

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области гимназия города Сызрани городского округа Сызрань Самарской  
области**

Рассмотрено:  
на заседании  
кафедры гуманитарных  
дисциплин  
Протокол № 1  
от «28» 08.2020 г.

Проверено:  
Зам. директора по УВР  
\_\_\_\_\_  
Каменская О.Н.  
«28» августа 2020 г.

Утверждено:  
Приказом №303-од  
от «31» августа 2020г.  
Директор ГБОУ гимназии  
г. Сызрани  
\_\_\_\_\_  
Назаренко Ж.И.

Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
**«Нравственные основы семейной жизни»**

**10-11 класс**

Класс: 11

Срок реализации: 1 год

Составитель:

Синельникова Елена Олеговна,  
учитель русского языка и литературы  
ГБОУ гимназии г. Сызрани

Сызрань, 2020

Рабочая программа курса «Нравственные основы семейной жизни» разработана в соответствии с законом «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией духовно – нравственного развития и воспитания личности гражданина России, серией «Духовное – нравственное воспитание школьников», подготовленной в рамках совместного проекта Екатеринбургской Епархии Русской православной церкви и лаборатории и педагогики православия Уральского отделения Российской академии образования.

Рабочая программа создана на основе Примерной программы курса «Нравственные основы семейной жизни для учащихся 10 – 11 классов средних общеобразовательных учебных заведений», разработанной авторами: Д.А. Моисеевым, иереем, священником храма Рождества Христова г.Екатеринбурга, доктором биологических наук, и Ниной Крыгиной, монахиней, кандидатом психологических наук.

Общее содержание курса «Нравственные основы семейной жизни» рассчитано на два года обучения по одному часу в неделю, общим объёмом 70 часов.

Преподавание курса «Нравственные основы семейной жизни. 10 класс» рассчитано на проведение 21 теоретического занятия и 14 практических занятий.

Преподавание курса «Нравственные основы семейной жизни. 11 класс» рассчитано на проведение 25 теоретических занятий и 10 практических.

### **Планируемые результаты изучения курса**

Согласно требованиям к уровню подготовки ожидаются следующие результаты обучения. Обучающиеся должны:

**Знать** (*перечислять, указывать термины, раскрывать их содержание, описывать лица, предметы, события, явления, понятия*)

- понимать и принимать ценности: семья, брак, любовь, дружба, личность, половые различия, нравственные законы, стадии развития семьи, адаптация к семейной жизни, нормы брака;

- основы морали и нравственности, понимание ее значения в выстраивании конструктивных отношений в обществе;

- взаимосвязь внутренней и внешней жизни человека

**Уметь сопоставлять** (*сравнивать лица, предметы, события, явления, понятия, выделяя их общие и отличительные признаки*) и **объяснять** (*раскрывать сущность явлений и понятий, используя примеры*):

- личность и индивид,

- свобода и вседозволенность,

- взрослость и инфантильность,

- мужественность и женственность,

- гражданский и церковный брак,

- позитивное и негативное отношение к родительству.

### **Иметь**

- навык проведения исследовательских работ по заданной теме, работы с информационными ресурсами в части нахождения и отбора необходимой информации, а также редактирования готового текста к исследования.

- навык составления своей родословной;

- осознание ценности нравственности и духовности в человеческой жизни;

- способность использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- потребность в дальнейшем изучении отечественной семейной культуры.

Изучение «Нравственных основ семейной жизни» учащимися в 10 и 11 классах старшей школы имеет практический, личностно-ориентированный характер. На этой ступени обучения обучающиеся обобщают полученные ранее знания, курс помогает приобрести четкие векторы направленности в дальнейшем духовно-интеллектуальном развитии, укрепить практический опыт применения своих знаний, как в личной, так и в общественной жизни.

**Метапредметные** результаты освоения на данном этапе обучения также остаются важным компонентом в образовательной системе. Результатами такой работы должны стать следующие компетенции:

- развитие аналитического подхода к осмыслению изучаемого материала;
- умение выбирать и использовать различные источники знаний, анализировать, обобщать и представлять их в форме доклада, реферата, сочинения;
- формирование целостной картины мира;
- умение анализировать и духовно осмысливать прочитанные тексты.

