

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тверской области
МБОУ Плоскошская СОШ

РАССМОТРЕНА

Педагогический совет

Протокол № 12 от «19» августа
2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор школы

Балакирева Дина Анатольевна
Приказ № 148 от «19» августа
2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 9092371)

"Моя семья"

для обучающихся 8 класса

п. Плоскошь 2025 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Программа курса внеурочной деятельности «Моя семья» (далее – программа) для 5–9 классов составлена на основе положений и требований:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287);
- федеральной рабочей программы воспитания.

При разработке программы использовались следующие нормативные документы:

- Конституция Российской Федерации;
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Семейный кодекс Российской Федерации.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Целью курса является введение молодых людей в традиционную для нашего Отечества систему семейных ценностей и формирование просемейных ценностно-смысловых установок: брачности, многодетности, целомудрия.

Изучение курса направлено на формирование:

- четких ценностных установок на семейность и многодетность, чтобы обучающиеся связывали свое будущее именно с семейным образом жизни;
- понимания обучающимися 5–9 классов особой значимости института семьи для самосохранения и развития общества, сохранения исторической памяти и преемственности поколений;
- ответственного и уважительного отношения обучающихся к старшему поколению, к российским традиционным духовно-нравственным ценностям,

в том числе крепкой семье, институту брака как союзу мужчины и женщины, рождению и воспитанию детей.

В рамках решения основных задач программы должно быть обеспечено:

- ознакомление обучающихся с базовыми понятиями, раскрывающими смыслы, ценности и нормы семейной жизни, освоение категорий и таксономии семейных терминов;
- формирование у молодых людей основных представлений о семейной жизни с позиции психологии, культурологии и этики;
- осознание обучающимися системы российских семейных ценностей и принятие их для построения собственной семьи в будущем;
- содействие подросткам в решении ими личных смысложизненных вопросов, связанных с семейными отношениями;
- обеспечение осознания обучающимися своей гражданской и социальной идентичности как граждан России и продолжателей традиций рода и семьи;
- содействие направленности обучающихся на создание крепкой, счастливой семьи, снижение и предотвращение рисков на пути к ее созданию;
- ознакомление обучающихся со средствами решения семейных проблем;
- обучение основам психологической и духовно-нравственной безопасности в сфере семейных отношений.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Программа «Моя семья» рассчитана на реализацию в течение 34 учебных часов в рамках внеурочной деятельности; данный курс может быть предложен обучающимся в качестве одного из существующих по выбору.

Программа является содержательным и методическим ориентиром для составления педагогами рабочих программ. Предложенные элементы содержания и виды деятельности обучающихся должны быть конкретизированы с учетом возрастных особенностей и запросов обучающихся. Расширение содержания и видов

деятельности связано с возможностью выбора педагогом различных вариантов учебно-методического обеспечения курса, а также с существующими условиями школьной информационно-образовательной среды.

Программа предусматривает выделение проблем, которые могут стать как предметом дискуссии, так и основой для проектной деятельности обучающихся. Темы проектов выбираются учителем с учетом региональной специфики. Содержательные элементы программы позволяют организовать на их основе практическую и поисково-исследовательскую деятельность, результаты которой могут быть использованы при реализации обучающимися индивидуальных проектов.

Особенность программы внеурочной деятельности состоит в том, что в ней в краткой обобщенной форме представлены все основные аспекты семейной проблематики (исторические, социокультурные, правовые, экономические, психологические, нравственные), позволяющие обучающимся ознакомиться с основами курса «Моя семья».

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

РАЗДЕЛ 1. ЦЕННОСТИ СЕМЬИ.

Крепкая семья, основанная на любви, как основа для формирования у ребенка чувства безопасности и ощущения счастья. Важность для ребенка материальной и психологической поддержки со стороны родителей. Семья как среда формирования личности ребенка, его духовно-нравственного становления, интеллектуального роста, профессионального и социального самоопределения. Семья как среда, ориентированная на создание уникальных условий для саморазвития и личностной самореализации детей и родителей. Эмоциональное взаимопонимание между родителями и детьми, сочувствие и принятие ребенка в семье

РАЗДЕЛ 2. СЕМЬЯ – МАЛАЯ ЦЕРКОВЬ.

