

第二节 青春期发育

自主学习, 预览新知

一、青春期的生理变化

1. 青春期形态发育的显著特点是_____和_____的迅速增长。身高突增的主要原因是_____迅速长长, 体重迅速增加是_____、_____和_____迅速生长发育的结果。
2. _____期是一个人一生中智力发展的黄金时期。因为, 此时大脑皮层的_____和_____不断发展, 大脑对人体的调节功能大大增强。
3. _____和_____是青春期发育最突出的特征。进入青春期后, 在相关激素的作用下, 男性和女性主要的性器官_____、_____迅速发育, 并能分别产生生殖细胞: _____和_____, 分泌_____激素和_____激素, 分别出现_____和_____现象。
4. 进入青春期, 在性激素的作用下, 男女出现了除第一性征之外的_____。
5. 青春期是人体生长发育的关键时期, 男性的急速成长从_____岁开始, 到 18 岁左右身高便达到充分发育水平; 女性的身体发育要比男性早_____年, _____岁即进入青春期, 18~20 岁发育成熟。
6. 女孩月经期间, _____出现创伤, _____能力相对较弱, 应该注意月经期的卫生和保健。

二、青春期的心理变化

进入青春期, 思维的独立性明显提高, _____能力大大增强; 情感趋向丰富, 情绪容易波动; _____意识逐步明晰, 内心世界趋向复杂; _____意识开始出现, 对异性产生兴趣和好感。

要点探究, 释疑解惑

① 青春期生理变化

例题 1 下列各项中, 不属于青春期可能出现的正常生理现象的是()。

- A. 神经系统功能进一步发育、完善
- B. 学习期间常出现近视
- C. 性器官发育、成熟
- D. 心脏功能进一步发育、完善

【解析】青春期是一个生长和发育发生重要变化的时期, 其中身高突增是青春期的一个显著特点, 生殖器官的发育和成熟是青春期的突出特征。另外, 神经系统和心、肺等器官的功能在青春期也显著增强, 青春期是人一生中身体发育和智力发展的黄金时期。近视是用眼不当造成的。

【答案】B

② 青春期心理变化

例题 2 进入青春期后的心理表现, 不正常的是()。

- A. 性意识开始萌动
- B. 独立意识开始增强
- C. 乐观向上, 积极进取
- D. 与异性正常交往时感到恐惧

【解析】进入青春期, 随着身体的发育, 性意识开始萌动, 常表现为从初期的与异性疏远, 到逐渐愿意与异性接近, 或对异性产生朦胧的依恋, 这些都是正常的心理变化。应当注意的是, 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, 应当集中精力、努力学习, 积极参加各种文体活动和社会活动, 同学间互相帮助, 跟师长密切交流, 健康地度过这人生的金色年华。

【答案】D

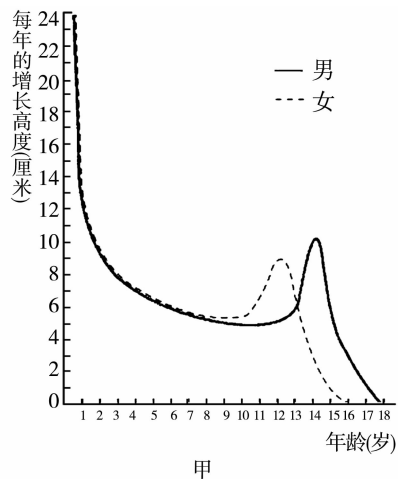
课时训练, 巩固提高

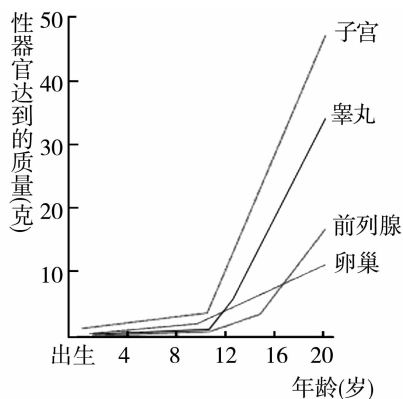
基础达标

1. 青春期主要指()的阶段。
 - A. 身高和体重迅速增长
 - B. 出现了第二性征
 - C. 生殖器官开始发育到成熟
 - D. 内脏功能健全
2. 青春期发育的突出特征是()。
 - A. 体重与身高的迅速增加
 - B. 身高增长和性成熟
 - C. 体重增长和性成熟
 - D. 生殖器官的发育和成熟
3. 人体第二性征的出现主要依赖于()。
 - A. 性激素的调节作用
 - B. 生长激素的调节作用
 - C. 神经系统的调节作用
 - D. 各种激素的协调作用
4. 青春期男子的第二性征主要表现在()。
 - A. 长胡须、喉结突出、声调较低
 - B. 生殖器官开始发育成熟
 - C. 大脑兴奋性较强, 易接受新事物
 - D. 心脏和肺的功能加强
5. 关于青春期的叙述错误的是()。
 - A. 青春期的显著特点是身高突增
 - B. 青春期是一生中身体发育和智力发展的黄金时期
 - C. 进入青春期后, 男女的性器官才开始发育
 - D. 进入青春期后, 男女的性器官都迅速发育
6. 人的一生中能够有所发明和创造, 大都是靠青春期打下的坚实基础。容易接受新事物是青春期的一个重要特点, 这是由于人的青春期()。
 - A. 出现了第二性征
 - B. 大脑的兴奋性较强
 - C. 身体迅速长高
 - D. 生殖器官的发育和成熟

