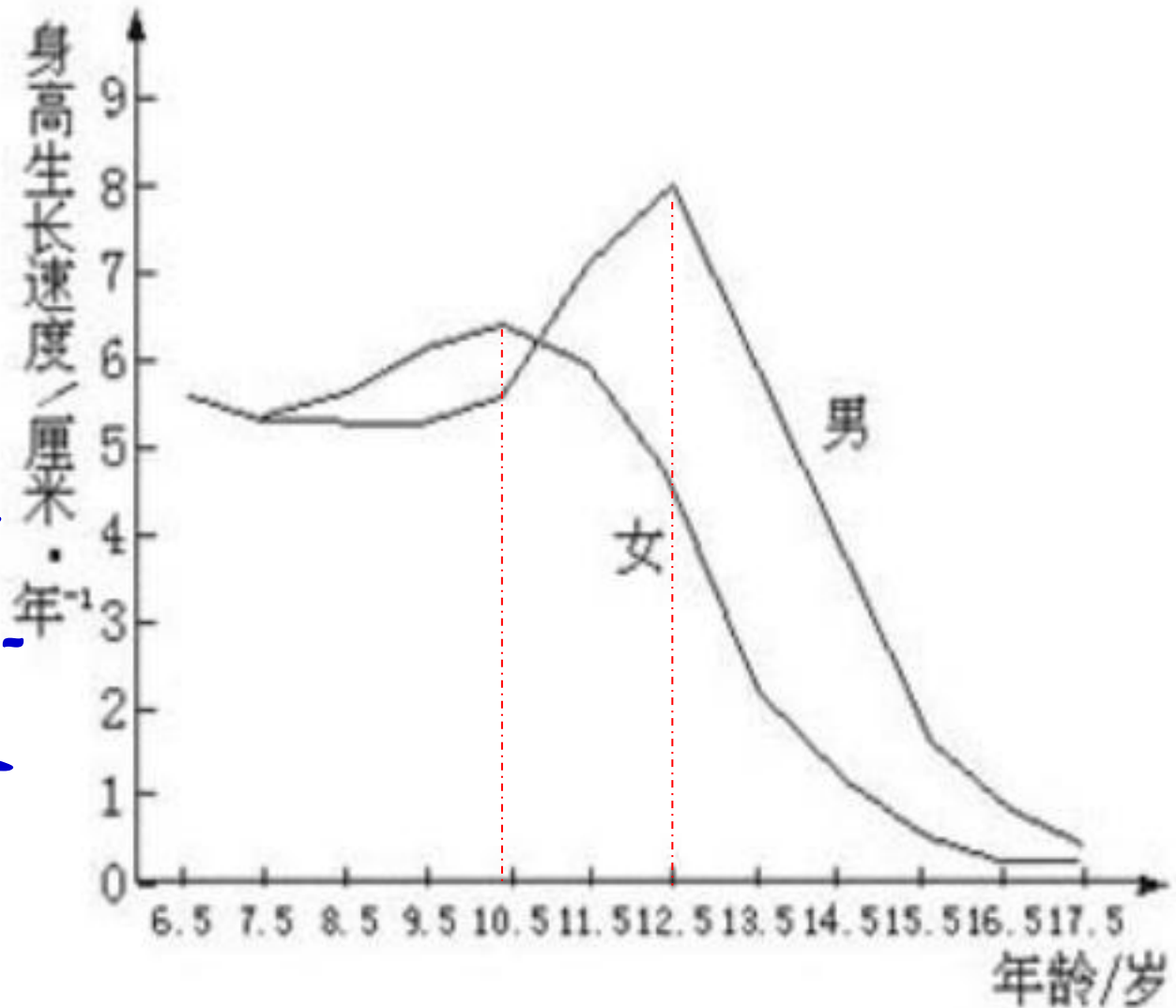
4. 男孩和女孩在青春期的身体变化还有哪些？



男孩和女孩的体形

身高突增是青春期的一个显著特点。

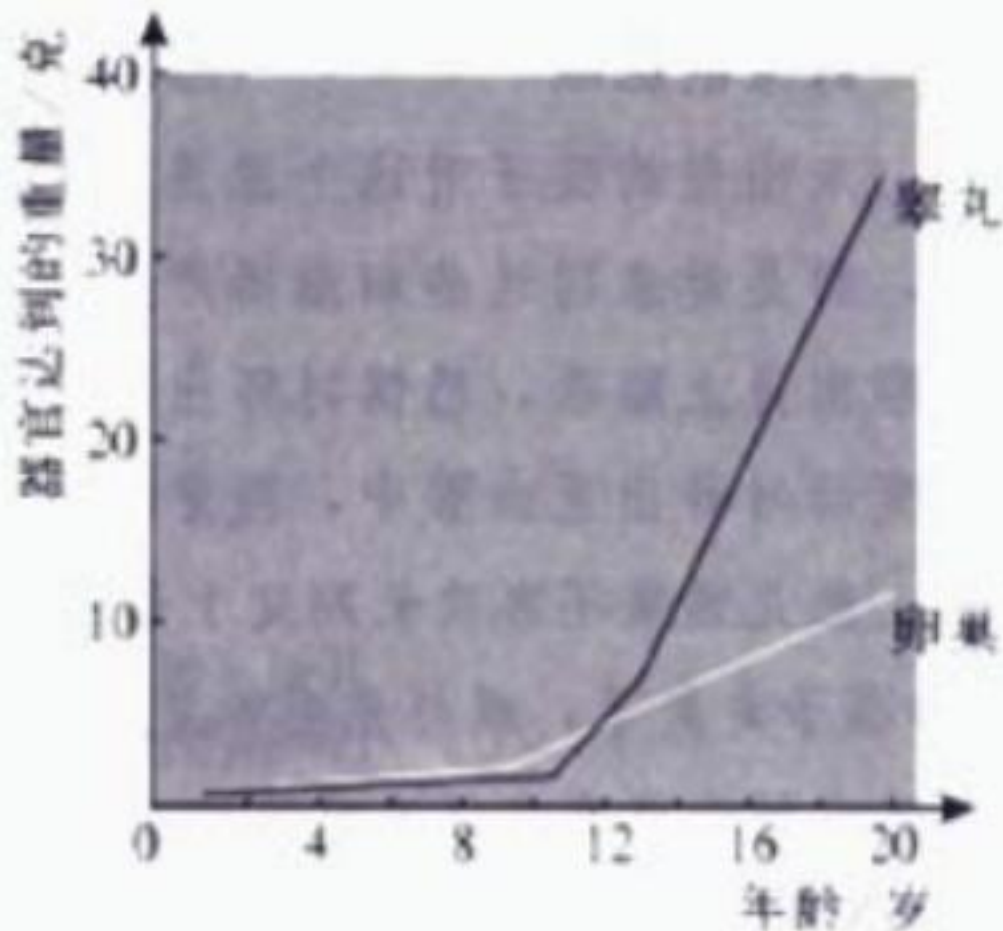
1. 男女身高生长速度有差别，一般来说，女孩早于男孩2岁，女孩是8.5-9岁，男孩是10.5-11岁。



某地男女身高生长速度曲线图

2. 你和本组同学的身高变化与图中数据完全一致吗？如果有出入，请分析原因。

答：不同地区，
不同生活状况，
不同体质的同龄、同性别同学，
都会有差异。



3. 男孩女孩体形的变化与睾丸和卵巢的发育有关，通过比较发现，男孩和女孩的身高依次明显开始增加，体重也依次明显增加，这必然会导致体形发生变化。

睾丸和卵巢的发育趋势

遗精是指男孩子进入青春期后，有时在睡梦中精液在尿道中排出的现象。精液是不断产生的，积存多了，就会排出。

遗精的时间差距很大。

遗精的间隔时间因人而异，多数是每月遗精一次，也有三四天遗精一次的，都属于正常。

我为什么会遗精？

查明原因，进行治疗。



2. 女孩会来月经

从青春期开始，卵巢内的卵器官陆续发育成熟并排出，如果排出的卵没有受精，卵巢的雌激素和孕激素的分泌会很快减少，引起子宫内膜组织坏死脱落，血管破裂出血，脱落的子宫内膜碎片连同血液一起由阴道排出，这就是月经。