**Личностные результаты** освоения выпускниками старшей школы программы по «Нравственным основам семейной жизни» выражаются в следующем:

- приобретение знаний и навыков, необходимых в духовной жизни и дальнейшем духовном развитии;
- приобретение твердых моральных устоев, норм поведения и отношения к людям;
- воспитание уважения к семье как личной и общественной ценности,
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, формирование умений не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций, формирование осознанной установки на миротворческое отношение в социуме,

- воспитание доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей, развитие начальных форм регуляции своих эмоциональных состояний,
- усвоение норм человеческой нравственности на уровне поступка и поведения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

***Предметные результаты*** изучения «Нравственных основ семейной жизни»:

- овладение ценностными установками и знаниевыми основаниями для осознанной мотивации к нравственному совершенствованию и духовному саморазвитию;
- знание нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении;
- представление о мужественности и женственности, добрачном, предбрачном периоде, типах и функциях семьи,
- понимание различий между влюбленностью и любовью, гражданским браком и браком, зарегистрированным в загсе,
- представление об обручении и венчании, церковном браке, благословении родителей и священника,
- понимание сущности аборта, значении одноплодности и многоплодности для стабильности семейных отношений,
- понимание причин супружеских конфликтов и разводов,
- знание святых семейств, покровителей семьи,
- знакомство и формирование навыков понимания духовно-нравственного смысла народной мудрости,
- осознание ценности человеческой жизни,
- представление о христианском браке и нормах христианского поведения (христианской этике);
- знание основ общественной нравственности, этики общественного служения, добродетелей современного христианина, общего и особенного в Православии и этике.

**Содержание учебного курса «Нравственные основы семейной жизни»**

**10 класс**

**Введение. Что такое счастье и как его достичь?**

Как достичь счастья в таком странном и негармоничном мире. Обладание счастьем - личный выбор каждого.

## **Раздел 1. Личность и межличностные отношения.**

### **Глава 1. Кто я?**

#### **Направленность личности.**

Понятие «направленность личности». Смысл жизни.

#### **Понятие личности.**

Индивид. Индивидуальность. Личность. Отличие в понимании личности в современной психологии и в православном учении. Когда человек становится личностью.

**Тайна возраста. Особенности подросткового и юношеского возраста.** Кризис переходного возраста. Анатомио – физиологические особенности личности на данной возрастной ступени. Особенности общения со взрослыми. Особенности общения со сверстниками.

#### **Тайны пола.**

Понятие пола в психологии. Пол и гендер. Психология половых различий мужчин и женщин. Половые различия детей от рождения до подросткового возраста. Различия между юношами и девушками в темпах физического взросления и в других сферах.

### **Глава 2. Я и Другие.**

#### **Быть или казаться**

Лицо и личина. Честность и лицемерие. Образ и имидж. Манипуляция сознанием. Как не стать жертвой манипуляции.

#### **Дружба и любовь в жизни человека.**

Нравственная природа дружбы. Понятие «друг». Дружба как школа самораскрытия и школа понимания другого человека. Любовь как высшее человеческое чувство. Духовная природа любви. Золотое правило нравственности.

#### **Стыд и совесть**

Понятие «стыд». Понятие «совесть». Требование совести и требование общества. Различение добра и зла. Свобода выбора. Ответственность.

#### **Мужественность**

Понятие «Мужественность». Составляющие мужественности. Юношество. Мужественность в юноше. Отношение к девушкам. Искажённое понимание мужественности в современном мире.

#### **Женственность**

Понятие «женственность». Составляющие женственности. Красота истинная и

ложная. Нравственные основы взаимоотношений с юношами и девушками. Искажённое понимание женственности в современном мире и его последствия для человека, общества и семьи.

## **Раздел 2. ВОЗРАСТЫ СЕМЬИ.**

### **Глава 3. Добрачные отношения**

#### **Любовь и влюблённость**

Понятие любви. Классификация любви. Первая любовь. Умение различать любовь и влюбленность. Особенности юношеской романтической любви. Этапы отношений: дружба, влюбленность, любовь.

