

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №34»
Старооскольского городского округа**

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО
классных руководителей
Протокол
от «29» августа 2023 г.
№ 01

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора
МБОУ «СОШ №34»
_____/ Селезнева Ю.В.
(подпись)
«30»августа 2023 г.

РАССМОТРЕНО

на заседании
педагогического совета
МБОУ «СОШ №34»
Протокол
от 31.08.2023 года №01

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора
МБОУ «СОШ №34»
от «31» августа 2023 г.
№571

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
духовно-нравственного направления
«Нравственные основы семейной жизни»
для 10 классов**

Составитель:

**Гупалова М.В.,
педагог дополнительного образования**

Старый Оскол, 2023

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Нравственные основы семейной жизни» социального направления рассчитана для учащихся 10-х классов.

Подготовка молодёжи к жизни в сложившихся социально-экономических условиях является одной из наиболее актуальных проблем современной школы. Определение молодыми людьми своей социальной и личностной позиции взрослого человека в системе межличностных отношений и построение долговременной перспективы жизни – профессиональной, гражданской, семейной занимает одно из главных мест в развитии личности старшеклассника.

Активные пробы взрослой позиции начинаются молодыми людьми в период пребывания за школьной партой. При этом усвоение образцов полоролевого поведения, формирование образа семьи и готовности вступления в брак являются основными условиями успешной адаптации к взрослой жизни. Вместе с тем социально-психологическая практика показывает, что многие старшеклассники испытывают затруднения в установлении эмоционально значимых межличностных отношений, в выборе типа полоролевого поведения, в осознании своих планов на будущее, в частности семейной жизни. Проблема жизненного самоопределения в области семейной сферы жизнедеятельности является особенно актуальным в связи с тем, что одной из основных функций семьи как малой социальной группы, члены которой связаны брачными или родственными отношениями, общностью быта, взаимной помощью и моральной ответственностью, является обеспечение развития личности в течение жизни человека, а также передача духовно-нравственного и культурного наследия новому поколению. Особенности семьи, ее духовное и моральное здоровье во многом определяют характер человека, эффективность воспитания подрастающего поколения и в конечном итоге развитие всего общества. Этим и определяется актуальность разработки данной программы.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что ее реализация способствует формированию у учащихся значимых нравственных

категорий и принципов духовно-нравственного отношения к себе и окружающим (семье, социуму, государству) в современной жизни.

Программа внеурочной деятельности «Нравственные основы семейной жизни» направлена на оказание психолого-педагогической поддержки старшеклассникам в ситуации семейного самоопределения, расширение жизненной перспективы личности учащихся, оказание помощи в построении жизненных планов и образа будущей семьи с учетом построения образовательного процесса с учётом индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей обучающихся.

Курс занятий расширяет кругозор учащихся, акцентирует внимание на важнейших социально-психологических явлениях при формировании личности, актуализирует вопросы адаптированности, жизненного самоопределения и саморазвития. Предлагаемая программа построена с учетом информационной нагрузки школьников и возрастных особенностей.

В программе учтены идеи и положения Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, программы развития и формирования универсальных учебных действий.

Курс «Нравственные основы семейной жизни» может стать средоточием духовно-нравственного образования и воспитания, обращенного к насущным жизненным задачам юношества. Ведь семья – это жизненный центр, возвращающий в душу человека вечные ценности добра, красоты, разумности и любви.

Цель программы – формирование у учащихся семейной культуры, отношения к семье как к основе российского общества.

Задачи программы:

1. Расширить представления учащихся о роли семьи в формировании и развитии личности.
2. Сформировать уважительное отношение к семье, ее духовным ценностям.
3. Способствовать формированию ответственного отношения к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.
4. Развивать коммуникативную и конфликтологическую компетентности учащихся

Теоретическая часть программы содержит информационный материал (философский, культурологический, психологический, духовно-нравственный), раскрывающий ценность семейных чувств и отношений. Практическая составляющая

программы наполнена различными педагогическими, психологическими ситуациями, активизирующими познавательный интерес, стимулирующими творческий импульс.