Семья и религия. Понятия стыд и совесть. Семейные таинства.

РАЗДЕЛ 3. МОИ БЛИЗКИЕ.

Родословная моей семьи. Семейное (родовое) генеалогическое древо и правила его реконструкции (описания).

Важность сохранения исторической памяти о поколениях рода (семьи). Способы передачи информации о связи поколений и родственных отношениях: семейные архивы, фотоальбомы, мемуары. Примерная модель поиска и обработки информации по истории семьи (рода).

Предания и традиции моей семьи. Ценности семьи, передающиеся из поколения в поколение. Семейная память и семейная гордость. Семейные традиции и их разнообразие: семейный совет, воскресные обеды, семейные спектакли, семейные путешествия, семейное чтение и т. п. Достойные примеры для подражания и сохранения семейных традиций. Известные многодетные семьи.

Особая роль и ответственность родителей в современной семье. Роль мужчины в семье. Отцовство. Роль женщины в семье. Материнство. Любовь, взаимное принятие и поддержка как базовые ценности взаимоотношений супругов между собой, а

также родителей и детей. Образ семьи в художественных произведениях второй половины XX – начала XXI века (мультипликация, кино, литература и др.).

Особенности выстраивания взаимоотношений между родителями и детьми в зависимости от их возраста и изменений в социальном статусе. Уважительное взаимодействие родителей и детей.

Конструктивное взаимодействие детей с братьями, сестрами. Общение с братьями и сестрами в семье – необходимый опыт для создания в будущем собственной семьи. Отношения братьев и сестер в художественных произведениях (мультипликация, кино, литература).

Проблема психологического неприятия и конкуренции между разновозрастными и сводными детьми в семье и пути ее преодоления.

Бабушки и дедушки в семье. Доверительное, эмоционально теплое общение внуков с бабушками и дедушками.

Уважительное отношение к старшим членам семьи. Чувство благодарности старшим. Почитание старших в семье. Забота о пожилых членах семьи, помочь по дому.

Межпоколенное общение как способ передачи и усвоения накопленного старшими поколениями жизненного опыта и духовно-нравственных ценностей.

Многообразие родственных отношений. Важность поддержания добрых и уважительных родственных отношений для сохранения межпоколенных связей и семейных традиций.

РАЗДЕЛ 4. СЕМЕЙНЫЙ ДОМ.

Место проживания семьи и важность его восприятия для супругов и детей как своего «дома». Дом – это место защищенности, уюта и эмоциональной теплоты. Особенности и способы обустройства семейного хозяйства в больших и малых городах, в пригородах и сельской местности.

Основные составляющие домашнего (семейного) хозяйства. Хозяйственно-экономическая функция семьи. Типичные проблемы

обустройства домашнего хозяйства у семей с детьми и способы их решения. Плюсы и минусы совместного проживания молодой семьи с детьми вместе со своими родителями или родственниками.

Важность планирования и учета семейных доходов и расходов. Семейный бюджет и финансовая «подушка безопасности». Равноправие мужа и жены в решении финансовых вопросов, открытость семейных финансов как современные культурные нормы. Основные статьи семейного бюджета. Возможности использования семьями услуг финансовых организаций – вклады, кредиты, инвестиции.

Способы экономии семейного бюджета и статьи, на которых не следует экономить. Карманные деньги детей. Основные приоритеты детских расходов и способы рационального расходования детьми денежных средств.

Красота, комфорт и уют в доме. Важность совместных усилий родителей и детей в решении проблем определения оптимального бюджета, выбора стиля оформления, материалов, технических решений и другого для обустройства дома. Важность достижения договоренностей в распределении ролей между родителями и детьми для поддержания чистоты и порядка в доме. Традиции обустройства дома в разных регионах России.