#### **Испытание чувств**

Понятие «добрачного периода». Любовь в подростковом возрасте. Нравственность как основа взаимоотношений между юношами и девушками в добрачный период. Ранний сексуальный опыт и его последствия. Проблемы выбора жениха и невесты. Понятие виктимности в психологии (склонность человека быть жертвой). Установка на частую смену сексуальных партнеров (промискуитет) Пробный брак - его мотивация и последствия.

#### **Предбрачный период**

Понятие «предбрачного периода». Задачи предбрачного этапа. Психологическая готовность к браку. Оптимальная продолжительность предбрачных отношений. Ведущие мотивы вступления в брак. Факторы, благоприятствующие созданию семьи. Факторы риска при создании семьи.

#### **Союз двух родов. Традиции сватовства**

Знакомство с новыми родственниками. Помолвка и сватовство. Родословная(брак – начало новой родословной).

### **Глава 4. Свадьба. Начало совместной жизни**

#### **Самый важный день**

Брак гражданский и брак церковный. Свадебные обряды в религиозных традициях России. Дни, в которые совершается брак. Нормы брака. Предназначение брака. Обязанности супругов друг перед другом. Хранение и преумножение любви. Целомудрие в браке. Рождение детей. Ведение своего хозяйства.

## **Первый год совместной жизни**

Супружество. Муж и жена. Особенности семейных межличностных взаимоотношений. Особенности первого года семейной жизни. Первичная семейная адаптация. Пути преодоления кризиса первого года. Совместимость супругов. Культура общения в семье. Правила общения молодых супругов. Особенности любви до брака и в браке. Особенности взаимоотношений и правила поведения с новыми родственниками. Правила психологической безопасности в общении молодых супругов.

## **Глава 5. Молодые родители.**

### **Семья в ожидании ребенка**

Готовность стать родителями. Радость ожидания новорожденного. Беременность и подготовка к родам. Здоровье будущих супругов и их потомства. Влияние вредных привычек на здоровье и способность стать родителями.

### **Чудо жизни**

Уникальность человеческой жизни. Стадии развития ребенка во внутриутробный период.

### **«Не убий»**

Аборт. Что такое искусственное прерывание беременности. Влияние аборта на здоровье и психику женщины и окружающих ее людей. Постабортный синдром. Последствия регулирования рождаемости.

### **Отцовство и материнство**

Понятия отцовства и материнства. Ответственность родителей за детей. Рождение, воспитание и социализация детей – одна из основных функций семьи. Негативные формы отношения к родительству: отказ от выполнения родительских ролей, суррогатное материнство, безотцовщина, социальное сиротство.

### **Молодая семья с новорожденным**

Изменения в семье в связи с появлением ребенка. Второй кризис семейной жизни и пути его преодоления. Родительская любовь. Освоение родительских ролей. Влияние родителей на развитие ребенка в первый год жизни после рождения. Влияние родителей на развитие личности детей. Традиции фольклора в сфере материнства: колыбельные, пестушки, потешки. Влияние детей на развитие личности родителей.

## Раздел 1. ВОЗРАСТЫ СЕМЬИ

### Глава 1. Особенности зрелой семьи

#### Уроки семейного взросления

Периодизация семейной жизни. Пути преодоления кризисов зрелой семьи. Самолюбие и его проявления: гнев, эгоизм, эгоцентризм, гедонизм как факторы разрушающие семью. Развод. Причины и последствия разводов. Создание и сохранение благополучия в семье: понять, простить, уступить.

#### Семейные конфликты

Природа семейных конфликтов. Агрессивное поведение в семье. Причины и последствия разлада семейных отношений. Пути их преодоления. Культура общения в семье. Умение говорить, молчать, слушать. Уважительные отношения в семье.

#### Родители и дети. Значение детей в жизни семьи

Классификация семей по количеству детей. Особенности однодетной и многодетной семьи. Особенности воспитания в однодетной и многодетной семье. Ответственность родителей за воспитание своих детей.