Особую роль в организации образовательной деятельности играют ролевые игры, так как они способствуют успешной реализации, закреплению ценностного отношения к семье, умению самостоятельно принимать решения в нестандартной ситуации.

Для развития самопознания, эмоционального тонуса, поддержания должной мотивации в ходе реализации программы предполагается применение различных психологических методик: тесты, анкеты, опросники и т.д.

Формы промежуточного контроля: наблюдение активности на занятии, беседа с учащимися, анализ творческих, исследовательских работ, результатов выполнения диагностических заданий.

Программа рассчитана на 34 учебных часа.

Срок обучения: 34 учебных недель

Режим занятий: 1 часа в неделю

Требования к результатам освоения программы внеурочной деятельности «Нравственным основам семейной жизни»

Изучение «Нравственных основ семейной жизни» учащимися 10-х классов имеет практический, личностно-ориентированный характер. Обучающиеся обобщают полученные ранее знания, курс помогает приобрести четкие векторы направленности в дальнейшем духовном и интеллектуальном развитии, укрепить практический опыт применения своих знаний, как в личной, так и в общественной жизни.

Метапредметные результаты предполагают формирование следующих компетенций:

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

Личностные результаты освоения программы по «Нравственным основам семейной жизни» выражаются в следующем:

- приобретение 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;
- осознание ценности человеческой жизни.

Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Всего	Из них
----------	-------------------------------	--------------	---------------

		часов	Теория	Практика
1	Введение	1	1	-
1.1.	Введение. Цели и задачи курса «Нравственные основы семейной жизни»	1	1	-
2	Социально-психологические особенности семьи и семейных отношений	12	5	7
2.1.	Психология супружеской совместимости. Темперамент. Характер	3	1	2
2.2.	Цели и ценности личности. Проектирование семейной жизни	2	1	1
2.3.	Психология семейного общения. Стили общения. Позиции в общении	2	1	1
2.4.	Профилактика семейных конфликтов. Барьеры в общении.	2	1	1
2.5.	Тренинг коммуникативных навыков «Конструктивное преодоление конфликтов»	2	-	2
2.6.	Психологическое здоровье семьи	1	1	-
3	Особенности межличностных отношений юношества	8	5	3
3.1.	Нравственные основы взаимоотношений юношей и девушек	3	2	1
3.2.	Культура воздержания	1	1	-
3.3.	О товариществе и дружбе	2	1	1
3.4.	Любовь как высшее человеческое чувство	2	1	1

4	Брак и семья	11	5	6
4.1.	Что такое готовность к браку	1	1	-
4.2.	Здоровье супругов и будущего потомства	1	-	1
4.3.	Семья и ее функции	3	1	2
4.4.	Особенности молодой семьи	2	1	1
4.5.	Этапы развития семьи	2	1	1
4.6.	Брак и семья в российском законодательстве	2	1	1
5	Итоговое занятие	1	-	1
	Итого	34	17	17

Содержание программы

Раздел 1. Введение

Тема 1.1. Введение. Цели и задачи курса «Нравственные основы семейной жизни»

Содержание, цели и задачи курса «Нравственные основы семейной жизни». Связь курса с другими учебными предметами.

Раздел 2. Социально-психологические особенности семьи как малой группы

Тема 2.1. Психология супружеской совместимости. Темперамент. Характер

Понятие супружеской совместимости. Компоненты супружеской совместимости. Психологические особенности человека, их влияние на характер межличностного взаимодействия. Психодинамические особенности. Типы нервной системы. Темперамент. Эмоциональная устойчивость. Нейротизм. Экстраверсия. Интроверсия. Типы темперамента. Сангвиник. Холерик. Флегматик. Меланхолик. Характер. Черта характера. Типы характеров. Формирование характера. Совершенствование характера. Эмоциональная сфера личности. Чувства. Эмоции. Аффекты. Настроения.