女孩子进入青春期以后第一次出现的月经，叫月经初潮。





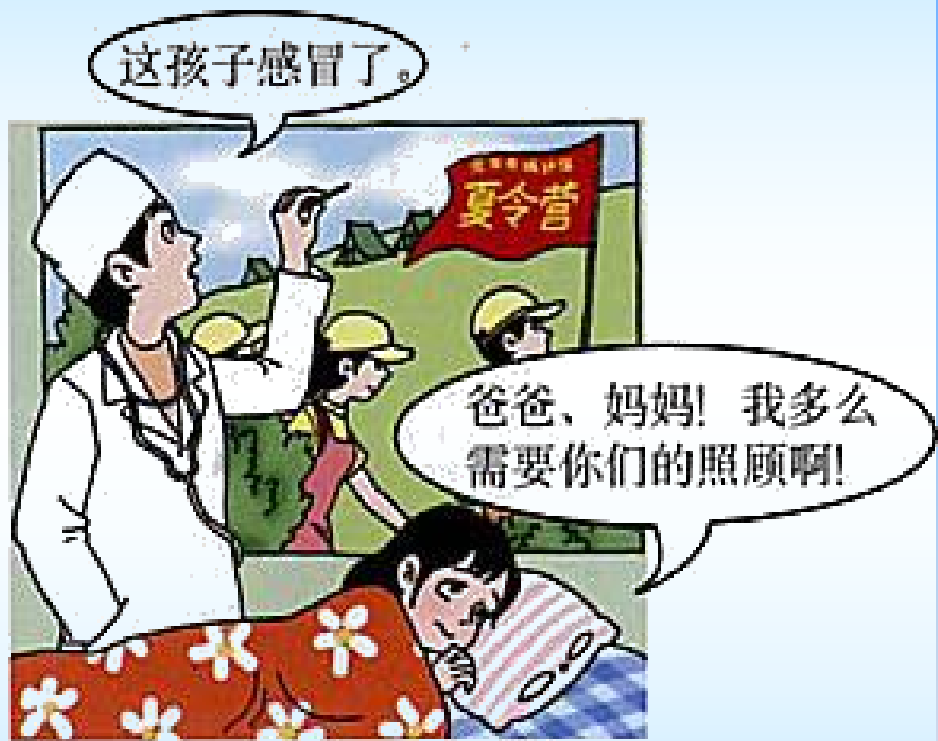
月经期间应当注意什么？

1. 每天要用温水清洗外阴部，使用的毛巾和盆要清洁。
2. 要使用清洁的卫生巾。
3. 避免着凉。
4. 要做到心情舒畅、情绪稳定。
5. 要有足够的睡眠和休息。
6. 进行适当的运动，但要避免剧烈运动。

二、青春期心理变化及其卫生



遇到挫折又有依赖性，渴望得到家长和老师的关怀。





内心世界逐渐复杂，
有的事情不想跟家
长交流

你有过类似的情况吗？

应当怎样正确处理呢？

青春期的想法和心理表现

- ①烦恼增多，烦躁不安，与异性疏远，快乐十分的少，大部分时间都在压力和烦恼中度过。
- ②有一些叛逆，心理上烦闷，越来越爱写日记，但日记被偷看后会十分生气。争强好胜，不服输，总好象有秘密不愿畅谈。
- ③觉得自己长大了，有很多心理矛盾。思想变得成熟了，有了强烈的独立意识，遇到挫折又有依赖性，内心世界逐渐复杂，有时遇到某些问题，不想跟家长交流。
- ④很害羞，有青春豆时，很害怕被别人耻笑。有时候爸爸、妈妈对我说话，我很烦，不想给父母说的话都可以给同学说。

