Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа №13 имени Героя Советского Союза Санчирова Ф. В.»
городского округа Самара

РАССМОТРЕНО	ПРОВЕРЕНО	УТВЕРЖДАЮ
Руководитель МО классных руководителей	Заместитель директора по УВР	Директор МБОУ "Школа № 13" г.о. Самара
_____ Колесникова О.А.	_____ Бирюкова Н.Б.	_____ Окуленко Д.В.
Протокол №1 от 26.08.2026г.	26.08.2026 г.	Приказ №233-од от 26.08.2026 г.

Окуленко Д.В.
O=МБОУ Школа №13 г.о. Самара, CN=Окуленко Д.В., E=shkola13-sanchirov@yandex.ru
2026.10.31 21:44:39 +04'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности для учащихся 10 классов

«Нравственные основы семейной жизни»

Направление: духовно-нравственное, социальное

1 час в неделю, 34 часа в год

Срок реализации: 1 года

2026

Самара

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности для учащихся 10 – 11 классов «Нравственные основы семейной жизни» составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) начального общего, основного общего и среднего общего образования
- Методическое письмо Минпросвещения России от 09.07.2026 № ОК-1984/03 «Об организации внеурочной деятельности обучающихся».
- Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 “О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий”
- «Методические рекомендации для общеобразовательных организаций по организации внеурочной деятельности обучающихся» (разработка 2026 года). Письмо министерства образования и науки Самарской области от 17.02.2016 № МО-16-09-01/173-ТУ «О внеурочной деятельности»
- Основная образовательная программа (НОО, ООО, СОО)
- Положение об организации внеурочной деятельности.

Программа курса «Нравственные основы семейной жизни» для старшеклассников общеобразовательных школ является одной из первых в постсоветский период разработок, закладывающих знания, относящиеся к сфере семейной жизни. Впервые предлагается учебный курс, включающий опыт и знания науки, богословия и традиций российской культуры. Советский вариант курса - «Этика и психология семейной жизни» рассматривал предмет изучения - семейную жизнь, прежде всего с идеологической точки зрения и охватывал не все её аспекты. В нём рассматривались главным образом психофизические, психосоциальные и этические стороны семейной жизни. Вопросы экзистенциальные и антропологические, духовные почти не поднимались. В предлагаемом варианте программы внимание уделяется в том числе и проблемам семейного счастья, смысла жизни в контексте семейной проблематики, личности и её места в социуме, проективности личности - в аспектах построения ею будущей семьи и др.

В существовавших ранее программах отсутствовал системный подход, включающий одновременно психолого-педагогический, богословский и

культурологический анализы. Данная программа предполагает использование более современных, полных и упорядоченных представлений о семейной жизни, синтез знаний разных научных областей: психологии и культурологии, христианской этики и богословия (теологии).

Цели: введение старшеклассников в традиционную для нашего Отечества систему семейных ценностей, подготовка их к созданию крепкой многодетной, счастливой семьи.

Задачи:

- ознакомление учащихся с базовыми понятиями, раскрывающими смыслы, ценности и нормы семейной жизни - раскрытие для них категорий и таксономии семейных терминов;
- преподавание старшеклассникам основных представлений о семейной жизни с позиции психологии, культурологии и этики;
- содействие формированию учащимися собственной системы семейных ценностей;
- пробуждение у учащихся желания создать крепкую, многодетную, счастливую семью;
- снижение и предотвращение рисков на пути к созданию старшеклассниками в будущем крепкой, многодетной, счастливой семьи;
- ознакомление учащихся со средствами решения семейных проблем;
- обучение старшеклассников основам психологической, культурологической и духовно- нравственной безопасности в сфере семейных отношений;
- помощи старшеклассникам в решении ими жизненных проблем.

Актуальность программы

Семья - основа любого государства. Ведущими функциями семьи является рождение и воспитание детей, передача духовно-нравственного и культурного опыта новому поколению. Пока крепка семья, государство будет сильным.

В настоящее время, как в российском обществе, так и во всём мире, наблюдается кризис семейных отношений. Начиная с 90-х годов, в России наблюдается отрицательный прирост населения. Уже почти 20 лет смертность превышает рождаемость. Сокращается не только население, но и трудовой потенциал страны. При таких тенденциях в России существует реальная опасность утраты человеческих ресурсов для обеспечения обороноспособности страны и производства материальных благ. Можно сказать, что мы стоим на пороге демографической катастрофы. И сегодня демографический вопрос становится вопросом нашей национальной

безопасности.