Диагностика свойств нервной системы. «Теппинг- тест» (Е.П. Ильин). Диагностика типа темперамента. Тест-опросник Айзенка (подростковый вариант). Диагностика типа характера. 16-факторный опросник Кэттела. Анализ результатов.

Тема 2.2. Цели и ценности личности. Проектирование семейной жизни

Индивидуум. Личность. Структура личности. Мотивационно-потребностная сфера личности. Теория личности З. Фрейда. Теория личности А. Маслоу. Мотивы человека. Потребности личности. Интересы личности. Цели и ценности личности. Формирование ценностных ориентаций человека. Учет ценностных ориентаций в семейной жизни. Ценность «семьи» как приоритетная ценность в жизни человека. Развитие личности в системе супружеских отношений. Самоактуализация. Самосознание. «Я - образ». «Я - концепция». Самооценка. Самоотношение.

Самоуважение. Проектирование жизненного пути. Будущее, настоящее, прошлое. Жизненный успех. Жизненный выбор. Понятие ответственности. Локус контроля. Мотив достижения успеха. Мотив избегания неудачи.

Диагностика мотивационно-потребностной сферы человека. Тест самоактуализации А. Маслоу. Методика «Ценностные ориентации» (М. Рокич). Тест «Кто Я?» (М.Кун). Анализ результатов.

Тема 2.3. Психология семейного общения. Стили общения. Позиции в общении

Общение. Восприятие в системе межличностного взаимодействия. Ошибки межличностного восприятия: «эффект орла», фактор превосходства, фактор «отношение к нам». Структура общения. Стороны общения: перцептивная, коммуникативная, интерактивная. Средства общения: невербальные и вербальные. Коммуникативные способности. Стили общения в семье. Духовное общение. Примитивное общение. Формально-ролевое общение. Светское общение. Манипулятивное общение. Типы манипулятивных систем. Защита от манипуляций. Позиции в общении. Эго – состояния личности: «Родитель», «Ребенок», «Взрослый». Схема Томаса А. Харриса.

Диагностика позиции в общении. Тест «Манипулятор» (А.С. Прутченков). Тест «Три Я» (Жариков Е). Анализ результатов.

Тема 2.4. Профилактика семейных конфликтов. Барьеры в общении

Причины возникновения конфликтных ситуаций. Особенности семейных конфликтов. Конфликтогенные черты характера. Барьеры в общении. Демонстрация разницы позиций. Оценочные суждения. Стереотипизация. Конфликт. Динамика конфликта. Стили разрешения конфликтов. Стилль конкуренции. Стилль уклонения. Стилль приспособления. Стилль сотрудничества. Стилль компромисса. Принципы управления конфликтом. Контроль эмоций. Конформизм. Негативизм. Влияние семенных конфликтов на удовлетворенность семейной жизнью. Психологический климат семьи.

Диагностика типа поведения в конфликтной ситуации. Тест «Стили разрешения конфликтов» К. Томаса.

Тема 2.5. Тренинг коммуникативных навыков «Конструктивное преодоление конфликтов»

Формирование навыка интерпретации невербальных сигналов в общении, идентификации эмоциональных состояний людей по невербальным проявлениям в поведении. Упражнение «Отгадай настроение». Формирование навыков эмпатического слушания. Упражнение «Интервью в парах». Формирование навыков распознавания и противостояния манипулированию со стороны других людей. Формирование навыка преодоления барьеров в общении. Упражнение «Рисунок в парах». Формирование навыков творческого разрешения конфликтных ситуаций. Формирование навыка противостояния психологическому давлению, навыка уверенного отказа. Упражнение «Скажи «Нет!»».

Интерактивное занятие с использованием методических материалов Всероссийской общественной организации «Здоровая Россия – Общее Дело»: «Конструктор отношений».

