

Автономная некоммерческая образовательная организация средняя
общеобразовательная школа «Сота»

РАССМОТРЕНО
на заседании кафедры
социально-гуманитарных
дисциплин
протокол №1 от 21.08.2026 г.
_____ А.А.Князева

ПРИНЯТО
на заседании
Педагогического
совета
протокол №1 от
21.08.2026

УТВЕРЖДЕНО
директор АНОО СОШ
«Сота»
И.А.Гендель

Приказ № 42-ОД от
21.08.2026 г.



СОТА
Школа нового
поколения

O="АНОО СОШ ""
СОТА""", CN=" "
Гендель Ирина
Абрамовна,
директор", E=
sota_school@mail.ru
0x 00 FE BB 13 5A
73 87 C4 F5
2026.08.28
12:02:17+04'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
“Нравственные основы семейной жизни”
для обучающихся 10 классов

г.Тольятти, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "НРАВСТВЕННЫЕ ОСНОВЫ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ"

Курс «Нравственные основы семейной жизни» является компонентом внеурочной деятельности социально-педагогической направленности в рамках реализации ФГОС СОО.

Направлен на формирование у старшеклассников осознанной системы ценностно-смысловых ориентиров, необходимых для построения гармоничных семейных отношений в будущем.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "НРАВСТВЕННЫЕ ОСНОВЫ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ"

Цель курса: духовно-нравственное воспитание личности через осмысление традиционных семейных ценностей, формирование ответственного отношения к созданию семьи, подготовку к будущему супружеству и родительству.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "НРАВСТВЕННЫЕ ОСНОВЫ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ" В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Курс **взаимосвязан** с другими компонентами воспитательной системы школы:

- Является **важным звеном в подготовке учащихся к осознанной взрослой жизни**, формированию ответственного родительства.
- Программами духовно-нравственного воспитания.
- Профориентационной работой (осознанный жизненный путь включает и семейные планы).
- Работой школьного психолога (консультации по запросу).

- Социально-педагогическим сопровождением.
- Предметами гуманитарного цикла (литература, история, обществознание, ОДНКНР).

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "НРАВСТВЕННЫЕ ОСНОВЫ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ"

Ведущий принцип: Диалогичность и субъектность (опора на личный опыт, мнения и размышления учащихся).

Основные формы работы:

Методы: Проблемного изложения, исследовательский, проектный, игровые методы, метод case-study (анализ ситуаций).

- **Диалоги-размышления / Дискуссии** (эвристические беседы, обсуждение кейсов, дилемм).
- **Тренинговые упражнения** (коммуникативные, на развитие эмпатии, разрешение конфликтов).
- **Анализ текстов** (художественных, публицистических, философских, нормативных).
- **Проектная деятельность** (индивидуальные/групповые проекты: исследование семейных традиций, создание социальной рекламы, разработка сценария семейного праздника).
- **Встречи с интересными людьми** (успешные семьи, психологи, юристы, медики).
- **Просмотр и обсуждение кинофрагментов / документальных фильмов.**

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "НРАВСТВЕННЫЕ ОСНОВЫ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ"

Раздел «Личность и межличностные отношения». Этот раздел включает уроки о личности, её разностороннем развитии и факторах, её формирующих. Потребности, мотивы, интересы, убеждения, способности, характер – знакомство с этими понятиями побуждает старшеклассников к самопознанию. При этом у них возникают вопросы: что я знаю о себе, что не устраивает меня в моем характере, каким я кажусь другим людям, какие недостатки вижу у себя и т.д. Такие вопросы – шаг к самовоспитанию.

В этом разделе рассматриваются особенности межличностных отношений юношества. Психология межличностных отношений, нравственные основы взаимоотношений юношей и девушек, понятие о мужественности и женственности – изучение этих вопросов помогает осознать сущность любви, дружбы. Любовь женщины и мужчины как естественное отношение человека к человеку; зависимость богатства чувства любви от богатого внутреннего мира личности; личностный характер проявления любви в зависимости от социальных устоев, национальных традиций и психофизиологических особенностей человека; развитая способность любить как выражение высшего уровня развития личности. Особое внимание обращается на сущность нравственных основ взаимоотношений влюбленных, подчеркиваются характерные черты поведения и устремленности влюбленных. На занятиях показывается несовместимость настоящей любви с распущенностью, с неуважительным отношением к противоположному полу, с пьянством, наркоманией. Обсуждаются такие взаимоотношения юноши и девушки, когда чувство любви проявляется только с одной стороны.

