

**Тематический план родительского
университета
III ступень «Мой ребёнок – старшекласник»
для родителей учащихся X - XI классов
2025/2026 учебный год**

X класс

Название раздела, темы занятий, перечень изучаемых вопросы	Сроки проведения	Форма проведения	Ответственные
Тема 1. Здоровье - это жизнь. 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	24.10.2025	Лекция	Шлык М.М. Шпак О.С.
Тема 2. Первая любовь в жизни вашего ребенка. Особенности юношеской любви. Культура поведения влюбленных. Как помочь, а не навредить взрослеющему ребёнку	06.12.2025	Дискуссия	Шлык М.М. Шпак О.С.
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. Стил жизни и репродуктивное здоровье молодежи. Влияние семейного воспитания на формирование у подростков ценности репродуктивного здоровья	20.02.2026	Круглый стол	Шлык М.М. Шпак О.С.
Тема 4. Как помочь старшекласнику обрести уверенность в себе? Влияние застенчивости и неуверенности на учебные успехи старшекласника. Пути преодоления застенчивости и неуверенности старшекласника дома и в школе	24.04.2026	Психологический тренинг	Шлык М.М. Шпак О.С.

XI класс

Название раздела, темы занятий, перечень изучаемых вопросы	Сроки проведения	Форма проведения	Ответственные
Тема 1. Как помочь старшекласснику в профессиональном самоопределении? 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	17.10.2025	Конференция	Пецевич С.С. Еремеева О.Л.
Тема 2. Как уберечь ребенка от зависимостей? 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	19.12.2025	Семинар - практикум	Пецевич С.С. Еремеева О.Л.
Тема 3. Подготовка старшеклассников к будущей семейной жизни. 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	20.03.2026	Круглый стол	Пецевич С.С. Еремеева О.Л.
Тема 4. Как помочь ребёнку в период подготовки к экзаменам? 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	22.05.2026	Вебинар	Пецевич С.С. Еремеева О.Л.