#### Супружеское многолетие

Семья людей старшего возраста. Возрастные особенности пожилых людей. Бабушки и дедушки. Счастливые долголетние браки. Единство жизни в супружеском многолетии.

## Раздел 2. Я – СЕМЬЯ – ОБЩЕСТВО

### Глава 2. Семья – основа всякого общества

#### Типы и функции семьи

Классификация типов семей по семейному стажу, по составу, по однородности социального состава, по качеству отношений в семье, по социальному благополучию, по главенству в семье и др. Полные. Неполные, сложные и смешанные семьи.

Функции семьи: репродуктивная, хозяйственно – экономическая, воспитательная, коммуникативная, психотерапевтическая, регулятивная, фелицитологическая и функция духовного общения. Нарушение функций семьи.

#### Значение семьи для общества

Семья – основа общества и государства. Кризис семьи – кризис общества.

#### Семья и государство. Вопросы демографии



Семья и демография. Характеристика современной демографической ситуации в Российской Федерации. Демографический кризис. Семья в зеркале статистики. Семейная политика. Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2015 года. Пути выхода из демографического кризиса.

### **История семейной политики в России**

Исторические причины кризиса семьи в современном российском обществе. Проблемы, с которыми сталкивается российская семья в современном мире.

## **Глава 3. Устройство жизни семьи. Личность и семья**

### **Иерархичность семейных отношений. Главенство мужа**

Понятие иерархии. Иерархия семейных отношений. Традиционный уклад семьи. Последствия нарушения семейной иерархии. Главенство и деспотизм.

### **Жена – хранительница домашнего очага**

Назначение женщины в семье. Роль жены в жизни мужа. О власти женщины в семье. Понятие «главенство» и «лидерство». Последствия главенства женщины в семье на уровне супружеских и детско – родительских отношений.

### **Положение детей в семье**

Послушание детей взрослым. Негативные последствия введения ювенальной юстиции для семьи. Благополучие детей в семье. Отношение детей между собой. Старшие дети. Младшие дети.

### **Старшие члены семьи**

Уважительное отношение к старшим членам семьи. Чувство благодарности старшим. Происхождение понятия «хамство». Значение родительского благословения. Послушание младших старшим. Забота о старых и немощных членах семьи.

## **Глава 4. Семейное воспитание**

### **Традиции семьи, рода, народа**

Понятие традиции. «Традиционная культура». Трансляция традиции в череде поколений.

Нарушение традиции. Последствия нарушения традиции в семье, роде, народе, Отечестве. Изменение семейных ценностей. Факторы дестабилизации семейных отношений как составная часть контркультуры. Меры противодействия факторам дестабилизации семейных ценностей.

### **Воспитание чести и долга в семье**

Понятие чести и долга. Честность. Честь семьи и рода. Чин и бесчинство.

Благочестие. Благородство. Честь юноши и честь девушки – сходство и различия. Чувство собственного достоинства истинное и ложное.

### **Патриотическое воспитание в семье**

Патриотизм. Идея служения. Военское служение. Особенности воспитания патриотизма в семье. Служение юноши – создание семьи и защита Отечества. Служение девушки – хранение семьи, рождение и воспитание детей. Родовые традиции служения Отечеству.

### **Трудовое воспитание в семье**

Понятие «труд». Труд как служение. Труд семейный и общественный. Отношение к домашнему хозяйству, собственности и материальным ценностям. Трудовое воспитание в семье. Труд как социальная норма и отклонение от неё. Мотивация труда. Меркантильная мотивация труда. Духовно – нравственная мотивация. Радость труда.

### **Половое воспитание в семье**

Воспитание будущего семьянина. Особенности воспитания мальчиков. Особенности воспитания девочек. Антиродильные и антисемейные установки в воспитании. Социальные факторы формирования семейных установок. Ошибки полового воспитания.

## **Раздел 3. ДЛЯ ЧЕГО Я ЖИВУ?**

### **Глава 5. Религиозные основы семьи**

#### **Вера, доверие и верность как ценности семейной жизни**

Понятие «вера». Верность – сохранение. Измена – потеря. Вера в собственные силы и в Бога. Человек как идол (кумир) и идолопоклонство. Доверие человеку. Образ жизни в контексте веры.