РАЗДЕЛ 5. СЧАСТЬЕ – БЫТЬ ВМЕСТЕ

Здоровая семейная атмосфера как залог устойчивости внутрисемейных отношений. Доминирующие положительные эмоции, тон общения, настроение, взаимное доверие и открытость, взаимопомощь и поддержка как важные составляющие супружеских и детско-родительских отношений. Важность благоприятного семейного психологического климата для развития ребенка в семье и эмоционального состояния супругов. Многодетность как важный компонент благоприятной семейной атмосферы.

Нравственные основы взаимоотношений в семье: любовь, верность, взаимная поддержка, честность. Мужественность и женственность. Умение слушать и слышать друг друга, допущение разных взглядов членов семьи на одну и ту же бытовую

ситуацию, умения уступать и прощать недостатки друг другу, навыки оказания друг другу знаков внимания как факторы, укрепляющие семью. Недопустимость эгоистического, высокомерного, равнодушного и неуважительного отношения к членам своей семьи.

Общение супругов друг с другом, а также родителей с детьми, старших детей с младшими по поводу возникающих разногласий как важнейшее правило гармоничной семейной жизни. Важность рефлексии каждым членом семьи своего поведения и манеры общения. Варианты психологической рефлексии подростком своего поведения в семье и отношения к родственникам.

Умения прощать и просить прощения как важные составляющие счастливой семейной жизни. Компромиссы в отношениях между супругами, между родителями и детьми. Пути выхода из возникшего конфликта.

Рост самостоятельности ребенка как норма для взрослеющей личности и важность правильного отношения родителей к этой тенденции. Умение родителей договариваться с детьми как основа гармоничных взаимоотношений. Важность уважения родителями выбора ребенка. Конструктивная поддержка со стороны родителей в ситуации поиска ребенком варианта решения жизненной проблемы.

Совместная досуговая деятельность как важный фактор сплочения семьи. Разнообразие форм совместных семейных дел (уборка и ремонт квартиры/дома; работа на приусадебном участке и пр.), оказывающих позитивное и (или) негативное воспитательное и эмоциональное влияние на детей.

Важность семейных праздников для эмоционально-психологического сближения взрослых и детей. Игры как важный элемент семейного досуга. Распространенные виды семейных игр, их плюсы и минусы. Проектирование семейного праздничного мероприятия (день рождения, окончание учебного года, спортивные достижения детей и др.).

Роль семейных прогулок, туристических походов и путешествий в сплочении семьи и личностном развитии ее членов.

РАЗДЕЛ 6. БЕЗОПАСНОСТЬ СЕМЬИ.

Здоровье членов семьи и его роль в полноценной семейной жизни. Здоровый образ жизни и его ключевые составляющие: здоровое питание, здоровый сон, гигиена, физическая активность. Современный стиль питания, пищевые привычки взрослых и детей (фастфуд, полуфабрикаты, еда на ходу, заказ готовой еды на дом и др.) и связанные с ними проблемы физического и психического здоровья. Варианты домашнего меню как примеры здорового питания.

Режим здорового сна для взрослых и детей. Личная гигиена и ее влияние на образ жизни семьи. Способы преодоления вредных привычек в семье. Важность физической активности для здоровья человека и способы ее поддержания в семье. Здоровьесберегающие мероприятия (зарядка, прогулки, подвижные игры и т. п.) и технологии (фитнес-браслеты, интернет-приложения и др.), способствующие укреплению здоровья взрослых и детей. Примеры участия членов семьи в оздоровительных мероприятиях и акциях России и региона (ГТО, «Здоровье для всей семьи»).

РАЗДЕЛ 7. ЭКОЛОГИЯ ДОМА

Микроклимат жилища. (Воздух, циркуляция, опасные вещества, температура, влажность, этажность). Микроклимат жилища. (электромагнитное излучение, запыление, комнатные растения). Качество материалов – качество жизни.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1) гражданское воспитание:

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, активное участие в жизни семьи;
- понимание роли семьи как социального института в жизни человека;
- обретение положительного образа семьи, родительства (отцовства и материнства), освоение традиционных семейных ценностей России;
- готовность выстраивать бесконфликтные отношения в родительской семье, классе, школьном коллективе;
- понимание роли семьи как социального института в жизни человека;

