

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Самарской области**  
**Юго-западное управление министерства образования Самарской области**  
**ГБОУ СОШ пос. Чапаевский**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО

Петровская С.Н.

Протокол №1 от 29.08.2025г.

**ПРОВЕРЕНО**

Ответственный за УР

Чиненова О.С.

29.08.2025г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор ГБОУ СОШ пос. Чапаевский

\_\_\_\_\_ Майорова О.П.

Приказ №130  
от 29.08.2025 г.

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

**Нравственные основы семейной жизни**

**Базовый уровень, среднее общее образование, 10 класс, 34 часа**

1. **Федеральный Государственный образовательный стандарт** среднего общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05. 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования», с изменениями от 08.01.2021 г.)
2. **Примерная** основная образовательная программа среднего общего образования (в редакции протокола от 28 июня 2025 г. №2/16-з федерального учебно-методического объединения по общему образованию).
3. **Рабочая программа** учебного курса «Нравственные основы семейной жизни. 10-11 классы», в 2 частях [Текст]: для обучающихся по образовательным программам общего и профессионального (основного и дополнительного) образования. Моисеев Д. А., Крыгина Н. Н.; Москва : Просветитель, 2015. ISBN 978-5-903971-10-7
4. **Учебник.** Нравственные основы семейной жизни. 10-11 классы в 2х ч. Ч.1 и 2. Д.А. Моисеев, Н.Н. Крыгина. Благотворительный фонд «Просветитель», М., 2024 г.

Составитель: Донскова Наталья  
Владимировна

Пос. Чапаевский 2025 год

### **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

Личностные результаты освоения основной образовательной программы должны отражать:

- 1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- 2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- 3) готовность к служению Отечеству, его защите;
- 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы должны отражать:

- 1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- 3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- 4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- 5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- 6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
- 7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- 8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- 9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Предметные результаты:

- 1) овладение ценностными установками и знаниевыми основаниями для осознанной мотивации к нравственному совершенствованию и духовному саморазвитию;
- 2) знание нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении;
- 3) знание православного учения о человеке,
- 4) представление о мужественности и женственности, добрачном, предбрачном периоде, типах и функциях семьи,
- 5) понимание различий между влюбленностью и любовью, гражданским браком и браком, зарегистрированным в загсе,
- 6) представление об обручении и венчании, церковном браке, благословении родителей и священника,
- 7) понимание сущности аборта, значения одноплодности и многоплодности для стабильности семейных отношений,
- 8) понимание причин супружеских конфликтов и разводов,
- 9) знание святых семейств, покровителей семьи,
- 10) знакомство и формирование навыков понимания духовно-нравственного смысла народной мудрости,
- 11) осознание ценности человеческой жизни,

- 12) представление о христианском браке и нормах христианского поведения (христианской этике);
- 13) знание основ общественной нравственности, этики общественного служения, добродетелей современного христианина, общего и особенного в Православии и этике.

## **2. Содержание учебного предмета.**

**Личность и межличностные отношения.** Что такое счастье и как его достичь? Как достичь счастья в таком странном и негармоничном мире. Обладание счастьем - личный выбор каждого. 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. Кризис переходного возраста. Анатомо-физиологические особенности подросткового и юношеского возраста. Особенности развития самосознания личности на данной возрастной ступени. Особенности общения со взрослыми. Особенности общения со сверстниками. Тайна пола. Понятие пола в психологии. Пол и гендер. Психология половых различий мужчин и женщин. Половые различия детей от рождения до подросткового возраста (краткий обзор). Различия между юношами и девушками в темпах физического взросления и в других сферах.

**Я и Другие.** Быть или казаться. Лицо и личина. Честность и лицемерие. Образ и имидж. Манипуляция сознанием. Как не стать жертвой манипуляции. Стыд и совесть. Понятие «стыд». Понятие «совесть». Требование совести и требование общества. Различение добра и зла. Свобода выбора. Ответственность. 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. 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. Искажённое понимание женственности в современном мире и его последствия для человека, общества и семьи.

