

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа имени Алексея Лохматова
поселка Озерки Гвардейского городского округа»

Директор МБОУ «СШ им. А. Лохматова пос. Озерки»
«Утверждаю»
Мишковец И.Ю.
приказ № 46 от 28.06.2021г.



Рабочая программа курса внеурочной деятельности

«Ценности семейной жизни»

10 класс

Учитель: Мишковец И.Ю.

п. Озерки
2023 год

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Изучение курса «Ценности семейной жизни» учащимися 10-го класса имеет практический, личностно-ориентированный характер. 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:

- 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:

- овладение ценностными установками 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, значения однодетности и многодетности для стабильности семейных отношений;
- понимание причин супружеских конфликтов и разводов;
- осознание ценности человеческой жизни.

Содержание программы. Формы и виды внеурочной деятельности

Раздел 1. Введение

Тема 1.1. Введение. Семья как социальный институт. Семья и общество. (1 час)

Понятие семьи. Создание семьи. Брак: гражданский и церковный. Юридическая и духовная стороны брака. Значение семьи.

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Групповая: работа с раздаточными материалами, беседа.

Раздел 2. Социально-психологические особенности семьи как малой группы

(12 часов)

Тема 2.1. Психология супружеской совместимости. Темперамент. Характер (2 часа)

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.

Формы организации и виды деятельности обучающихся: Диагностика свойств нервной системы. «Теппинг- тест» (Е.П. Ильин). Диагностика типа темперамента. Тест-опросник Айзенка (подростковый вариант). Диагностика типа характера. 16-факторный опросник Кэттелла. Анализ результатов.

Тема 2.2. Цели и ценности личности. Проектирование семейной жизни (2 часа)

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.

Формы организации и виды деятельности обучающихся: 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 (2 часа)

Общение. Восприятие в системе межличностного взаимодействия. Ошибки межличностного восприятия: «эффект ореола», 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.

Формы организации и виды деятельности обучающихся: 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 (2 часа)

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.

Формы: 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!»».

Формы организации и виды деятельности обучающихся: 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.

Формы организации и виды деятельности обучающихся: интерактивное занятие с использованием методических материалов Всероссийской общественной организации «Здоровая Россия – Общее Дело»: «5 секретов настоящего мужчины», «Путь героя», «Тайна природы женщины».

Тема 2.7. Возрасты семьи.

Понятия «возраст семьи», «супружество», «многолетие». Возрастные рамки семьи. Духовные основы семьи — залог её многолетия.

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Парная: работа с раздаточными материалами, выполнение и представление выполненных заданий. Групповая: дискуссия по проблеме.

Тема 2.8. Возрастные кризисы семьи.

Понятие «семейные кризисы». Признаки. Причины семейных кризисов. Периодизация семейных кризисов. Пути выхода из семейных кризисов.

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Групповая: лекция с элементами беседы; просмотр видеофильма и его обсуждение.

Раздел 3. Роль отца и матери. (8 часов)

Тема 3.1. Отцовство и материнство.(4 часа)

Мужественность. Роль отца в воспитании сына, дочери. Модели отцовства. Проблемы современного отцовства. Образ отца в русской литературе, кино.

Формы организации деятельности обучающихся. Групповая: работа с текстами, ответы на вопросы, выполнение заданий; просмотр и обсуждение видеофильмов.

Тема 3.2. Дети в семье. Психологические проблемы, связанные с рождением ребёнка.(2 часа)

Появление первого ребёнка в семье. Ежедневный кропотливый труд по уходу за малышом. Правильная установка на родительство — залог здорового воспитания ребёнка. Муж и жена — отец и мать: приобретение новых социальных статусов. Сохранение добрых отношений между мужем и женой — залог прочности семьи.

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Групповая: лекция с элементами беседы. Индивидуальная: работа с документами, ответы на вопросы.

Тема 3.3 Детско-родительские отношения (2 часа)

Виды отношений: сотрудничество, паритет, соревнование, конкуренция, антагонизм. Стили семейных отношений: попустительство, авторитаризм, демократия. Смысловая направленность отношений. Ответственность.

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Групповая: лекция с элементами беседы. Индивидуальная: работа с документами, ответы на вопросы.

Раздел 4. Особенности межличностных отношений юношества (4 часа)

Тема 4.1. 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.

Формы организации и виды деятельности обучающихся: урок-дискуссия.

Тема 4.2. 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.

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Парная: работа с раздаточными материалами, выполнение и представление выполненных заданий. Групповая: дискуссия по проблеме.

Тема 4.3. 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.