2) патриотическое воспитание:

- осознание российской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России, ценностное отношение к достижениям своей Родины – России, семейных традиций народов России;

3) духовно-нравственное воспитание:

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора в семейных отношениях, готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции традиционных духовно-нравственных ценностей, а также правовых норм;
- способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к созданию крепкой, гармоничной семьи;

4) эстетическое воспитание:

- восприимчивость к традициям и творчеству своего и других народов, понимание ценности отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества;

5) физическое воспитание, формирование культуры здоровья

и эмоционального благополучия:

- осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;
- соблюдение правил безопасности, в том числе безопасного поведения в интернет-среде;

6) *трудовое воспитание:*

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность, уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

7) *ценности научного познания:*

- овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира с учетом семейных традиций народов России;

8) *адаптации обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:*

- освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью;
- умение оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия, формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки социальных явлений и процессов;
- выявлять дефицит информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

- делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии.

Базовые исследовательские действия:

- проводить по самостоятельно составленному плану небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;
- оценивать на применимость и достоверность информацию, полученную в ходе исследования;
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, исследования;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации;
- эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
- выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков;
- знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;
- понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- публично представлять результаты выполненного исследования, проекта;
- самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация:

- выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решений в группе);
- составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения);
- делать выбор и брать ответственность за решение.

Самоконтроль, эмоциональный интеллект:

- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;
- учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- вносить корректизы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
- оценивать соответствие результата цели и условиям;
- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;
- регулировать способ выражения эмоций.

Совместная деятельность:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- уметь обобщать мнения нескольких людей;
- планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные);

- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;
- оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;
- сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- освоение и применение системы знаний: о семье, месте и роли каждого члена семьи, важности семьи как базового социального института; социокультурной сущности семьи и ее роли в современном обществе; содержании и значении социальных норм, регулирующих семейные отношения, включая правовые нормы;
- осознание значимости крепкой семьи, брака как ценности в современном обществе; умение характеризовать семейные отношения как традиционную российскую духовно-нравственную ценность; осознание значимости семейных традиций в истории народов России;
- формирование понимания роли семьи в освоении норм морали и нравственности, гуманизма, милосердия, справедливости, взаимопомощи, коллективизма, преемственности истории нашей Родины;
- умение характеризовать особенности семейных отношений с использованием источников разных типов (текстами, иллюстрациями, аудио- и видеоматериалами);
- умение использовать полученные знания: для устного и письменного описания традиций семьи, роли каждого члена семьи; для описания традиций своей семьи, для написания ее родословной;
- умение использовать цифровые технологии для создания родословной, поиска и моделирования дома, создания финансового плана семьи и др.;

- умение аргументировать роль здорового образа жизни для каждого члена семьи;
- умение выстраивать бесконфликтное общение с родственниками, в том числе со старшими членами семьи;
- умение осмысливать личный социальный опыт жизни в семье, общения с родителями, с бабушками и дедушками, братьями и сестрами, дальними родственниками;
- умение решать в рамках изученного материала познавательные и практические задачи;
- овладение приемами поиска и извлечения социальной информации (текстовой, графической, аудиовизуальной) по заданной теме из различных адаптированных источников (в том числе учебных материалов) и публикаций средств массовой информации (СМИ) с соблюдением правил информационной безопасности при работе в Интернете;
- умение анализировать, обобщать, систематизировать, конкретизировать и критически оценивать социальную информацию из адаптированных источников (в том числе учебных материалов) и публикаций СМИ, соотносить ее с собственными знаниями о моральном и правовом регулировании поведения человека в семье, личным социальным опытом, используя обществоведческие знания, формулировать выводы, подкрепляя их аргументами;
- умение оценивать собственные поступки и поведение других людей с точки зрения их соответствия моральным, правовым и иным видам социальных норм, включая вопросы, связанные с личными и семейными финансами, в том числе при планировании семейного бюджета.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5-9 КЛАССЫ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Цифровые ресурсы
1	Все начинается с семьи.	1	Формирование представления о семье как смыслообразующей ценности. Понимания о влиянии духовно-нравственных ценностей на становление семейной жизни.	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	
2	Семья это ценность.	1	Способствовать пониманию учащимися важности семьи как одной из важнейших частей общества, которая способствует воспитанию новых поколений, развитию личности и поддерживает психологическое благополучие между ее членами.	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	
3	Ценности семьи.	1	Важность любви,	Эвристическая	