Огромную роль в сокращении рождаемости играет разрушение престижа семьи и традиционного уклада жизни, дискредитация положительного образа благополучной многодетной семьи, разрыв в культурной преемственности поколений, насаждение технологий демографического сдерживания. Сокращение населения обусловлено не столько экономическими трудностями, сколько падением духовности и нравственности. Одной из основных причин низкой рождаемости в настоящее время является ориентация жизни на культ потребления и получения удовольствий.

Демографический кризис во многом связан с разрушением духовно-нравственных ценностей. В современном российском обществе все более явной становится проблема конфронтации ценностей традиционной культуры и ценностей контркультуры. Это негативно отражается на жизни современной российской семьи, являясь одной из основных причин рассогласованности в сфере супружеских и детско-родительских отношений, искажений процесса семейного воспитания, неподготовленности детей к самостоятельной жизни. В этих условиях введение курса «Нравственные основы семейной жизни» особенно актуально.

Традиционная семейная культура нуждается в поддержке государства, в том числе посредством образования. Образование может явиться мощным средством, обеспечивающим сдерживание и предотвращение негативных тенденций по распаду семьи. Оно призвано решить проблему сохранения и восстановления отечественных традиций семейного воспитания и передачи молодому поколению знаний о психологических, культурных и нравственных нормах семейной жизни.

Результаты освоения курса

Изучение «Нравственных основ семейной жизни» учащимися в 10 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.

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

- твердое стояние в православной вере, её традиции и культуре;

- приобретение опыта личного аскетизма как средства к обретению внутреннего контроля над своими желаниями и чувствами;
- обретение православной жизненной позиции и мировоззрения, личностного самосознания, в неразрывной связи с Церковью Христовой и обществом;
- приобретение знаний и навыков, необходимых в духовной жизни и дальнейшем духовном развитии;
- приобретение твердых моральных устоев, христианского образа 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 христианской нравственности на уровне поступка и поведения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

Метапредметные результаты выражаются в следующих качествах:
регулятивные**:**

- ставить учебную задачу под руководством педагога;
- планировать свою деятельность под руководством педагога
- работать в соответствии с поставленной задачей, с предложенным планом;
- оценивать работу сверстников;
- проектировать свою жизненную стратегию (стратегию устроения жизни);
- определять критерии для сравнения фактов, событий, явлений, объектов;
- сравнивать факты, объекты, явления, события по заданным критериям;
- работать в формате мысленного эксперимента;
- создавать учебно-исследовательские и творческие работы по заданной теме;
- редактировать готовый текст учебно-исследовательской работы;

познавательные:

- создавать тексты разных типов (описательные, объяснительные и т.д.);

- выделять главное, существенные признаки понятий;
- работать с текстом и нетекстовыми компонентами (изображениями, аудио-, видеоматериалами);
- работать с информационными ресурсами в части нахождения и отбора необходимой информации: искать информацию в учебных и справочных пособиях и словарях, библиотеках, интернете и других источниках;
- анализировать информацию из разных источников: телевидение, радио, интернет, печатной прессы, книжных изданий, учебной литературы, содержания аудиторных занятий, разговоров на бытовом уровне и т.д. в контексте позитивного или негативного её содержания по отношению к семейному образу жизни;
- классифицировать информацию по заданным признакам;

коммуникативные:

- корректно излагать свою точку зрения, высказывать суждения, подтверждая их фактами;
- участвовать в образовательной деятельности в формате дискуссионной площадки, работы в группе;
- анализировать собственные взгляды, убеждения, установки;
- критически мыслить по отношению к воспринимаемой информации;
- сравнивать собственное мнение с мнением сверстников, педагогов, родителей.

Предметные результаты:

- 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;
- знание православного учения о человеке,
- 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 однодетности и многодетности 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.

Выпускник научится (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

Выпускник получит возможность научиться 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,

— 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.

Форма промежуточной и итоговой аттестации – решение проектных и ситуационных задач.

Содержание курса «Нравственные основы семейной жизни»

Основное содержание курса внеурочной деятельности

Введение.

Тема 1. Что такое счастье и как его достичь? (1 час)

Раздел 1. Личность и межличностные отношения. (12 час)

Глава 1. Кто я? (5 часа)

Тема 2. Направленность личности. (1 час).

Тестирование по тест – анкете «Эмоциональная направленность» Б.И. Додонова.

Тема 3. Понятие личности. (1 час).

Индивид. Индивидуальность. Личность. Понимание личности в православном богословии.