#### **Семья в религиозной традиции**

Семья как колыбель новой личности. Семья как школа личностного общения и школа любви. Религиозные ценности в семейных традициях народов России.

#### **Святые семейства. Святые покровители семьи**

Примеры истинного семейного благочестия. Святые благоверные князья Петр и Феврония. Семья святых Царственных страстотерпцев. Святые покровители семьи.

### **Глава 6. Семья в моей жизни**

#### **Радость семейной жизни**

Радость семейной жизни. Семейные радости. Источники радости. Единство жизненных позиций в семье.

## Значение семьи в жизни человека и смысл жизни

Полнота жизни в семье. Жизненные смыслы, идеалы, убеждения, мировоззрение. Жизненный опыт. Самоактуализация. Самодостаточность. Потеря смысла жизни. Новое обретение смысла жизни.

## Семейное счастье – миф или реальность?

Счастье истинное и мнимое. Партнёрское соглашение. Семейное счастье как духовный союз.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10

класс

№ урока	Название раздела, тема	Основные виды деятельности	Количество часов		
			теория	практика	
1	<b>Введение.</b> Что такое счастье и как его достичь?	Осмысление понятий «счастье», «семья», «Смысл жизни» Прослушивание видеолекции «Путь к счастью», аудиозаписи песни «Сумерки»	1		
<b>Раздел 1. Личность и межличностные отношения.</b>					
<b>Глава 1. Кто я?</b>					
2	Направленность личности	Формулирование понятий «душа», «черты характера», «направленность личности», «типы эмоциональной направленности», «человек», «индивид», «индивидуальность», «личность», «возраст», «кризис возраста», «пол», «гендер». Изучение индивидуальных особенностей эмоциональной направленности личности. Знакомство с психологическими особенностями подросткового и юношеского возраста. Просмотр видеолекций и прослушивание аудиозаписи песен		1	
3	Понятие личности.		1		
4	Типология личности		1		
5	Тайна возраста		1		
6	Тайна пола		1		
7	Подведение итогов изучения Главы 1: «Кто я?»				1
<b>Глава 2. Я и другие</b>					
8-9	Быть или казаться	Знакомство с понятиями «имидж», «лицедейство», «манипуляция сознанием», «нравственность», «духовность», «ответственность», «дружба» «любовь», «терпение», «прощение». Осознание потребности и ценности человеческого общения. Осмысление духовного смысла и природы дружбы и любви. Раскрытие основ нравственных отношений между юношами и девушками. Просмотр видеолекций и прослушивание аудиозаписи песен	1	1	
10	Стыд и совесть		1		
11	Дружба и любовь в жизни человека		1		
12	Мужественность		1		
13	Женственность		1		
14	Подведение итогов изучения Главы 2: «Я и другие»				1
<b>Раздел 2. Возрасты семьи</b>					
<b>Глава 3. Добрачные отношения.</b>					
15	Любовь и влюбленность	Формулирование понятий «симпатия», «влюбленность», «любовь», «страсть», «интимность», «добрачный период», «предбрачный период»	1		
16-17	Испытание чувств		1	1	
18	Предбрачный период		1		
19-20	Союз двух родов		1	1	

21	Подведение итогов изучения Главы 3: «Добрачные отношения»	«промискуитет», «виктимность». Формирование чувства ответственности при возникновении добрачных отношений. Раскрытие психологических особенностей добрачного и предбрачного периода.		1
<b>Глава 4. Свадьба. Начало семейной жизни</b>				
22	Самый важный день	Раскрытие понятий «брак», «семья», «супружество», «сожитительство».	1	
23	Встреча со специалистом			1
24	Первый год совместной жизни		1	
25	Подведение итогов изучения Главы 4: «Свадьба. Начало семейной жизни»	Знакомство с особенностями кризиса первого года семейной жизни и путями его преодоления. Изучение особенностей свадебных церемоний народов России.		1
<b>Глава 5. Молодые родители</b>				
26	Семья в ожидании ребенка.	Знакомство с особенностями становления молодой семьи в период ожидания ребёнка. Раскрытие сущности психологической готовности к отцовству и материнству. Раскрытие сущности и последствия аборт (медицинские, психологические, демографические). Встреча с работниками ЗАГС по вопросам демографии брака. Формирование ценности родительской любви.	1	
27	Встреча с сотрудником ЗАГСа			1
28	Отцовство и материнство		1	
29	Чудо жизни		1	
30-31	«Не убий»		1	1
32-33	Молодая семья с новорожденным		1	1
34	Подведение итогов изучения Главы 5: «Молодые родители»			
35	Итоговое занятие			1
	Итого (35)		21	14

