

**Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №3 с углублённым изучением отдельных  
предметов г. Строитель» Белгородской области**

Рассмотрено  
Руководитель МО  
А.Н. Явнюк  
Протокол № 5 от 28 июня 2021 г.

Согласовано  
Заместитель директора  
С.А.Нестеренко  
от 28 июня 2021г.

Утверждаю  
Директор ОГБОУ «СОШ №3  
с УИОП г. Строитель»  
Н.В. Коновалова  
Приказ № 415 от 06.07. 2021 г.



**Программа внеурочной деятельности  
«Этика и психология семейной жизни»**

**10-11 классы**

**Духовно-нравственное направление**

### Пояснительная записка

Программа составлена на основании программно-методического обеспечения для 10-11-х классов пособие для учителя/ В. Гребенникова "Основы семейной жизни" под ред. А.М. Щербаковой, Н.М. Платоновой. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006 с учетом ФГОС среднего (полного) общего образования.

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.

Программа «Этика и психология 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.

Программа рассчитана на 72 учебных часа.

Курс состоит из мини-лекций, практических занятий с элементами ролевых игр.

Срок обучения: 2 года

Режим занятий: 1 час в неделю

Методы и формы обучения: теоретические блоки, отработка социально-психологических навыков общения и взаимодействия, практические блоки с элементами ролевых игр, самодиагностика, групповые дискуссии.

В программе использованы различные типы занятий, на которых учащиеся знакомятся с необходимыми теоретическими сведениями, выполняют практические задания (проблемно-поисковые задачи, ролевые игры, проблемные ситуации, упражнения, направленные на развитие рефлексии и навыков социального взаимодействия, элементы тренинга, дискуссии). Предусматривается также использование таких активных методов обучения как эвристическая беседа, практический семинар, проблемное изложение учебного материала. Каждое занятие по дидактической задаче является комбинированным с элементами лекционного и практического блоков.

Задача педагога, ведущего этот курс, состоит в том, чтобы ориентировать учащегося на осознание и принятие традиционных ценностей семьи, российского гражданского общества, многонационального российского народа, человечества, осознающего свою сопричастность к судьбе Отечества.

Вопросы сексуального просвещения не входят в содержание данного курса.

Курс “Этика и психология семейной жизни” может стать средоточием духовно-нравственного образования и воспитания, обращенного к насущным жизненным задачам юношества. Ведь семья - это жизненный центр, возвращающий в душе человека вечные ценности добра, красоты, разумности и любви.

### **Содержание программы.**

#### ***Введение.***

Содержание, цели и задачи курса “Этика и психология семейной жизни”. Связь курса с другими учебными предметами.

#### ***Семья в свете духовно - нравственных и культурных традиций общества.***

#### ***Семья в различных культурах.***

Прочность семьи, основанной на традиционных духовно-нравственных ценностях. Неустойчивость современной семьи вследствие утраты традиционных духовно-нравственных ценностей.

**История и традиции русской семьи.** Русские обряды и семья: благословение, обручение, венчание, семейные иконы.

#### ***Нравственные нормы брака в христианской культуре.***

Десять заповедей как основа христианской нравственности. Основные нормы брака: свободное избрание по взаимной любви; пожизненность супружеских уз; супружеская верность, добрачное целомудрие жениха и невесты; рождение и воспитание детей как цель брака; семья - “малая Церковь”, глава которой - муж. Жертвенная любовь как основание всех норм брака. Разрушительные последствия девальвации норм христианского брака.

#### ***Личность и семья.***

#### ***Основы самоорганизации личности.***

Цели, задачи, методы и приемы самостоятельной работы над собой, самовоспитание воли, характера, памяти и внимания.

#### ***Самооценка и уровень притязаний.***

Самовоспитание. Самооценка, ее адекватность. Виды самооценки. Последствия неадекватной самооценки. Стремление к совершенствованию и самокритичность. Стыд и совесть как побудители духовно-нравственного развития личности. Различение добра и зла. Свобода выбора. ПЗ – выявление уровня самооценки.

#### ***Внушаемость.***

Основные понятия внушаемости, действие религиозных сект, гипноз, жажда чуда, установки. Тест "Поддаетесь ли вы чужому мнению?"