В разделе «Возрасты семьи» раскрываются понятия «любовь» и «влюбленность»; описываются этапы отношений: дружба, влюбленность, любовь; рассматривается понятие «добрачный период», «пробный брак».

Характеризуются ведущие мотивы вступления в брак; факторы, благоприятствующие созданию семьи; факторы риска при создании семьи; устои, нравственные основы, психологический климат, эстетика быта, последствия нарушений семейных отношений. Подробно рассматриваются семейные роли, качества семьянина, семейные правила. Большое внимание уделяется последствиям нарушений семейных отношений, раскрываются типичные «зоны» конфликтов. Характеризуются факторы, помогающие молодежи готовиться к браку и семейной жизни: сложность процесса создания семьи, изменение образа жизни и функций семьи, новый характер взаимоотношений. Раскрывается понятие «готовность к браку». Обучающиеся знакомятся со структурой и динамикой развития семьи.

Рассмотрение вопросов темы «Молодые родители» имеет педагогическую направленность. В ходе изучения темы рассматривается влияние родителей на детей и детей на родителей, влияние на подрастающее поколение уклада жизни семьи, особенности семейного воспитания, его трудности, типичные ошибки и пути их устранения.

Раздел «Я – Семья - Общество» включает в себя главы, направленные на ознакомление обучающихся с функциями семьи, с традициями народов страны. На протяжении всего курса учащиеся знакомятся с отдельными статьями Семейного Кодекса, соответствующими темам уроков.

Раздел «Для чего я живу?» включает в себя рассмотрение вопросов, связанных с изменением понятий «семья», «семейная культура», «традиционные семейные ценности» в истории России XX-XXI веков. Обучающиеся формулируют для себя ответ на вопрос: «Что означает семья в моей жизни?»

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Курс способствует достижению личностных результатов, закрепленных ФГОС, в части:

- Формирования **гражданской идентичности и патриотизма** через призму семейных традиций как основы общества.
- Развития **нравственного сознания и компетентности** в решении моральных проблем, связанных с межличностными и семейными отношениями.
- Воспитания **ответственного отношения к созданию семьи** как к важнейшему жизненному выбору.
- Формирования **установки на здоровый образ жизни**, осознание ценности физического, психологического и репродуктивного здоровья для семейного благополучия.
- Развития **способности к диалогу**, конструктивному разрешению конфликтов, эмпатии и взаимопониманию.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Развитие аналитического подхода к осмыслению изучаемого материала;
- Умение самостоятельно определять цель обучения, определять и ставить перед собой новые учебные или познавательные задачи, расширять познавательные интересы;
- Умение выбирать и использовать различные источники информации, анализировать, обобщать и представлять полученную информацию в различной форме (доклад, реферат, сочинение и др.);

- Развитие готовности к сотрудничеству с обучающимися, коллективной работе, освоение основ межкультурного взаимодействия в школе и социальном окружении;
- Умение поддерживать беседу, выслушивать собеседника и доходчиво доносить до него свои мысли и доводы;
- Умение анализировать и духовно осмысливать прочитанные тексты.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Понимание роли духовных ценностей в обществе и семье;
- Освоение обучающимися знаний о культурных традициях народов России;
- Соотнесение поступков и отношений с принятыми нормами морали;
- Формирование представления о мужественности и женственности, добрачном и предбрачном периодах, типах и функциях семьи;
- Понимание социального института семьи и брака (умение раскрыть роль семьи в современном обществе, факторы, влияющие на формирование института современной семьи);
- Понимание различий между влюбленностью и любовью, пробным браком и браком, зарегистрированным в загсе;
- Понимание причин супружеских конфликтов и разводов
- Умение высказывать обоснованные суждения о факторах, влияющих на демографическую ситуацию в стране.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательны е ресурсы
1	Личность и межличностные отношения	7	Раздел «Личность и межличностные отношения». Этот раздел включает уроки о личности, её разностороннем развитии и факторах, её формирующих. Потребности, мотивы, интересы, убеждения, способности, характер – знакомство с этими понятиями побуждает старшеклассников к самопознанию. При этом у них возникают вопросы: что я	1. Работа в малых группах; 2. Проведение интервью/опросов	https://znanium.ru/

знаю о себе, что не устраивает меня в моем характере, каким я кажусь другим людям, какие недостатки вижу у себя и т.д. Такие вопросы – шаг к самовоспитанию.