能力提升

1. 在青春期, 男孩和女孩的身体发育发生明显变化, 下列不属于身体上的变化的是()。
 - A. 身高突增
 - B. 性器官迅速发育
 - C. 心、肺功能明显增强
 - D. 内心世界逐渐复杂
2. 青春是美好的。下列关于青春期特征的描述, 不正确的是()。
 - A. 内脏器官的功能明显增强
 - B. 男孩发育早于女孩
 - C. 男孩出现遗精, 女孩出现月经
 - D. 身高突增是显著特点
3. 你现在正处于人生的“黄金时期”——青春期。下列关于青春期出现的心理和生理现象, 你认为不正确的是()。
 - A. 大脑兴奋性增强, 容易接受新生事物
 - B. 女孩乳房隆起、男孩喉结突起等第二性征出现
 - C. 愿意与异性接近, 对异性产生朦胧的依恋
 - D. 大脑内部结构和功能已经完善, 自我调节能力强
4. 请分析下面的曲线, 并回答问题。





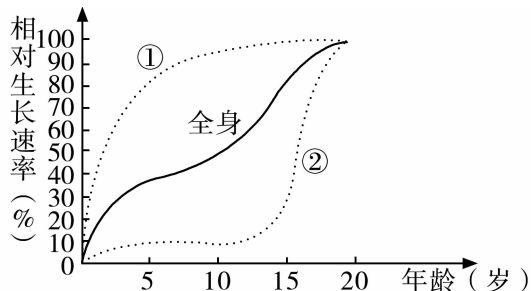
乙

- 通过甲曲线可知：人的生长发育过程中有两次生长高峰，第一次是在_____期，第二次是在_____期。
- 通过乙曲线可知：0~10岁前，性器官发育很缓慢，几乎处于_____状态，从_____期开始，男、女性器官都表现出迅速发育的趋势。
- 通过分析可知，男性和女性相比，_____发育得早，一般要早_____年。

学考体验

- (2022·宿迁) 青春期是同学们学习文化科学知识、发展智力的“黄金时期”，是人体重要的生长发育阶段，在形态和生理上都会发生变化。下列各项中，不属于青春期生理变化的是()。

- 身高和体重迅速增长
 - 形成第一性征
 - 出现第二性征
 - 大脑兴奋性比较强
- (2022·滨州) 如图是人体脑部和生殖器官与全身相对生长速率的比较曲线，相关解读正确的是()。



- 生殖器官的差异称为第二性征
 - 青春期是人一生中大脑发育最快的时期
 - ①表示生殖器官的生长，②表示脑部的生长
 - 生殖器官的发育和成熟，是青春期发育最突出的特征
- (2022·金昌) 下列关于青春期的叙述中，错误的是()。
- 男生出现遗精，女生会来月经
 - 在性激素作用下出现第二性征
 - 心脏和肺等器官功能明显增强
 - 对异性产生好感是不健康的心理

拓展阅读，发散思维

变声期怎样保护嗓音

进入青春期后的男孩和女孩，各自都要经历一个变声期，即嗓音由原来不分男女的童声，分别变为低粗的男声和高细的女声。特别是男孩，进入青春期后，变化极为显著：喉迅速发育，喉结前突、声带增长，声带宽度和厚度加大。这个时期的声带容易出现肿胀、充血，致使声门闭合不全，发声时往往有嘶哑、音域窄、发声疲劳、发高音困难、咽喉部有异常感觉等症状。由于变声期期间声带容易肿胀、充血，所以特别要注意保护嗓子：

- 正确使用嗓子，不要高声喊叫或无节制地大声喧哗、唱歌等，避免造成终生声音嘶哑。
- 不吃刺激性强的食物，因为刺激性强的食物会加重声带的肿胀和充血。
- 严禁吸烟喝酒。烟酒中的有害物质对青少年的生长发育(包括声带的生长发育在内)是非常有害的。
- 避免着凉、感冒。着凉、感冒都会加重声带的肿胀和充血。除了注意随天气变化而适时增减衣服和被褥外，适量参加一些体育活动，不仅可以增强体质，还有利于声带的生长发育。