

关于男生青春期教育 (2)



青春期，是人生关键时期，是人生过渡时期，走好青春期，是未来成功的基石。在座的同学们有的已经步入了青春期，有的即将步入青春期。

有人说，青春期是花季、是雨季。把握好这个黄金时期，就是打造你一生的成功！

石河子第十中学青春期教育

男生篇

X the future is still undecided.

自知，自爱，自律

健康安全度过青春期



怎样才能知道自己到了青春期呢？



青春期具体阶段

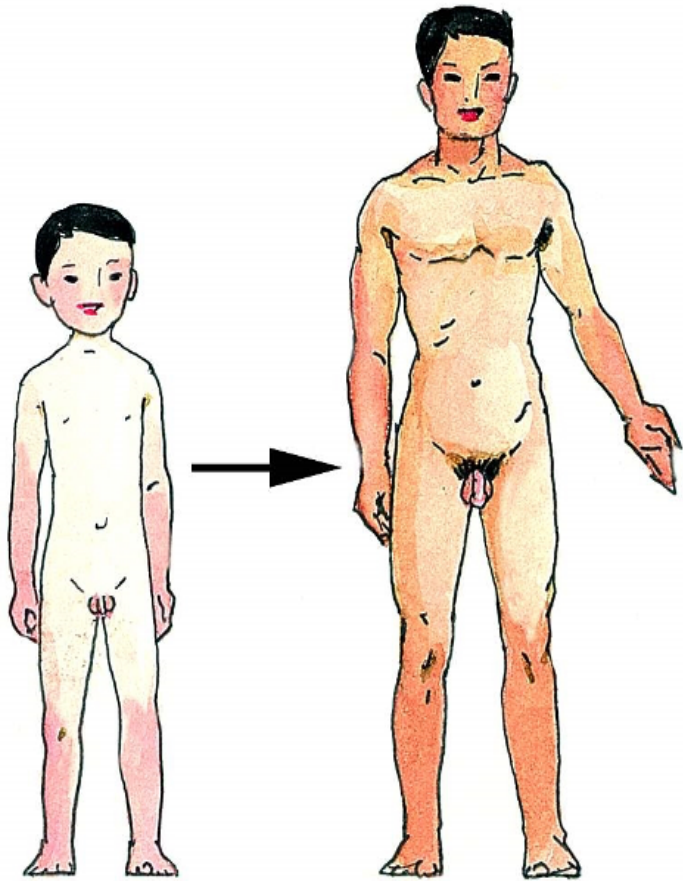
青春期是儿童期过渡到成年期，由幼稚走向成熟的中间阶段，一般是指12—22岁。

青春期是一一生中身体发育和智力发展的黄金时期，也是形成正确的人生观、价值观、爱情观和婚姻观的重要时期。

The image features two white pig-shaped planters on a light-colored wooden surface. Each planter is filled with vibrant green grass. The pig on the left is facing forward, while the one on the right is facing slightly to the right. The background is a soft, out-of-focus light brown color.

青春期的我们会发生哪些变化呢？

男性青春期的变化:



10-11身高突增开始，睾丸、阴茎开始增长

12身高突增高峰，出现喉结

13出现阴毛，睾丸、阴茎继续增长

14变声，出现腋毛

15首次遗精，出现胡须

16睾丸、阴茎已达成人大小

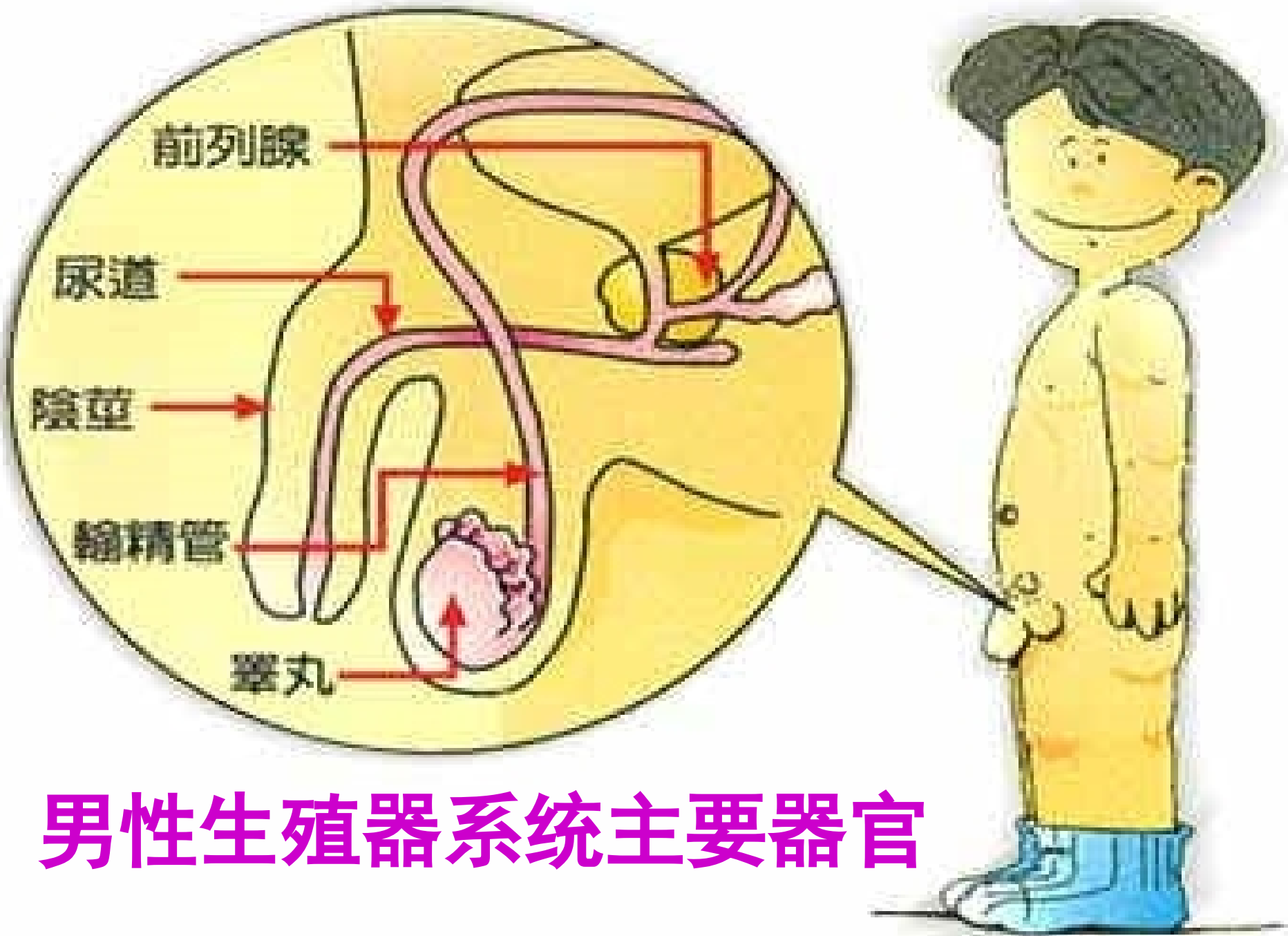
17-18体毛接近成人水平

>19骨骺愈合，生长基本停止

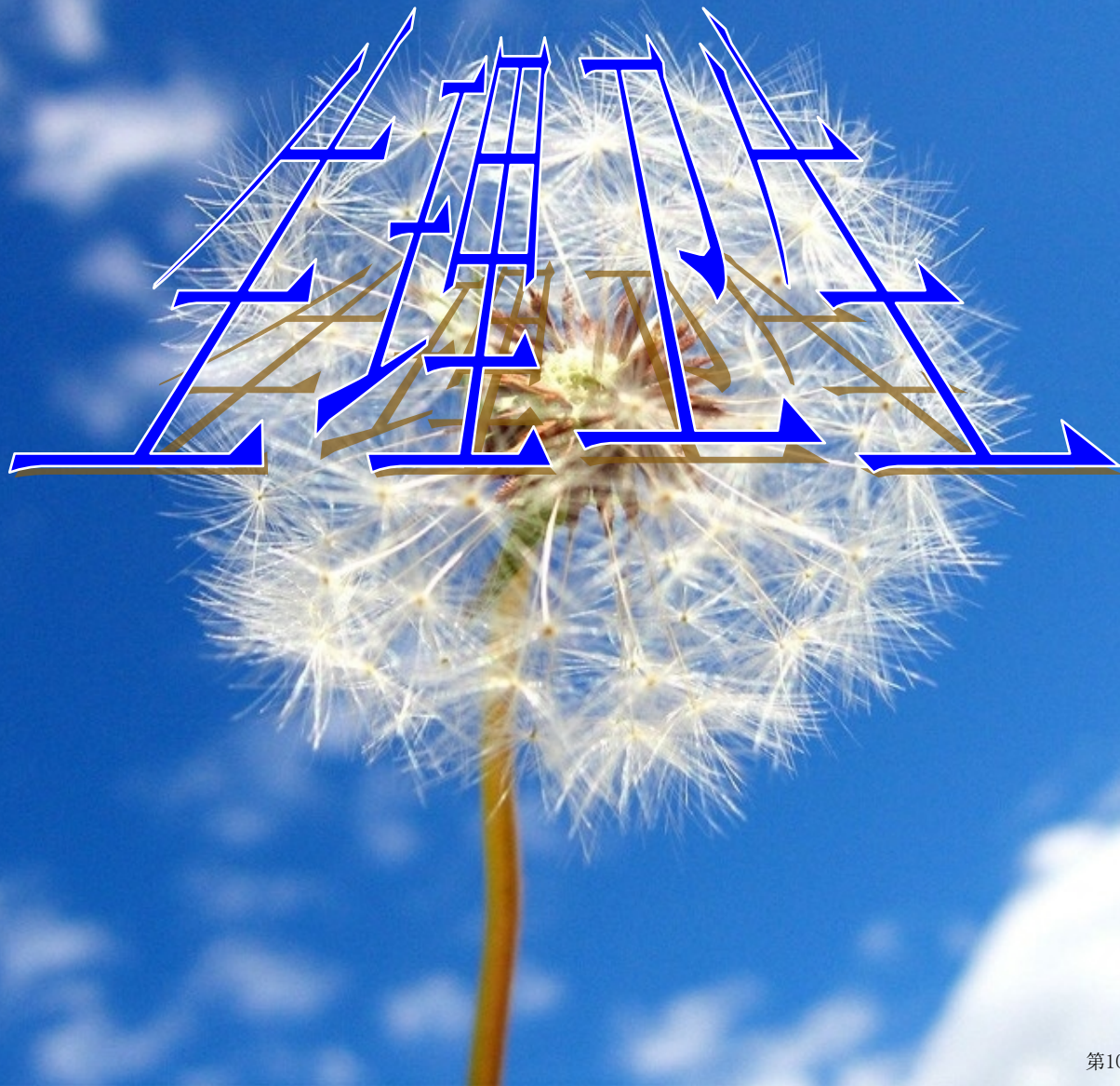


青春期最重要的身体变化

- ◆ 身高和体重突增
- ◆ 生殖器官不断发育和性成熟
- ◆ 神经系统以及心脏和肺等器官的功能趋于完善



男性生殖系统主要器官



为什么我会长青春痘？

青春期时激素分泌旺盛，促使皮脂腺分泌物过多，堵塞毛孔，产生炎症，形成“青春痘”，医学上叫痤疮。

应对小窍门：

- 😊 不要挤捏，以防感染！
- 😊 少吃糖类、高脂肪食物和刺激性食品！
- 😊 避免使用含油脂较多的化妆品

精液排出过程：睾丸—输精管—精囊腺前列腺—尿道



出现遗精是男孩成熟的标志



进入青春期以后，有时在睡梦中精液自尿道排出的现象。

由于精液是不断产生的，积存多了，就会排出，这就是古人所说的精满自溢。是一种正常的生理现象。

但是如果频繁遗精，就会伤害自己的身体。

男孩生理卫生保健应注意哪些问题？

- 1、经常清洗生殖器 15
- 2、勤换内裤 16
- 3、要注意运动状态下对睾丸的保护， 20
衣着要宽松
- 4、若发现问题，及时去医院检查 27







宽松棉质内裤

中国驰名商标 中国名牌产品 国家免检产品

奇强® KEON

干干净净 中国 奇强



肥皂清洗

Safeguard Soap

清香宜人
手感滑润
洗洁首选

新品上市

40g

OVERBALANCE



SWEET WANTED

甜香型

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/106234213041011001>