В разделе "Возрасты семьи" раскрывается понятие "жизненный цикл семьи".

Объяснение, что семья – это живой организм, который рождается, развивается, переживает кризисы роста, стареет и трансформируется. Важность понимания этапов для осознанной подготовки к семейной жизни и

1. Работа в малых группах
2. Проведение опроса/интервью

<https://znanium.ru/>

			преодоления трудностей.			
			Раздел "Я-Семья- Общество" в курсе "Нравственные основы семейной жизни" фокусируется на межличностных и социальных связях, показывая место и роль семьи в жизни человека и в структуре общества. Это ключевой раздел для понимания социальной значимости семьи и ответственности личности перед семьей и обществом.			
3	Я-Семья-Общество	11		1. Моделирование ситуаций (ролевые игры) 2. Тренинговые упражнения		https://resh.edu.ru/
4	Для чего я живу?	3	Раздел "Для чего я живу?" в курсе "Нравственные основы семейной жизни" (НОСЖ) — это ключевой	Моделирование ситуаций		https://resh.edu.ru/

мировоззренческий
раздел, который
ставит перед
старшеклассниками
и
фундаментальные
вопросы о смысле
человеческого
существования и
напрямую
связывает их с
пониманием семьи
как пути
реализации этого
смысла. Это
вершина курса,
интегрирующая все
предыдущие темы.

**ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ
ПО ПРОГРАММЕ**

34

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Что такое счастье и как его достичь?	1	0	1	https://rgub.ru/resource/ebs/
2	Понятие личности. Направленность личности.	1	0	1	https://rgub.ru/resource/ebs/
3	Тайна возраста и тайна пола	1	0	1	https://urait.ru/
4	Быть или казаться	1	0	1	https://urait.ru/
5	Стыд и совесть	1	0	1	https://urait.ru/
6	Дружба и любовь в жизни человека	1	0	1	https://rgub.ru/resource/ebs/
7	Мужественность и женственность	1	1	0	https://urait.ru/
8	Любовь и влюбленность	1	0	1	https://urait.ru/
9	Испытание чувств. Добрачный период	1	0	1	https://proektoria.online/lesson_s
10	Предбрачный период	1	0	1	https://proektoria.online/lesson_s
11	Союз двух родов	1	0	1	https://urait.ru/
12	Самый важный день	1	0	1	https://resh.edu.ru/
13	Первый год совместной жизни	1	0	1	https://resh.edu.ru/
14	Семья в ожидании ребенка. Отцовство и материнство	1	0	1	https://rgub.ru/resource/ebs/
15	Чудо жизни	1	0	1	https://resh.edu.ru/
16	Молодая семья с новорожденным	1	0	1	https://proektoria.online/lesson_s

17	Родители и дети. Значение детей в жизни семьи	1	0	1	https://resh.edu.ru/
18	Уроки семейного взросления	1	1	0	https://proektoria.online/lessons
19	Семейные конфликты	1	0	1	https://rgub.ru/resource/ebs/
20	Супружеское многолетие	1	0	1	https://resh.edu.ru/
21	Типы и функции семьи	1	0	1	https://resh.edu.ru/
22	Значение семьи для общества	1	0	1	https://resh.edu.ru/
23	Семья и государство. Вопросы демографии	1	0	1	https://resh.edu.ru/
24	История семейной политики в России	1	0	1	https://resh.edu.ru/
25	Иерархичность семейных отношений	1	0	1	https://resh.edu.ru/
26	Положение детей в семье	1	0	1	https://resh.edu.ru/
27	Старшие члены семьи	1	0	1	https://resh.edu.ru/
28	Традиции семьи, рода, народа. Воспитание чести и долга в семье	1	0	1	https://rgub.ru/resource/ebs/
29	Патриотическое воспитание в семье	1	0	1	https://proektoria.online/lessons
30	Трудовое воспитание в семье	1	0	1	https://proektoria.online/lessons
31	Половое воспитание в семье	1	0	0	https://resh.edu.ru/
32	Традиционные семейные ценности в истории России	1	0	1	https://rgub.ru/resource/ebs/
33	Радость семейной жизни. Значение семьи в жизни человека.	1	0	1	https://rgub.ru/resource/ebs/
34	Итоговое повторение	1	1	0	https://resh.edu.ru/

**ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО
ПРОГРАММЕ**

34

3

30