Тема 4. Тайна возраста. (1 час).

Кризис переходного возраста. Особенности общения со взрослыми.

Тема 5. Тайна пола. (1 час).

Пол и гендер. Различия между юношами и девушками в темпах физического взросления.

Тема 6. Подведение итогов изучения Главы 1. «Кто я?» (1 час).

Глава 2. Я и Другие. (7 час.)

Тема 7-8. Быть или казаться (2 час).

Лицо и личина. Образ и имидж. Как не стать жертвой манипуляции.

Тема 9. Стыд и совесть. (1 час).

Требование совести и требование общества.

Тема 10. Дружба и любовь в жизни человека. (1 час).

Нравственная природа дружбы. Духовная природа любви.

Тема 11. Мужественность. (1 час).

Мужественность в юноше. Отношение к девушкам.

Тема 12. Женственность. (1 час).

Составляющие женственности. Красота истинная и ложная.

Тема 13. Подведение итогов изучения Главы 2. «Я и Другие». (1 час).

Раздел 2. Возрасты семьи. (20 часов)

Глава 3. Добрачные отношения (8 часов)

Тема 14. Влюбленность и любовь. (1 час).

Особенности романтической любви.

Тема 15 – 16. Испытание чувств. (2 час).

Понятие «добрачного периода». Выбор жениха и невесты.

Тема 17. Предбрачный период. (1 час).

Понятие предбрачного периода, его задачи.
Тема 18 – 19. Союз двух родов. (2 час).
Знакомство с новыми родственниками.
Тема 20. Защита творческих проектов по теме главы. (1 час).
Тема 21. Подведение итогов изучения Главы 3. «Добрачные « (1 час)

Глава 4. Свадьба. (4 часа)

Тема 22. Самый важный день. (1 час).
Брак гражданский и брак церковный. Свадебные обряды.
Тема 23. Первый год совместной жизни. (1 час).
Супружество. Муж и жена. Семейная адаптация.
Тема 24. Защита творческих проектов по теме главы. (1 час).
Тема 25. Подведение итогов изучения Главы 4. «Свадьба». (1 час).

Глава 5. Молодые родители. (8 часов)

Тема 26. Семья в ожидании ребенка. (1 час).
Готовность стать родителями. Радость ожидания новорожденного.
Тема 27. Отцовство и материнство. (1 час).
Ответственное родительство.
Тема 28. Чудо жизни. (1 час).
Жизнь – дар Божий. Когда начинается человеческая жизнь.
Тема 29 – 30. «Не убий» (2 час).
Что такое искусственное прерывание беременности.
Тема 31. Молодая семья с новорожденным. (1 час).
Изменения в семье в связи с появлением ребенка.
Тема 32. Защита творческих проектов по теме главы. (1 час).
Подготовка творческих проектов.
Тема 33. Подведение итогов изучения Главы 5. «Молодые родители». (1 час).
Тема 34. Итоговое занятие «Как достичь счастья в семейной жизни?» (1 час).

Тематическое планирование

№	Тема	Всего часов	Количество часов	
			Теория	Практика
	Введение.			
1	Что такое счастье и как его достичь?	1	1	
	Раздел 1. Личность и межличностные отношения.	12		
	Глава 1. Кто я?	5	4	1

2	Направленность личности.	1		1
3	Понятие личности.	1	1	
4	Тайна возраста.	1	1	
5	Тайна пола.	1	1	
6	Подведение итогов изучения Главы 1. «Кто я?»	1	1	
	Глава 2. Я и Другие.	7	5	2
7-8	Быть или казаться	2	1	1
9	Стыд и совесть.	1	1	
10	Дружба и любовь в жизни человека.	1	1	
11	Мужественность.	1	1	
12	Женственность.	1	1	
13	Подведение итогов изучения Главы 2. «Я и Другие».	1		1
	Раздел 2. Возрасты семьи.	20	10	10
	Глава 3. Добрачные отношения	8	4	4
14	Влюбленность и любовь.	1	1	
15-16	Испытание чувств.	2	1	1
17	Предбрачный период.	1	1	
18-19	Союз двух родов.	1	1	1
20	Защита творческих проектов по теме главы.	1		1
21	Подведение итогов изучения Главы 3. «Добрачные отношения»	1		1
	Глава 4. Свадьба.	4	2	2
22	Самый важный день.	1		1
23	Первый год совместной жизни.	1	1	
24	Защита творческих проектов по теме главы.	1		1
25	Подведение итогов изучения Главы 4. «Свадьба».	1	1	
	Глава 5. Молодые родители.	8	4	4
26	Семья в ожидании ребенка.		1	
27	Отцовство и материнство.		1	
28	Чудо жизни.		1	
29-30	«Не убий»		1	1
31	Молодая семья с новорожденным.			1