			<p>уважения, доверия и традиций. Эти понятия важны для благополучной и гармоничной семейной жизни, обеспечивают стабильность и поддержку в отношениях между супругами, родителями и детьми.</p> <p>Любовь — основа для создания крепких и долговечных отношений, которые способны преодолевать трудности. Уважение — признание достоинств, прав и мнений каждого члена семьи.</p> <p>Доверие — основа для глубоких и искренних отношений в семье.</p> <p>Семейные традиции — повторяющиеся ритуалы, которые отражают внутренние ценности семьи.</p>	<p>беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий</p>	
4	Семья и целомудрие	1	В православном обиходе целомудрие включает в	Эвристическая беседа, просмотр	

			<p>себя чистоту нравов и благочестие. Обычно под ним понимается непорочность, сохранение себя в девственной или брачной чистоте, а также строгая нравственность.</p> <p>Целомудренные юноша и девушка хранили до свадьбы телесную чистоту как залог супружеского благочестия.</p> <p>Целомудренные муж и жена, сохраняя супружескую верность, берегли православные традиции семейного уклада, разумно вели хозяйство и мудро воспитывали детей.</p>	<p>видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий</p>	
5	Познай своё родительское «я».	1	<p>Анализ, как родители помогают ребёнку расти и жить, усваивают социальные нормы и ценности. Какие</p>	<p>Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных</p>	

			установки получали родители в своей родительской семье, какие из них позитивные, а какие негативные.	заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	
6	Семья и религия.	1	Носители религиозной традиции убеждены в божественном происхождении семьи и семейных ценностей. В основе религиозной семьи лежит совместная любовь супругов к Богу. Религиозные семьи — это семьи, в которых вера и религия играют важную роль в повседневной жизни и оказывают влияние на отношения между членами семьи. Одной из особенностей отношений в религиозных семьях является их основа на общих верованиях и ценностях.	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	
7	Стыд и совесть.	1	Совесть — это	Эвристическая	

			<p>внутренний моральный компас, который позволяет оценивать свои поступки. Она вызывает чувство вины, когда человек нарушает этические нормы. Стыд — это чувство острого смущения, возникающее вследствие осознания собственной неправоты. Совесть формируется внутри личности, тогда как стыд часто зависит от общественного мнения. Совесть может вызывать глубокие угрызения, тогда как стыд чаще проявляется как смущение. Без совести и стыда человек теряет нравственные ориентиры, становится неспособным к самоконтролю и самосовершенствованию.</p>	<p>беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий</p>	
8	Семейные таинства.	1	Таинство брака: при свободном обещании женихом	Эвристическая беседа, просмотр	

			<p>и невестой взаимной супружеской верности благословляется их союз во образ духовного союза Христа с Церковью. Испрашивается благодать чистого единодушия к благословенному рождению и христианскому воспитанию детей.</p> <p>Таинство крещения: верующий трижды погружается в воду с призыванием Отца, Сына и Святого Духа. Считается, что в момент крещения человек очищается от первородного греха и получает дар Святого Духа.</p>	<p>видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий</p>	
9	Социальные роли в семье.	1	<p>Социальные роли в семье — это нормативно одобряемые формы поведения, ожидаемые от индивида, занимающего определённую позицию в семейной группе. К каждой роли прилагается</p>	<p>Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий</p>	