#### **Роль семьи в воспитании личности.**

Важнейшая задача семьи - формирование личности, раскрытие лучших ее способностей. Влияние родителей и старших членов семьи на формирование у подрастающего человека смысла и цели жизни, развитие его способностей.

Уклад семейной жизни, сплоченность семьи как основа выработки ценностных ориентаций подрастающего человека. Хранение семьей духовно-нравственных традиций предшествовавших поколений. Воспитание чувства долга в семье. Уважение к матери, отцу, бабушке и дедушке. Обязанности старшеклассников перед младшими членами семьи. Воспитание в семье нравственной чистоты и целомудрия как залог продолжения рода, его духовно-нравственного и физического здоровья.

#### **Особенности межличностных отношений юности.**

##### **Психология межличностных отношений.**

Понятие о межличностных отношениях. Отношения деловые и личные. Черты характера, необходимые для полноценного общения. Тактичность и сдержанность. Искренность. Принципиальность. Доброжелательность.

Культура общения. Умение слушать человека, уважение его взглядов, мыслей, способность и стремление понимать мысли и переживания другого человека, прощать его недостатки.

Конфликтные ситуации, возникающие в процессе общения, возможные способы их разрешения.

##### **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. Искаженные 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.

Девушка и юноша - будущие мать и отец, воспитатели детей, хранители семейного очага.

##### **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 – школа любви.**

Дружба как школа общения, самовоспитания и любви. Дружба истинная и ложная. Товарищеские отношения и дружба между юношами и девушками.

##### **Любовь как высшее человеческое чувство.**

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

Особенности материнской и отцовской любви. Любовь как глубокое чувство между членами семьи и близкими людьми.

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. Мужчина и женщина.

### **Мы такие разные.**

Различие между мужчиной и женщиной: физиологические, психологические и нравственные. Роли мужчин и женщин в семье. Воспитание культуры чувств - дружбы и любви. Духовная ранимость друзей и любящих; необходимость бережного отношения к дружбе и любви. Стремление к полноте единства. Целомудрие - полнота мудрости.

Необходимость беречь взаимное чувство, не оскорблять его капризами, самолюбием, недоверием, требованием "доказательств"; уметь выразить свое чувство в уважении, внимании, верности, тактичном предпочтении своего любимого (любимой) всем другим. Быть готовым защищать, если потребуется, честь и достоинство любимого (любимой). Взаимовоспитание любящих. Счастливая пора юности, ее красота и неповторимость.

Необходимость глубокой проверки своих чувств. Знакомство с друзьями, близкими, родителями любимого (любимой) как знак уважения к ним, серьезного отношения к выбору будущего супруга (супруги).

### ***Брак и семья***

#### **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.

#### **Какой брак надежнее?**

Дискуссия "Какой брак надежнее - по любви или по расчету?". Просмотр фрагмента из фильмов "Самая привлекательная и обаятельная", "Влюблен по собственному желанию".

#### **Замужество и женитьба.**

Понятия "брак", "супружество", "муж", "жена". Предложение о вступлении в брак. Виды браков. Гражданский брак. Венчание. Время подачи заявлений в ЗАГС. Испытательный срок. Жених и невеста. Психологические сложности добрачного периода. Под звуки Мендельсона.

#### **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.

#### **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.

#### **Этапы развития семьи.**

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

#### **Семейный досуг.**

Организация семейного досуга. Культура досуга. Игры, телевидение, книги, хобби членов семьи. Домашние чтения. Домашние концерты, спектакли. Совместные поездки, походы. Праздники. Подарки в семье. Вечерние беседы о прожитом дне. Семейные советы. Урок - ролевая игра "Семейные посиделки".

### ***Основы семейной жизни.***

#### **Семейные роли.**

Понятие семейной роли. Конвенционные и межличностные роли. Типы распределения семейных ролей. Структура семейных подсистем.

#### **Семейное благополучие.**

Понятия «психологический климат», «семейное благополучие». Виды совместимости. Законы совместимости. Психология супружеской совместимости.

#### **Качества семьянина**

Любовь к окружающим людям, направленность на другого человека, способность к браку. Адекватные брачно-семейные представления. ПЗ – методика оценки старшекласниками самих себя как будущих членов семьи.

#### **Семейные правила**

Правила, заданные социумом и культурой. Уникальные семейные правила. Семейные мифы.

