

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Самарской области**

**Юго-Восточное управление**

**ГБОУ СОШ с. Зуевка**

РАССМОТРЕНО

На заседании МС

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УР

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Воротынцева Л.А.

Приказ № 51-од от «29»  
августа 2025 г.

Гребенкина Е.В.

Приказ № 51-од от «29»  
августа 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Элективного курса

**НРАВСТВЕННЫЕ ОСНОВЫ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ**

для обучающихся 10 класса

**с.Зуевка, 2025**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Нравственные основы семейной жизни» (далее НОСЖ) для 10 класса составлена в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
2. ФГОС СОО, утверждённым приказом министерства образования и науки РФ № 413 от 17 мая 2012 г. (с изменениями и дополнениями);
3. Программа разработана на основе Примерной рабочей программы учебного курса «Нравственные основы семейной жизни», рекомендованной Координационным советом учебно-методических объединений в системе общего образования Самарской области (протокол № 30 от 30.04.2020). Авторы программы: Д.А. Моисеев-кандидат биологических наук, Н.Н.Крыгина-кандидат психологических наук. Самара, 2020.

### **УМК:**

1. «Нравственные основы семейной жизни. Учебное пособие (среднееобщее образование). Автор: Д.А. Моисеев- кандидат биологических наук. – Издательство «АБРИС», 2020
2. «Нравственные основы семейной жизни. 10-11 классы», с мультимедийным приложением. - Благотворительный фонд «Просветитель», 2017.

## 1. Планируемые результаты

Изучение «Нравственных основ семейной жизни» учащимися 10 классов имеет практический, личностно-ориентированный характер. Учащиеся смогут обобщить полученные ранее знания, укрепить практический опыт применения своих знаний как в личной, так и в общественной жизни.

### Учащийся научится:

#### Метапредметные результаты

- \* развивать аналитический подход к осмыслению изучаемого материала; \*
- выбирать и использовать различные источники знаний, анализировать, обобщать и представлять их в форме доклада, реферата, сочинения;
- \* формировать целостную картину мира;
- \* анализировать и духовно осмысливать прочитанные тексты.

#### Личностные результаты

- \*приобретать знания и навыки, необходимые в духовной жизни;
- \*приобретать твердые моральные устои, нормы поведения и отношения к людям;
- \*воспитывать в себе уважение к семье как личной и общественной ценности;
- \*развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками, формировать умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций, формировать осознанные установки на миротворческое отношение в социуме;
- \*сопереживать другим людям, развивать начальные формы регуляции эмоционального состояния;
- \*усваивать нормы человеческой нравственности на уровне поступка и поведения, развивать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

#### Предметные результаты

- \*овладевать ценностными установками и знаниями для осознанной мотивации к нравственному совершенствованию и духовному саморазвитию;
- \*знанию нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных

традициях России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении;

\*иметь представление о мужественности и женственности, добрачном и предбрачном периодах, типах и функциях семьи;

\*понимать различия между влюбленностью и любовью, гражданским браком и браком, зарегистрированным в загсе;

\*иметь представление об обручении и венчании, церковном браке, благословении родителей и священника;

\*понимать причины супружеских конфликтов и разводов;

\*формировать навыки понимания духовно-нравственного смысла народной мудрости;

\*осознавать ценности человеческой жизни;

\*иметь представление о христианском браке и нормах христианского поведения (христианской этике).

#### **Учащийся получит возможность научиться:**

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

\*объяснять основы морали и нравственности, понимать их значения в выстраивании конструктивных отношений в обществе;

\*сопоставлять взаимосвязь внутренней и внешней жизни человека;

\*объяснять 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 родителям.

#### **Учащийся будет иметь:**

\*навык проведения исследовательских работ по заданной теме, работы с

информационными ресурсами в части нахождения и отбора необходимой информации, а также редактирования готового текста;

\*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.

## **2. Основное содержание курса**

### **«Нравственные основы семейной жизни» 10 класс**

**(1 час в неделю, всего: 34 часа)**

#### ***Раздел 1. Личность и межличностные отношения. (8 часов)***

##### **Глава 1. (2 часов). «Кто Я?»**

Направленность личности: Тестирование по тест-анкете «Эмоциональная направленность» Б.И. Додонова. Понятие «направленность личности». Диспут «В деньгах ли счастье». Смысл жизни.

Понятие личности: Индивид. 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. 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. Различия между юношами и девушками в темпах физического взросления и в других сферах.