Форма организации и виды деятельности обучающихся. Групповая: лекция с элементами беседы. Индивидуальная: работа с документами, ответы на вопросы.

Тема 4.4. 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.

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Парная: работа с раздаточными материалами, выполнение и представление выполненных заданий. Групповая: дискуссия по проблеме.

Раздел 5. Брак и семья (8 часов)

Тема 5.1. 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.

Формы организации и виды деятельности обучающихся: урок-дискуссия.

Тема 5.2. 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).

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Групповая: лекция с элементами беседы; просмотр видеофильма и его обсуждение.

Тема 5.3. 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.

Основные ценности семьи.

Понятие семейных ценностей. Типы ценностей.

Формы организации и виды деятельности обучающихся: интерактивное занятие с использованием методических материалов Всероссийской общественной организации «Здоровая Россия – Общее Дело»

Тема 5.4. Особенности молодой семьи. Проблемы молодой семьи.

Бытовые трудности. Утрата романтического мироощущения. Разочарование. Несовпадение вкусов и предпочтений молодожёнов. Нежелание поиска компромиссов. Неподготовленность молодых супругов к рождению первого ребёнка. Взаимоотношения с родителями.

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Групповая: лекция с элементами беседы. Индивидуальная: работа с материалами СМИ, подготовка сообщений.

Тема 5.5. Хозяйственно-экономические основы семейной жизни

Рассматриваются вопросы организации семейного бюджета, нормы рационального, здорового питания семьи, культура гостеприимства в семье.

Формы организации и виды деятельности обучающихся.

Групповая, фронтальная, индивидуальная, работа в парах. Выполнение практических заданий, тренинг, беседы, выполнение индивидуальных заданий, подведение итогов, рефлексия

Тема 5.6. Семейный досуг

Научить различать понятия «досуг», «отдых»; познакомить с распространенными формами организации семейного досуга; научить правильно планировать свои действия в течение недели для подготовки к выходному.

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Парная: работа с раздаточными материалами, выполнение и представление выполненных заданий. Групповая: дискуссия по проблеме.

Тема 5.7. Разводы: причины и последствия для детей, родителей и общества.

Понятие развода. Несовместимость вкусов и предпочтений мужа и жены, разный уровень воспитанности, ревность, измена, бытовые трудности. Последствия распада семьи для детей. Последствия распада семьи для супругов. Последствия распада семьи для общества.

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Групповая: работа с текстами, ответы на вопросы. Индивидуальная: составление плана.

Тема 5.7. Этапы развития семьи

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

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Групповая: работа с раздаточными материалами, ответы на вопросы.

Тема 5.8. Брак и семья в российском законодательстве

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

Формы организации и виды деятельности обучающихся. Групповая: работа с раздаточными материалами, ответы на вопросы.

6. Итоговое занятие. Защита проектов «Моя семья» (2 часа)

№	Название раздела, темы	Количество часов
1	Введение	1
1.1.	Введение. Семья как социальный институт. Семья и общество.	1
2	Социально-психологические особенности семьи как малой группы	11
2.1.	Психология супружеской совместимости. Темперамент. Характер	2
2.2.	Цели и ценности личности. Проектирование семейной жизни	2
2.3.	Психология семейного общения. Стили общения. Позиции в общении	2
2.4.	Профилактика семейных конфликтов. Барьеры в общении	1
2.5.	Тренинг коммуникативных навыков «Конструктивное преодоление конфликтов»	1
2.6.	Психологическое здоровье семьи	1
2.7.	Возрасты семьи	1
2.8.	Возрастные кризисы семьи	1
3	Роль отца и матери	8
3.1.	Отцовство и материнство	4
3.2.	Дети в семье. Психологические проблемы, связанные с рождением ребёнка	2
3.3.	Детско-родительские отношения	2
4	Особенности межличностных отношений юношества	4
4.1.	Нравственные основы взаимоотношений юношей и девушек. Любовь как высшее человеческое чувство	1
4.2.	Культура воздержания	1
4.3.	О товариществе и дружбе	1
4.4.	Любовь как высшее человеческое чувство	1
5	Брак и семья	9
5.1	Что такое готовность к браку	1
5.2	Здоровье супругов и будущего потомства	1
5.3	Семья и ее функции	1
5.4	Особенности молодой семьи. Проблемы молодой семьи.	1
5.5	Хозяйственно-экономические основы семейной жизни	1
5.6	Семейный досуг	1
5.7	Разводы: причины и последствия для детей, родителей и общества	1
5.8	Этапы развития семьи	1
5.9	Брак и семья в российском законодательстве	1
6	Итоговое занятие. Защита проектов «Моя семья»	1
	Итого	34