			<p>набор «правил», соответствия которым ожидает от человека общество.</p> <p>Некоторые виды социаль- ных ролей в семье:</p> <p>Супружеские — жена, муж.</p> <p>Родительские — мать, отец.</p> <p>Детские — сын, дочь, брат, сестра.</p> <p>Межпоколенные и вну- трипоколенные — дедушка, бабушка, старший, млад- ший.</p> <p>Роли обеспечивают выполнение функций семьи и удовлетворение потребностей всех её членов.</p>		
10	Близкий круг.	1	<p>Близкий круг в семье — это сообщество близких родственников, состав которого зависит от типа семьи.</p> <p>В нуклеарной семье (роди-</p>	<p>Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в</p>	

		<p>тели и дети) в близкий круг входят папа, мама и ребёнок (или дети). В расширенной (многопоколенной) семье к ним добавляются, например, бабушка или дедушка или их пара</p> <p>В сложной семье под одной крышей могут жить, помимо нуклеарной части, другие близкие родственники, такие как сестра и/или брат мужа или жены.</p> <p>В законодательстве РФ круг близких родственников определён статьёй 14 Семейного кодекса РФ. В него входят родственники по прямой линии (родители, дети, дедушки, бабушки, внуки) и полнородные или неполнородные братья и сёстры (те, у которых есть общий отец или мать). Значение близкого круга в семье заключается в том, что все члены семейной группы равны по своему нравственному статусу, независимо от воз-</p>	группах, выполнение творческих заданий	
--	--	---	--	--

			раста, пола, социального положения или культурных отличий.		
11	Дружба	1	<p>Дружба — личные устойчивые отношения между людьми на основе симпатии, уважения, общих интересов, духовной близости, взаимной привязанности, понимания и доверия.</p> <p>Когда люди имеют схожие хобби и интересы, им легче найти темы для разговоров, а также у них больше аргументов к тому, почему стоит проводить время вместе.</p> <p>Дружба часто развивается между людьми с похожими ценностями и взглядами на жизнь. Это создаёт основу для взаимопонимания и позволяет чувствовать себя комфортно в компании друг друга.</p> <p>Способность слушать, понимать и поддерживать</p>	<p>Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий</p>	

			<p>друг друга в сложные моменты играет важную роль.</p> <p>Открытость в общении способствует созданию доверительных отношений.</p> <p>Совместный смех и создание позитивного настроения объединяют людей.</p> <p>Проводя время вместе, люди создают общие воспоминания, которые укрепляют их связь.</p> <p>Часто дружба начинается там, где люди физически долго находятся рядом — на работе, обучении, в спортзале. Возможность регулярно видеться и общаться способствует формированию дружеских отношений.</p>		
12	Я и другие «Я».	1	<p>Какие должны быть отношения в семье, на чём должны основываться отношения между родителями и детьми, в</p>	<p>Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных</p>	

			<p>чём состоит опасность конфликтов между ними. Причины их возникновения и способы разрешения, а также пути достижения понимания и согласия между людьми. Эгоизм разрушает человеческие взаимоотношения, проявляется в стремлении удовлетворить свои потребности за счёт других.</p>	<p>заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий</p>	
13	История моей семьи.	1	<p>Истории о предках, их роде деятельности, национальности, характерах. Как исторические события повлияли на судьбы родственников, в каких событиях они участвовали. Происхождение и значение фамилий, фигурирующих в истории семьи. Составление генеалогического древа позволяет наглядно отобразить наличие родственников по</p>	<p>Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий</p>	

			отцовской и материнской линиям.		
14	Я горжусь своими родными.	1	Включает информацию о близких людях, их жизни и подвигах, а также о традициях и ценностях семьи.	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	
15	Домоводство. Организация питания.	1	Распределении обязанностей, создании общих правил и ритуалов, поддержании чистоты и порядка, а также о правилах рационального питания и составлении меню. Распределение обязанностей между членами семьи. Чёткое разделение труда, учитывающее возможности и предпочтения каждого, помогает избежать конфликтов и перегрузки одних членов семьи. Создание общих правил и ритуалов для укрепления семейных связей и создания ощущения стабильности.	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	