#### **Нарушения функционирования семейной системы.**

Факторы и стрессоры, осложнения отношений: нарушение представлений о семье и ее членах, нарушение межличностной коммуникации, нарушение механизмов интеграции, структурно-ролевого аспекта жизнедеятельности семьи.

**Конфликты в семье.** Конфликты в семье, их причины и следствия. Одиночество в семье. Профилактика нарушений семейных отношений.

#### **Развод и его последствия.**

Развод. Причины и последствия развода. Депрессия и пути выхода из нее. Вторичные браки.

### ***Семья и дети.***

#### **Ребенок в доме.**

Ожидание ребенка. Появление ребенка в доме. Периодизация детства. Детство-основа жизненного успеха.

#### **Воспитание в семье.**

Сущность семейного воспитания. Тактики семейного воспитания. Авторитет родителей и его слагаемые. Родительская любовь. Советы педагогов и психологов родителям (Макаренко А.С., Сухомлинский В.А., Корчак Я. и др.). Секреты воспитания по М. Поппинс.

**Стили общения родителей с детьми.**

Авторитарный и демократический стили общения родителей с детьми.

**Общение родителей и детей в семье.**

Позиции в общении родителей и детей. Манипуляции в общении: манипулятивные способы детей, манипулятивные способы родителей.

**Ошибки родителей. Практическое занятие.**

Ошибки родителей в воспитании детей и их последствия. Одиночество ребенка как результат неверного стиля обучения и воспитания. Детские неврозы и их причины. Беспричинное чувство вины. Жестокость родителей и ее последствия для детей и их будущего. Алкоголизм родителей.

**Ошибки родителей. Просмотр фильма «Похороните меня за плинтусом»  
Беседа по фильму.**

**Конфликты родителей и детей.**

Трудности в воспитании детей. Проблемы подросткового возраста. Юношеский возраст. Конфликты родителей и детей. Их причины и пути выхода из конфликтных ситуаций.

**Одаренный ребенок.**

Понятие о способностях. Детская одаренность: понятие, признаки одаренности. Специфика работы с одаренными детьми. Нестандартный ребенок.

**Заключительное занятие. Поведение итогов курса.**

**Календарно-тематическое планирование «Этика и психология семейной жизни»**

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Дата проведения	
1.	Введение. Цели и задачи курса «Этика и психология семейной жизни»	2		
2.	«Точка зрения»	2		
<b>Семья в свете духовно - нравственных и культурных традиций общества</b>				
3.	Семья в различных культурах	2		
4.	История и традиции русской семьи. Русские обряды и семья: благословение, обручение, венчание, семейные иконы.	2		
5.	Нравственные нормы брака в христианской культуре	2		
<b>Личность и семья</b>				
6.	Основы самоорганизации личности. Самооценка и уровень притязаний	2		
7.	Внушаемость.	2		
8.	Роль семьи в воспитании личности.	2		
<b>Особенности межличностных отношений юношества</b>				
9.	Психология межличностных отношений.	2		
10.	Нравственные основы взаимоотношений юношей и девушек	2		
11.	О товариществе и дружбе. Дружба – школа любви	2		
12.	Любовь как высшее человеческое чувство.	2		
13.	Любовь	2		

14.	Мы такие разные.	2		
<b>Брак и семья</b>				
15.	Что такое готовность к браку? Спутник жизни	2		
16.	Какой брак надежнее? Дискуссия " <b>Какой брак надежнее - по любви или по расчету?</b> ".	2		
17.	Замужество и женитьба.	2		
18.	Что такое семья? Семья и ее функции	2		
19.	Особенности молодой семьи. Этапы развития семьи.	2		
20.	Семейный досуг	2		
<b>Основы семейных отношений</b>				
21.	Семейные роли	2		
22.	Семейное благополучие. Качества семьянина	2		
23.	Семейные правила. Нарушения функционирования семейной системы	2		
24.	Конфликты в семье. Развод и его последствия	2		
<b>Семья и дети</b>				
25.	Ребенок в доме.	2		
26.	Воспитание в семье	2		
27.	Стили общения родителей с детьми.	2		
28.	Общение родителей и детей в семье.	2		
29.	Ошибки родителей. Практическое занятие.	2		
30-31	Ошибки родителей. Просмотр фильма.	4		
32.	Конфликты родителей и детей	2		
33.	Одаренный ребенок.	2		
34.	Заключительные занятия	2		
	Всего	72		