**Возрасты семьи.** Добрачные отношения. Влюблённость и любовь. Понятие любви. Классификации любви. Первая любовь. Умение различать любовь и влюблённость. Особенности юношеской романтической любви. Этапы отношений: дружба, влюблённость, 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. Проблема выбора жениха и невесты. Понятие виктимности в психологии (склонность человека становиться жертвой). Установка на частую смену сексуальных партнёров (промискуитет). Пробный брак - его мотивация и последствия. Предбрачный период. Понятие «предбрачного периода». Задачи предбрачного этапа. Психологическая готовность к браку. Оптимальная продолжительность предбрачных отношений. В каких ситуациях необходимо узнать друг друга. Ведущие мотивы вступления в брак. Факторы, благоприятствующие созданию семьи. Факторы риска при создании семьи. Союз двух родов. Знакомство с новыми родственниками. Помолвка и сватовство. Родословная (брак - начало новой родословной). Свадьба. Самый важный день. Брак гражданский и брак церковный. Свадебные обряды в религиозных традициях народов 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. Молодые родители. Семья в ожидании ребенка. Готовность стать родителями. Радость ожидания новорожденного. Беременность и подготовка к родам. Целомудрие в период беременности. Здоровье будущих супругов и их потомства. Влияние вредных привычек на здоровье и способность стать родителями. Отцовство и материнство. Понятия отцовства и материнства. Ответственность родителей за детей. Рождение, воспитание и социализация детей - одна из основных функций семьи. Для чего в семье нужны дети. Негативные формы отношения к родительству: отказ от выполнения родительских ролей, суррогатное материнство, безотцовщина, социальное сиротство Чудо жизни. Жизнь - дар Божий. Уникальность человеческой жизни. Когда начинается человеческая жизнь. Стадии развития ребёнка 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. Молодая семья с новорожденным. Изменения в семье, в связи с появлением ребёнка. Второй кризис семейной жизни и пути его преодоления. Родительская любовь. Освоение родительских ролей. Влияние родителей на развитие ребёнка в первый год после рождения. Влияние родителей на развитие личности детей. Феномен детского госпитализма. Традиции фольклора в сфере материнства: колыбельные, пестушки, потешки. Влияние детей на развитие личности родителей.

### 3. Тематическое планирование.

№ раздела	Наименование раздела программы	Количество часов	
		Всего	Контрольные работы
1	Введение. Личность и межличностные отношения	17	
2	Возрасты семьи	17	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>34</b>	<b>-</b>

### 4. Календарно-тематическое планирование

№№ урока		Примечание
1.	Что такое счастье и как его достичь?	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/301339-urok-po-kursu-nravstvennye-osnovy-semejnoj-zh">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/301339-urok-po-kursu-nravstvennye-osnovy-semejnoj-zh</a>
2.	Направленность личности.	
3.	Понятие личности.	
4.	Чувство личной ответственности.	

5.	Тайна возраста.	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/301339-urok-po-kursu-nravstvennye-osnovy-semejnoj-zh">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/301339-urok-po-kursu-nravstvennye-osnovy-semejnoj-zh</a>
6.	Особенности общения со сверстниками и взрослыми.	
7.	Период юности.	
8.	Тайна пола.	
9.	Половые различия детей.	
10.	Темпы взросления девушек и юношей.	
11.	Ценность человеческого общения.	
12.	Стыд и совесть.	
13.	Дружба и любовь в жизни человека.	
14.	Мужественность	
15.	Женственность.	
16.	Дискуссионный стол «Проблемы коммуникации в современной семье»	
17.	Дискуссионный стол «Доверие и личное пространство в семье»	
18.	Любовь и влюбленность.	
19.	Испытание чувств	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/301339-urok-po-kursu-nravstvennye-osnovy-semejnoj-zh">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/301339-urok-po-kursu-nravstvennye-osnovy-semejnoj-zh</a>
20.	Предбрачный период.	
21.	Союз двух родов.	
22.	Самый важный день	
23.	Первый год совместной жизни.	
24.	Планирование семьи	
25.	Семья в ожидании ребенка.	
26.	Отцовство и материнство.	
27.	Чудо жизни	
28.	«Не убий»	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/301339-urok-po-kursu-nravstvennye-osnovy-semejnoj-zh">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/301339-urok-po-kursu-nravstvennye-osnovy-semejnoj-zh</a>
29.	Молодая семья с новорожденным	
30.	Формирование семейных традиций	
31.	Как не «потерять себя»	
32.	Партнерская или традиционная семья – плюсы и минусы	
33.	Система отношений с новыми родственниками	
34.	Уметь признавать и исправлять ошибки	