			<p>Поддержание чистоты и порядка: регулярная уборка, проветривание помещений и уход за вещами создают приятную атмосферу.</p> <p>Взаимопомощь и поддержка — готовность прийти на помочь в трудную минуту, выслушать и поддержать близкого человека.</p> <p>Совместное времяпрепровождение — проведение выходных вместе, игры, прогулки, посещение интересных мест — всё это укрепляет связи.</p>		
16	Красота и здоровье. Химия для красоты.	1	<p>Чтобы обезопасить себя и свою семью от негативного воздействия, рекомендуется выбирать только сертифицированные средства от проверенных производителей, изучать их состав и отдавать предпочтение органическим</p>	<p>Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий</p>	

			компонентам.		
17	Покупки. Планирование покупок.	2	<p>Понимать потребности семьи. Нужно оценить, какие продукты члены семьи употребляют чаще всего, что заканчивается быстрее, а что покупают редко.</p> <p>Составлять меню на неделю. Это поможет разнообразить питание и избежать рутинного приготовления одних и тех же блюд.</p> <p>Выделять основные категории продуктов. Например, овощи и фрукты, мясные и рыбные изделия, молочные продукты, крупы и макароны, хлеб, бытовая химия и средства гигиены.</p> <p>Устанавливать примерное количество продуктов. Это поможет избежать ситуации, когда покупок не хватает или их слишком много.</p> <p>Редактировать список по ходу недели. Часто возникают непредвиденные ситуации, и полезно иметь возможность быстро скор-</p>	<p>Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий</p>	
18					

			<p>ректировать список. Включать всех членов семьи в процесс планирования. Это не только улучшит семейное питание, но и поможет избежать лишних покупок.</p> <p>Использовать приложения для удобства. Программы позволяют создавать удобные списки, добавлять и удалять продукты, отмечать, что уже куплено, и даже делиться списками с членами семьи.</p> <p>Обращать внимание на акции и скидочные купоны. Также можно приобретать товары длительного хранения оптом, снижая стоимость одной единицы товара.</p>		
19	Создаем уют.	1	<p>Оформление интерьера, беседы о гармоничных отношениях в семье, обсуждение роли семейных традиций и ритуалов.</p> <p>Учёт индивидуальных предпочтений. Зонирование пространства —</p>	<p>Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение</p>	

			<p>рабочая, игровая и спальная зоны отделены визуально (акцентные стены, декор) или физически — перегородками или мебелью. Цветовая палитра — нейтральные оттенки (белый, серый, бежевый) создают основу, яркие цвета (жёлтый, синий, зелёный) — для текстиля или декора. Декор и аксессуары — постеры с изображениями любимых персонажей, животных, мест, которые вдохновляют. Мебель с функцией хранения — полки, шкафчики и ящики для игрушек могут служить элементами декора и решать проблему беспорядка.</p>	творческих заданий	
20	Научиться доверию	1	<p>Доверие позволяет честно и прямо обсуждать любые, даже самые сложные, темы друг с другом. Без доверия жить в семье невозможно. Доверие связано с открытостью и честностью. Важно всегда быть</p>	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение	

			<p>честным, не подводить и не обманывать.</p> <p>Взрослым необходимо обеспечить базовую уверенность ребёнка в его безопасности. Это способствует укреплению чувства доверия и взаимопонимания между близкими людьми. Детям легче приспосабливаться к жизни, если они понимают, чего ожидать от поведения взрослых. Для этого важно установить чёткие границы, соблюдать правила, просить ребёнка соблюдать распорядок. Можно создать атмосферу доверия и взаимопонимания благодаря общим семейным традициям.</p>	творческих заданий	
21	Научиться общению.	1	<p>Семья — это группа живущих вместе близких родственников.</p> <p>Дружная семья — это семья, в которой все уважают друг друга, заботятся друг о друге, поддерживают и помогают друг другу, вместе проводят свободное время.</p>	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	

			Культура общения — это вежливая речь, культурное поведение, доброе, уважительное отношение к человеку.		
22	Психологический климат семьи.	1	Психологический климат семьи - это характерный для той или иной семьи более или менее устойчивый эмоциональный настрой, который является следствием семейной коммуникации. Усваивая нормы поведения и отношений родителей, дети начинают в соответствии с ними строить свои отношения с близкими людьми, а затем переносят навыки этих отношений и на окружающих людей, товарищей, учителей. Сплочённость, возможность всестороннего развития личности каждого члена семьи, высокая доброжелательная требовательность членов семьи друг к другу, чувство защищённости и эмоциональной удовлетворённости, гордость за	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	

