

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «УСИНСК»  
«УСИНСК КАР КЫТШЫН МУНИЦИПАЛЬНОЙ ЮКОНЛОН  
АДМИНИСТРАЦИЯСА ЙӖЗӖС ВЕЛӖДӖМӖН ВЕСЬКӖДЛАНӖ»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» С. ЩЕЛьяБОЖ  
МУНИЦИПАЛЬНОЙ БЮДЖЕТНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ВЕЛӖДАНӖН «ВЕЛӖДАН ОБ-  
ЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШӖР ШКОЛА» ЩЕЛьяБОЖ СИКТ

Рекомендована

методическим советом школы

Протокол № 04 от «15» мав 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Шаг навстречу»**

Направление: социальное

Срок реализации программы: 1 год

Возраст учащихся: 13-15 лет

Составитель:

Чёрная Марина Витальевна

2023 г.

## 1. Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему я» разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ, с требованиями федерального государственного образовательного стандарта **основного общего образования** (далее - ФГОС ООО), утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 г. № 1897 (посл. ред. от 31.12.2015г. № 1577).

Программа кружка «Шаг навстречу» составлена на основе программно-методического обеспечения для 8-9-х классов пособие для учителя/ В. Гребенникова «Основы семейной жизни» под ред. А.М. Щербаковой, Н.М. Платоновой.

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 «Шаг навстречу» 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.

Задача состоит в том, чтобы ориентировать учащегося на осознание и принятие традиционных ценностей семьи, российского гражданского общества, многонационально-

го российского народа, человечества, осознающего свою сопричастность к судьбе Отечества.

Вопросы сексуального просвещения не входят в содержание данного курса.

Курс «Шаг навстречу» 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.

Цель: способствовать формированию у юношей и девушек потребности в создании семьи, готовности к вступлению в брак, умения правильно строить внутрисемейные отношения и воспитывать будущих детей.

Задачи:

- формировать теоретические знания о семье как социальном институте;
- повышать юридическую компетенцию в области знаний семейного законодательства;
- воспитывать высоконравственные межличностные отношения.

## **2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **Личностные результаты:**

- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;
- интериоризация знаний о традиционных семейных ценностях;
- способность к пониманию состояния другого человека, установлению доброжелательных отношений с близкими людьми;
- умение оценивать мотивы поступков других людей и своих собственных с опорой на знания, полученные на занятиях.

### **Предметные:**

- понимание роли и значения семьи в формировании личностных качеств и воспитании гражданина;
- формирование понимания важности создания семьи, представлений о семейном счастье и условиях для создания семьи;
- знание основных родственных связей в семье, этических правил взаимоотношений между юношей и девушкой, обязанностей членов семьи;
- выработка нравственной готовности к созданию семьи;
- развитие умения понимать состояние и проблемы другого человека, быть терпимым;
- использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни.

### **Метапредметные результаты:**

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;

- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- осуществлять коммуникацию со сверстниками и взрослыми (внутри образовательной организации и за ее пределами);
- подбирать партнеров по коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как ведущими, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.).

### **3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации видов деятельности**

**Программа курса предполагает следующие формы работы с детьми:** индивидуальная и групповая работа; дискуссия, деловая игра, практическая работа, познавательная беседа, интерактивная беседа, круглый стол, викторина, решение практических и проблемных ситуаций, решение практических задач, игра с элементами тренинга.

**Виды:** Занятия строятся через познавательную деятельность, проблемно-ценностное общение.

**В содержание включены следующие разделы:**

#### ***Введение***

Содержание, цели и задачи курса «Шаг навстречу». 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. Испы-

тательный 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 старшеклассниками 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.**



#### 4. Тематическое планирование

№	Название разделов и тем	Часы		
		теория	практика	всего
1.	Введение. Цели и задачи курса «Этика и психология семейной жизни»	1		1
2.	«Точка зрения»	1		1
<b>Семья в свете духовно - нравственных и культурных традиций общества</b>				
3.	Семья в различных культурах	1		1
4.	История и традиции русской семьи. Русские обряды и семья: благословение, обручение, венчание, семейные иконы.	1		1
5.	Нравственные нормы брака в христианской культуре	1		1
<b>Личность и семья</b>				
6.	Основы самоорганизации личности. Самооценка и уровень притязаний	1		1
7.	Внушаемость.	1		1
8.	Роль семьи в воспитании личности.	1		1
<b>Особенности межличностных отношений юношества</b>				
9.	Психология межличностных отношений.	1		1
10.	Нравственные основы взаимоотношений юношей и девушек	1		1
11.	О товариществе и дружбе. Дружба – школа любви	1		1
12.	Любовь как высшее человеческое чувство.	1		1
13.	Любовь (практическое занятие).	1		1
14.	Мы такие разные.	1		1
<b>Брак и семья</b>				
15.	Что такое готовность к браку? Спутник жизни	1		1
16.	Какой брак надежнее? Дискуссия "Какой брак надежнее - по любви или по расчету?".	1		1
17.	Замужество и женитьба.	1		1
18.	Что такое семья? Семья и ее функции	1		1
19.	Особенности молодой семьи. Этапы развития семьи.	1		1
20.	Семейный досуг	1		1
<b>Основы семейных отношений</b>				
21.	Семейные роли	1		1
22.	Семейное благополучие. Качества семьянина	1		1
23.	Семейные правила. Нарушения функционирования семейной системы	1		1
24.	Конфликты в семье. Развод и его последствия	1		1
<b>Семья и дети</b>				

25.	Ребенок в доме.	1		1
26.	Воспитание в семье	1		1
27.	Стили общения родителей с детьми.	1		1
28.	Общение родителей и детей в семье.	1		1
29.	Ошибки родителей. Практическое занятие.	1		1
30-31	Ошибки родителей. Просмотр фильма.	2		2
32.	Конфликты родителей и детей	1		1
33.	Одаренный ребенок.	1		1
34.	Заключительные занятия	1		1
Итого:		34		34