Тема 2.6. Психологическое здоровье семьи

Здоровый образ жизни. Активная жизненная позиция. Факторы продуктивного долголетия. Вредные привычки. Психоактивные вещества. Психологическое здоровье человека. Факторы нарушения психологического здоровья. Стресс. Способы сохранения психологического здоровья. Психологическое здоровье членов семьи и психологический климат семьи. Интерактивное занятие с использованием методических материалов Всероссийской общественной организации «Здоровая Россия – Общее Дело»: «5 секретов настоящего мужчины», «Путь героя», «Тайна природы женщины».

Раздел 3. Особенности межличностных отношений юности

Тема 3.1. Нравственные основы взаимоотношений юношей и девушек

Воспитанность, благородство и самообладание, скромность, вежливость, доброта, отзывчивость, уважительное отношение к окружающим, к старшим, самоотверженность

Современный юноша. Понятие о мужественности. Долг юноши – оберегать и охранять достоинство и честь девушки. Искажённые представления о мужественности.

Современная девушка. Понятие о женственности. Непреходящие ценности женского характера. Девичья честь и достоинство. Особая роль девушки в создании здорового климата в коллективе. Ложное отношение к женственности.

Этические нормы и правила «хорошего тона» во взаимоотношениях юношей и девушек.

Тема 3.2. Культура воздержания

Духовные, нравственные и психологические основы сдержанности чувств и переживаний. Принцип доминанты как психофизиологическое обоснование культуры воздержания. Необходимость преобладания духовного общения над физическим.

Стыд и совесть как свидетели ненормальности внебрачных половых связей. Пагубное влияние таких отношений на телесное и душевное здоровье человека и на здоровье его потомства.

Тема 3.3. О товариществе и дружбе

Товарищество и дружба как человеческие потребности и социальные ценности. Товарищ - человек, близкий по сходству взглядов, по совместной деятельности. Дружба - высшая степень товарищества. Общность интересов, убеждений, устремлений, взаимная симпатия, готовность оказать помощь другу, разделить радость и неудачу, поступиться ради друга собственным благополучием и др.

Дружба как школа общения, самовоспитания и любви. Дружба истинная и ложная.

Товарищеские отношения и дружба между юношами и девушками.

Тема 3.4. Любовь как высшее человеческое чувство

Духовная природа любви. Потребность быть любимым и способность любви, бескорыстной самоотдачи. Способность любви как выражение высшего уровня развития личности.

Вдохновляющая, творческая сила любви. Первая любовь. Особенности

юношеской романтической любви. Идеал и идеализация человека; их различие. Умение различать любовь и другие чувства - симпатию, интерес, влюбленность, увлечение, влечение. Соотношение дружбы и любви. Любовь как основа брака. Мудрость любви: способность видеть незримую для других, неповторимую индивидуальность любимого человека.

Предложение о вступлении в брак. Гражданский брак. Обручение и венчание; благословение нерасторжимости брака.

Раздел 4. Брак и семья

Тема 4.1. Что такое готовность к браку

Брачный возраст. Осознание молодыми людьми того, что они берут на себя определенные обязательства друг перед другом, ответственность за будущую семью, будущих детей. Понимание духовно-нравственной и правовой основы брака. Мотивы вступления в брак: любовь, желание создать семью, вырастить и воспитать детей как ведущие мотивы заключения брака.

Психологическая готовность молодежи к браку. Наличие у будущих супругов глубокого чувства любви, уважения, доверия, взаимной преданности. Общность их взглядов на содержание семейной жизни, идеал семейного счастья. Распределение ролей и обязанностей в семье. Готовность уступить, простить оплошность, помочь супругу (супруге) достойно преодолевать трудности. Направленность на другого человека, способность считаться с его индивидуальными особенностями, ценить и уважать его творческие стремления.