			принадлежность к своей семье, ответственность.		
23	Жить без конфликтов.	1	Обсуждение причин возникновения конфликтов, правил, которые помогут их избегать, и стратегий разрешения. примеры конфликтных ситуаций и их разрешения между родителями и детьми из-за режима дня, домашних заданий и т.д.	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	
24	Зарядись на 100% .	1	Взрослые члены семьи должны личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, чтобы у детей с самого раннего возраста формировалось нравственное отношение к своему здоровью.	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	
25	В доме без опасности! Внешние угрозы	1	Опасные ситуации в доме, правилах поведения в них и средствах для наглядного обучения. Главное научить ребёнка предвидеть	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных	

			опасность, соблюдать правила безопасности и выработать модели поведения в экстремальных ситуациях.	заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	
26	Безопасное общение.	1	Знание в чём заключается безопасность при общении, какие бывают угрозы. Знакомство с умением формулировать мысли и достойно отвечать на провокации, принимать компромиссные решения. Опасности, которые окружают и способы обезопасить себя от них.	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий	
27	Профилактика табакокурения. Табак и электронные сигареты.	1	Соматические и психические последствия употребления никотина, таких как остановка роста, повышенная агрессивность и возбудимость, ухудшение когнитивных процессов, нарушение памяти и концентрации внимания. Социальные последствия, например,	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий.	

			учёте в наркологическом диспансере, проблемах с поступлением в престижное учебное заведение, отказе в получении водительских прав и трудностях в трудоустройстве.		
28	Криминальная безопасность. Профилактика втягивания подростков в противоправные действия	1	Негативное влияние социума на несформировавшееся сознание детей, о наличии насилия в семье, о поведении взрослых преступников, которые прививают криминальное мировоззрение подросткам.	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий.	
29	Микроклимат жилища. (Воздух, циркуляция, опасные вещества, температура, влажность, этажность)	1	Микроклимат помещения — это состояние внутренней среды, которое влияет на человека и характеризуется показателями температуры воздуха и ограждающих конструкций, влажностью и подвижностью	Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий.	

			<p>воздуха. Дискомфортные условия при длительном воздействии могут привести к ослаблению общей и специфической сопротивляемости организма, снижению иммунитета. Однако динамический пульсирующий микроклимат может оказывать тонизирующее и закаливающее действие.</p>		
30	Микроклимат жилища. (электромагнитное излучение, запыление, комнатные растения).	1	<p>Микроклимат оказывает существенное влияние на организм человека. Если дом оснащён большим количеством электробытовой техники, нужно стараться включать одновременно как можно меньше приборов.</p> <p>Помещение, где работает электробытовая техника, нужно чаще проветривать и делать влажную уборку — это снижает статические электрические поля. Воздух внутри дома практиче-</p>	<p>Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий.</p>	

			<p>ски всегда более пыльный, чем на улице. Многие растения, благодаря процессу фотосинтеза, очищают воздух дома, собирая пыль, следы задымления и другие частицы и тяжёлые соединения, опасные для здоровья.</p>		
31	Качество материалов – качество жизни	1	<p>Качество жизни — это степень удовлетворения материальных, духовных и социальных потребностей человека. Уровень жизни базируется на количественных характеристиках (есть, нет, сколько), а качество жизни отражает качественные характеристики (насколько качественное медобслуживание, какая одежда, какие продукты питания, какая окружающая среда).</p>	<p>Эвристическая беседа, просмотр видеофрагментов, выполнение интерактивных заданий, работа в группах, выполнение творческих заданий.</p>	

32	Проект «Быть заботливым хозяином»	2	Выполнение и защита проектов.	Выполнение творческих заданий.	
33					
34	Итоговое занятие (викторина).	1	Участие в викторине.		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