32	Защита творческих проектов по теме главы.			1
33	Подведение итогов изучения Главы 5. «Молодые родители».			1
34	**Итоговое занятие** «Как достичь счастья в семейной жизни?»	1		1
	Итого	34	20	14

Календарно-тематическое планирование

№	Дата	Тема	Всего часов
Введение.			
1	1 неделя	Что такое счастье и как его достичь?	1
Раздел 1. Личность и межличностные отношения.			12
Глава 1. Кто я?			5
2	2 неделя	Направленность личности.	1
3	3 неделя	Понятие личности.	1
4	4 неделя	Тайна возраста.	1
5	5 неделя	Тайна пола.	1
6	6 неделя	Подведение итогов изучения Главы 1. «Кто я?»	1
Глава 2. Я и Другие.			7
7-8	7-8 неделя	Быть или казаться	2
9	9 неделя	Стыд и совесть.	1
10	10 неделя	Дружба и любовь в жизни человека.	1
11	11 неделя	Мужественность.	1
12	12 неделя	Женственность.	1
13	13 неделя	Подведение итогов изучения Главы 2. «Я и Другие».	1
Раздел 2. Возрасты семьи.			20
Глава 3. Добрачные отношения			8
14	14 неделя	Влюбленность и любовь.	1
15-16	15-16 неделя	Испытание чувств.	2
17	17 неделя	Предбрачный период.	1
18-19	18-19 неделя	Союз двух родов.	1
20	20 неделя	Защита творческих проектов по теме главы.	1
21	21 неделя	Подведение итогов изучения Главы 3. «Добрачные отношения»	1
Глава 4. Свадьба.			4
22	22 неделя	Самый важный день.	1

23	23 неделя	Первый год совместной жизни.	1
24	24 неделя	Защита творческих проектов по теме главы.	1
25	25 неделя	Подведение итогов изучения Главы 4. «Свадьба».	1
Глава 5. Молодые родители.			8
26	26 неделя	Семья в ожидании ребенка.	
27	27 неделя	Отцовство и материнство.	
28	28 неделя	Чудо жизни.	
29-30	29-30 неделя	«Не убий»	
31	31 неделя	Молодая семья с новорожденным.	
32	32 неделя	Защита творческих проектов по теме главы.	
33	33 неделя	Подведение итогов изучения Главы 5. «Молодые родители».	
34	34 неделя	**Итоговое занятие** «Как достичь счастья в семейной жизни?»	1
			34

Оборудование

Учебно-методические комплекты для учащихся 10 классов, методические рекомендации для учителей 10 классов, хрестоматии для 10 классов, аудиовизуальное проекционное оборудование.

Список литературы

1. Андреева Т.В. Психология современной семьи. СПб.: Речь, 2005. - 436 с.
2. «Домострой» и его значение для современности/ отв. ред. А. Елинский М.: Сатисъ, 2000. - 128 с.
3. ДымноваТ.И. Психология семейного образа жизни. Учебно-практическое пособие. М.: Педагогическое общество России, 2005. - 144 с.
4. КаледаГлеб, протоиерей. Домашняя Церковь. М.: Зачатьевский монастырь, 1998.
5. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студ. высш. учеб, заведений. М.: 1Ц Сфера, 2005. - 464 с.
6. Морозова Е.А. Гармония в семье и браке: Семья глазами православного психолога. М.: Даниловский благовестник, 2009. - 384 с.
7. Нравственные основы семейной жизни (Культура семьи): Хрестоматия по учебному курсу / Сост. мон. Нина (Крыгина), Свящ Дмитрий Моисеев. Екатеринбург: Отпечатано в типографии Екатеринбургской епархии, 2008.- 705 с.
8. Священник Илия Шугаев. Один раз навею жизнь. Беседы со старшеклассниками о браке, семье и детях. Изд. 4-е, испр. М., 2004.

9. Флоренская Т.А. Мир дома твоего. Человек в решении жизненных проблем. - М.: Русский Хронограф, 2004.

10. Шнейдер Л.Б. Основы семейной психологии: Учеб, пособие 2-ое изд.; стер. М.:

Изд. Московского социально-психологического института; Воронеж: Изд. НПО «МОДЭК», 2005.- 928 с.