Тема 4.2. Здоровье супругов и будущего потомства

Генетические аспекты брака. Нравственные и физические последствия добрачной половой распущенности. Значение целомудрия для здоровья будущего потомства. Законы наследственности. Влияние предшествовавших половых связей на потомство. Выбор будущего супруга (супруги).

Тема 4.3. Семья и ее функции

Основная функция семьи - продолжение человеческого рода, рождение и

воспитание детей. Необходимость сочетания интересов семьи с интересами общества. Важность наличия в каждой семье нескольких детей. Роль семьи в жизни общества и укреплении государственности.

Тема 4.4. Особенности молодой семьи

Супружество - новый этап межличностных отношений. Обязанности молодых супругов друг перед другом, перед родителями, родственниками и близкими. Сходство основных ценностных ориентаций супругов как условие гармонии супружеских отношений. Создание круга общих друзей. Необходимость душевного труда в создании семьи и сохранении благоприятного семейного климата.

Начальный период брака. Изменение привычного образа жизни, сложившегося до брака. Возникновение чувства “мы”. Взаимное освоение вкусов, особенностей и привычек друг друга. Проблема “главенства” в семье. Сопереживание в трудностях и радостях.

Развитие добрых отношений с родителями обоих супругов, их друзьями и знакомыми. Типичные причины конфликтов в первые годы брака (борьба самолюбий, столкновения характеров, борьба за главенство в семье и др.)

Семья, ждущая ребенка. Здоровый образ жизни как условие рождения здорового ребенка, вредность алкоголя и никотина. Подготовка к принятию в семью нового человека. Психологические проблемы, связанные с рождением ребенка. Перестройка семейной структуры. Новый бюджет времени и средств.

Внимание к молодой матери. Влияние внутриутробного периода в жизни ребенка на его дальнейшее развитие. Момент зачатия - начало жизни человека. Пробуждение чувства материнства и отцовства.

Несколько детей в семье. Влияние детей на развитие личности родителей. Обогащение нравственно-эмоциональной сферы родителей в связи с воспитанием детей.

Тема 4.5. Этапы развития семьи

Средний и старший супружеский возраст. Эволюция отношений и чувств в разные периоды супружества.

Тема 4.6. Брак и семья в российском законодательстве

Правовое регулирование вопросов брака и семьи в международном праве. Понятие «овенальная юстиция». Брак и семья в системе федерального и регионального законодательства России.

5. Итоговое занятие. Защита проектов «Моя семья»

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гребенников И.В. Основы семейной жизни: учебное пособие для студентов пед. ин-тов. – М.: Просвещение, 2005.
2. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога средней школы (2-е изд.) / Серия "Справочники". – Ростов н/Д: "Феникс", 2004.
3. Ковалев С.В. Психология современной семьи: Информ.-метод. материалы к курсу "Нравственные основы семейной жизни": Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 2008.
4. Кон И.С. Психология ранней юности: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 2009.
5. Малкина-Пых И.Г. Семейная терапия. – М.: Изд-во Эксмо, 2005.
6. Особенности обучения и психического развития школьников 13 – 17 лет/ Под ред. И. В. Дубровиной, Б. С. Круглова; науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР. – М.: Педагогика, 1988.
7. Панкова Л.М. У порога семейной жизни: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 2011.
8. Петровский А.В. Что мы знаем и чего не знаем о себе? – М.: Педагогика, 2006.
9. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие для педагога: В 2 ч. – М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2003.
10. Семейный Кодекс Российской Федерации. – М.: "Издательство ЭЛИТ", 2005.
11. Фридман Л.М. Педагогический опыт глазами психолога: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 2007.
12. Фридман Л.М., Волков К.Н. Психологическая наука – учителю. – М.: Просвещение, 2009.
13. Фридман Л.М., Пушкина Т.А., Каплунович И.Я. Изучение личности учащегося и ученических коллективов: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 2008.