11

класс

№ урока	Название раздела, тема	Основные виды деятельности	Количество часов	
			теория	практика
<b>Раздел 1. Возрасты семьи.</b>				
<b>Глава 1. Особенности зрелой семьи.</b>				
1	Уроки семейного взросления.	Раскрытие понятия «гнев», «эгоизм», «эгоцентризм», «гедонизм», «конфликт», «семейный конфликт». Обозначение причин семейных конфликтов, разлада семейных отношений. Исследование причин и последствий разводов. Изучение периодизации семейной жизни.	1	
2	Семейные конфликты		1	
3	Родители и дети. Значение детей в жизни семьи		1	
4	Супружеское долголетие		1	
5	Подведение итогов изучения Главы 1:			

	«Возрасты семьи»			
<b>Раздел 2. Я - семья - общество</b>				
<b>Глава 2. Семья – основа всякого общества</b>				
6-7	Типы и функции семьи	Классификация семей по стажу, по социальному составу, по качеству отношений в семье, по социальному благополучию. Изучение функций семьи. Исследование понятия «демографический кризис»	2	
8	Значение семьи для общества		1	
9	Семья и государство. Вопросы демографии		1	
10	История семейной политики в России		1	
11	Подведение итогов изучения Главы 2: «Я – семья – общество»			1
<b>Глава 3. Устройство жизни семьи. Личность и семья</b>				
12	Иерархичность семейных отношений	Понятия «иерархии», «главенства» и «лидерства» относительно семейных отношений. Знакомство с исторической типологией семьи. Изучение традиционного уклада семьи.	1	
13	Главенство мужа		1	
14	Жена – хранительница домашнего очага		1	
15	Положение детей в семье		1	
16	Старшие члены семьи		1	
17	Подведение итогов изучения Главы 3: «Устройство жизни семьи. Личность и семья»			1
<b>Глава 4. Семейное воспитание</b>				
18-19	Традиции семьи, рода, народа	Понятие «традиции», «чести» и «долга», «патриотизма». Трансляция традиций своей семьи. Презентация «Традиции»	1	1
20	Воспитание чести и долга в семье		1	
21	Патриотическое воспитание в семье		1	
22	Трудовое воспитание в семье		1	
23	Половое воспитание в семье		1	
24	Подведение итогов изучения Главы 4: «Семейное воспитание»	воспитания в разные исторические эпохи» Исследование факторов дестабилизации семейных отношений.		1
<b>Раздел 3. Для чего я живу?</b>				
<b>Глава 5. Религиозные основы семьи</b>				

25-26	Вера, доверенность и верность как ценности семейной жизни	Исследование понятий «вера», «верность», «доверие». Знакомство со святыми покровителями семьи. История празднования 8 июля – Дня семьи, любви и верности. Встреча со священником.	1	1
27	Семья в религиозной традиции		1	
28	Святые покровители семьи		1	
29	Встреча со священником			1
30	Подведение итогов изучения Главы 5: «Религиозные основы семьи»			1
<b>Глава 6. Семья в моей жизни</b>				
31	Радость семейной жизни	Сочинение – рассуждение «Семейное счастье – миф или реальность?»	1	
32	Значение семьи в жизни человека и смысл жизни		1	
33	Семейное счастье – миф или реальность?		1	
34	Подведение итогов изучения Главы 6: «Семья в моей жизни»			1
35	Итоговое занятие			1
	Итого (35)		25	10