



Bài 7 Từ tuổi vị thành niên đến tuổi già



Đọc các thông tin dưới đây và hoàn thành bảng sau :

Giai đoạn	Đặc điểm nổi bật
Tuổi vị thành niên	
Tuổi trưởng thành	
Tuổi già	

Tuổi vị thành niên

(từ 10 đến 19 tuổi)

Đây là giai đoạn chuyển tiếp từ trẻ con thành người lớn, được thể hiện ở sự phát triển mạnh mẽ về thể chất, tinh thần, tình cảm và mối quan hệ xã hội. Như vậy, tuổi dậy thì nằm trong giai đoạn đầu của tuổi vị thành niên.



①

Tuổi trưởng thành

(từ 20 đến 60 hoặc 65 tuổi)

Trong những năm đầu của giai đoạn này, tầm vóc và thể lực của chúng ta phát triển nhất. Các cơ quan trong cơ thể đều hoàn thiện. Lúc này, chúng ta có thể lập gia đình, chịu trách nhiệm với bản thân, gia đình và xã hội.

Từ 45 đến 60 hoặc 65 tuổi là thời kì chuyển tiếp sang tuổi già, lúc này con cái chúng ta có thể sẽ bắt đầu bước vào tuổi trưởng thành.



②



③

Tuổi già

(từ 60 hoặc 65 tuổi trở lên)

Khi con người bước vào giai đoạn này, cơ thể dần suy yếu, chức năng hoạt động của các cơ quan giảm dần. Tuy nhiên, ở tuổi này, chúng ta có thể kéo dài tuổi thọ bằng sự rèn luyện thân thể, sống điều độ và tham gia các hoạt động xã hội.



④



“Ai ? Họ đang ở vào giai đoạn nào của cuộc đời ?”