- ⑤我不是很在意这一方面，而且每个人都会有这一时段。我认为不必想那么多，把主要精力放在学习上。心理表现良好。我们应保持乐观的态度。
- ⑥觉得自己老想自己呆着，总以自己为中心，渴望独立，有些事不想告诉家长。
- ⑦对父母的唠叨开始产生反感，有时对繁重的作业感到极其的烦躁，对身体一系列的变化感到十分好奇。
- ⑧我想和异性同学好好相处，在集体中展现自己的魅力。多和老师交流，同老师合作，想提高自己的学习成绩。
- ⑨我已经长大了，不想让父母操心，写的日记也不想给父母看。性意识开始萌动，从与异性同学疏远到与异性接近，或对异性产生了朦胧的依恋。

青春期的男孩和女孩与父母沟通八大招：

招式一：主动交流

招式五：善于体谅

招式二：创造机会

招式六：控制情绪

招式三：认真倾听

招式七：承担责任

招式四：主动道歉

招式八：讨论问题

三、如何健康的度过青春期

青春期是人一生中重要的时期，这个时期正是**学知识、长才干、树立远大理想、塑造美好心灵**的关键时期。因此：

- 1、同学们应该正确看待自身出现的身心变化，要肯于向家长、老师敞开心扉，主动征得帮助和指导，健康度过青春期；
- 2、集中精力，努力学习，积极参加各种文娱活动和社会活动。
- 3、正确认识男女同学之间的关系，团结互助、自尊自爱。

许多有成就的人，就是在青春期内打下良好的基础并在青春期内开始取得成就的。著名诗人王勃在19岁时写下了《滕王阁序》；李世民在18岁时任军队的总指挥；马克思在17岁时写出了富有哲理性的文章——《青年在择业上的考虑》；恩格斯在19岁学会了10种外国语言；列宁在18岁时投身俄国的革命等。

人的一生是短暂的，但青春期更是非常短暂。愿同学们健康度过这人生的金色年华！

课堂小结:

- **第三节 青春期**
- **一、青春期的生理变化**
 - **1. 身高、体重突增；**
 - **2. 性器官迅速发育——出现遗精和月经；**
 - **3 神经系统和心肺功能明显增强。**
- **二、青春期的心理变化及健康度过青春期**

知识闯关

1. 身高突增是青春期开始的一个显著特点。
 2. 进入青春期的时间，男孩一般比女孩晚两年。
 3. 在青春期中，男孩和女孩的性器官都迅速发育，男孩出现_____，女孩出现_____。
- 青春期**
4. 遗精是指男子进入_____后，有时在睡梦中_____自尿道排出的现象。
 6. 月经是女子进入青春期后，每月（ ）次的来潮现象。

慧眼识珠

7. 关于青春期的特点，不正确的是（ **C** ）
- A、身高迅速增长 B、体重迅速增加
C、身体迅速发胖 D、生殖器官开始发育成熟
8. 下列有关青春期心理健康方面的叙述中不恰当的是（ **C** ）
- A、能够正确认识自己身体的变化
B、面对性躁动，能够保持乐观开朗的心境
C、尽可能避免与异性同学交往
D、增强自我控制和自我保护的意识

9. 下列不是青春期生理功能增强的表现的是 (C)

A. 脑的结构和功能发育逐渐完善

B. 心脏功能的不断增强

C. 心率因不同的身体状态不断调整

D. 肺活量增加、呼吸功能加强

10. 男生和女生青春期声音发生变化是与什么有关(D)

A. 大脑 B. 心脏 C. 肺 D. 性器官

11. 青春期身体生长发育快，所以在青春期要加强(A)

A. 营养 B. 卫生 C. 锻炼 D. 休息

明辨是非

12.男孩在青春期会出现不正常的现象——遗精。(**错**)

13.对于处于青春期的学生，不要回避性知识，因为这是同学们生长发育所必需了解的知识。(**对**)

14.青春期是一一生中身体发育和智力发展的黄金时期，因此这个时期我们要好好学习知识，增长自己的才干，树立远大理想。(**对**)

15.女生要比男生不幸，因为每个月都要倒霉一次——来月经。(**错**)