##### **Глава 2. (6 часов) «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. Искаженное понимание мужественности в современном мире.

Женственность: Понятие «женственность». Составляющие женственности. Красота истинная и ложная. Нравственные основы взаимоотношений с юношами. Искаженное понимание женственности в современном мире и его последствия для человека, общества, семьи.

## ***Раздел 2. Возраст семьи. (17 час)***

### **Глава 3. (4 часов). «Добрачные отношения».**

Любовь и влюбленность: 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. Проблема выбора жениха и невесты. Понятие виктимности в психологии. Установка на частую смену сексуальных партнеров. 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. Традиции сватовства: Знакомство с новыми родственниками. Помолвка и сватовство. Родословная (брак – начало новой родословной).

#### **Глава 4.** (4 часа). «Свадьба. Начало совместной жизни».

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.

#### **Глава 5.** (9 часов). «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.

Чудо жизни: Жизнь – дар божий. Уникальность человеческой жизни. Когда начинается человеческая жизнь. 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. Для чего в семье нужны дети. 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 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.

## ***Раздел 2. Возраст семьи (6 часов)***

### ***Глава 6. (6 часов). «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. Необходимость душевного труда для созидания и сохранения благополучия в семье: понять, простить, уступить. Уроки духовного взросления – возрастание в любви, взаимном терпении и неосуждении.

Семейные конфликты: природа семейных конфликтов. Агрессивное поведение в семье. Причины и последствия разлада семейных отношений. Пути их преодоления. Культура общения в семье. Умение говорить и умение молчать. Умение слушать. Уважительные отношения в семье.

Родители и дети. Значение детей в жизни семьи: классификация семей по количеству детей. Особенности однодетной и многодетной семьи. Сколько детей должно быть в семье? 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 3. Я – Семья – Общество (14 часов)***

#### ***Глава 7. (4 часов) «Семья – основа всякого общества».***

Типы и функции семьи: классификация типов по семейному стажу, по наличию ядра (супружеской четы), 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. Спасет ли семья мир?

Семья и государство. Вопросы демографии: Семья и демография. Характеристика современной демографической ситуации в Российской Федерации и тенденция ее развития. Демографический кризис. Семья в зеркале статистики. Семейная политика. Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года. Пути выхода из демографического кризиса.

История семейной политики в России: исторические причины кризиса семьи в современном российском мире.

#### ***Глава 8. (10 часов) «Устроение жизни семьи. Личность и семья».***

Иерархичность семейных отношений. Главенство мужа: понятие иерархии. Послушание членов семьи друг другу. 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. Что значит «быть помощницей мужу». 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. Отношения детей между собой. Старшие дети. Младшие дети.

Старшие члены семьи: уважительное отношение к старшим членам семьи. Чувство благодарности старшим. Почитание старших. Происхождение понятия «хамство». Значение родительского благословения. Послушание младших старшим. Забота о старых и немощных членах семьи.

### 3. Тематическое планирование

10 класс

№ п/п	Название раздела. Тема урока	Кол- во часов
<b>Раздел I. Личность и межличностные отношения</b>		<b>8</b>
<b>Глава 1. Кто я?</b>		<b>6</b>
1	Введение. Что такое счастье и как его достичь?	1
2	Понятие личности	1
3	Понятие личности	1
	Тайна возраста	2
10	Тайна пола	1
<b>Глава 2. Я и другие</b>		<b>7</b>
11	Быть или казаться	1
12	Стыд и совесть	1
13-14	Дружба и любовь в жизни человека	2
15	Мужественность	1
16	Женственность	1
17	Подведение итогов по разделу I.	1
<b>Раздел II. Возрасты семьи</b>		<b>17</b>
<b>Глава 3. Добрачные отношения</b>		<b>8</b>
18-19	Любовь и влюбленность	2
20	Испытание чувств.	1
21	Добрачный период	1
22-23	Предбрачный период	2
24-25	Союз двух родов	2

№ п/п	Название раздела. Тема урока	Кол- во часов
<b>Глава 4. Свадьба. Начало семейной жизни</b>		<b>4</b>
26-27	Самый важный день	2
28-29	Первый год совместной жизни	2
<b>Глава 5. Молодые родители</b>		<b>5</b>
30-31	Семья в ожидании ребёнка.	2
32-33	Отцовство и материнство.	2
34	Чудо жизни. «Не убий»	1