Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №7 Красноармейского района Волгограда»
400026, Волгоград, б-р им. Энгельса, 33 тел.69-98-66, 69-56-77, 67-05-55 E-mail: gymnasium7@volgadmin.ru

РАССМОТРЕНО
на заседании Педагогического совета
гимназии
Протокол № 11 от 31.08.2026

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ гимназии № 7
_____ И.Г. Салагина
(приказ № 201 ОД от 01.09.2026)

И.Г. Салагина

Подписан: И.Г. Салагина
DN: OU=директор, O=МОУ гимназия № 7, CN=И.Г. Салагина, E=gymn_7.trust@mail.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: 12345678
Дата: 2026.09.01 11:49:55+04'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Семьеведение»

(Духовно-нравственное направление)

Основное общее образование

2026/2027 учебный год

https://edsoo.ru/rabochie-programmy-vd/

Волгоград, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка 3

Содержание курса внеурочной деятельности «Моя семья», 5–7 классы 10

Содержание курса внеурочной деятельности «Моя семья», 8–9 классы 17

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Моя семья» 24

Личностные результаты 24

Метапредметные результаты 26

Предметные результаты 29

Тематическое планирование, 5–7 классы 32

Тематическое планирование, 8–9 классы 44

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общая характеристика курса

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

- федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287);
- федеральной образовательной программы основного общего образования (утверждена Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования»);
- федеральной рабочей программы воспитания (является составной частью федеральной образовательной программы основного общего образования, раздел 166).

Нормативными основами разработки содержания программы являются:

- Конституция Российской Федерации;
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Семейный кодекс Российской Федерации;
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400);
- Стратегия действий по реализации семейной и демографической политики, поддержке многодетности в Российской Феде-

рации до 2036 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 15.03.2025 № 615-р).

Актуальность курса

Актуальность курса внеурочной деятельности «Моя семья» в современных условиях обусловлена необходимостью разработки специальных программ обучения и воспитания, способствующих формированию у представителей молодого поколения приверженности традиционным российским духовно-нравственным ценностям, включая ценности крепкой семьи, укрепляющих гражданское единство российского общества, направленных на решение демографических проблем в Российской Федерации. Семья — основа любого государства. Ведущими функциями семьи являются рождение и воспитание детей, передача духовно-нравственного, социального и культурного опыта новому поколению.

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

Важность обращения школы к семейной проблематике обусловлена прежде всего тем, что семья является одним из важнейших социальных институтов, формирующих в человеке основы его гражданской идентичности. Вместе с тем ценность семьи в сознании молодых людей зачастую девальвируется под воздействием негативного влияния элементов деструктивной идеологии. В этой связи формирование в сознании обучающихся ценности крепкой семьи, брака, многодетности является одной из основных задач системы общего образования в Российской Федерации.

Создание программы курса «Моя семья» для обучающихся 5–9 классов продиктовано важностью целенаправленной просветительской и воспитательной деятельности, которая предполагает:

- осознание семьи и традиционных семейных отношений как ценности в жизни современного человека;
- приобщение к системе традиционных духовно-нравственных ценностей;
- формирование у обучающихся культуры семейных отношений, уважения к старшим поколениям;
- приобретение обучающимися опыта выстраивания моделей поведения и межличностных отношений в семье, соответствующих принятым в российском обществе традиционным духовно-нравственным ценностям.

Новизна предлагаемого курса внеурочной деятельности заключается в том, что его содержание предполагает:

- освоение обучающимися навыков и знаний в сфере семейных отношений, которые пригодятся им в жизни, станут важным компонентом, влияющим на их дальнейшую жизненную траекторию;
- рассмотрение семейной проблематики не только с точки зрения современных научных позиций, но и с точки зрения ее ценностно-смыслового и эмоционального восприятия обучающимися, а также их индивидуального жизненного опыта;
- развитие практических навыков и познавательных интересов обучающихся, связанных с их ценностными установками на создание крепкой многодетной семьи и моделями поведения в сфере реальных семейных отношений.

Цель и задачи курса

Цель курса — формирование позитивного ценностного отношения обучающихся к семье и браку.

Основные задачи курса:

- формирование у обучающихся представлений о значении семьи для полноценного существования человека, развития общества и обеспечения устойчивости государства;
- стимулирование положительного эмоционального отношения обучающихся к семье и браку, поддержка установки на семейный образ жизни, рождение и воспитание в семье детей;
- обогащение позитивного социокультурного опыта обучающихся на основе воспитания в духе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, соблюдения принятых в российском обществе правил и норм поведения, поддержания социальных и семейных традиций.

В рамках решения основных задач программы должно быть обеспечено:

- ознакомление обучающихся с базовыми понятиями, раскрывающими смыслы, ценности и нормы семейной жизни;
- 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.

Методологические основы курса

Аксиологический подход является ведущим в разработке содержания курса и определяет его ценностно-смысловое содержание, ценностные доминанты и целевую ориентацию на формирование отношения подрастающего поколения к семье и браку на основе традиционных российских ценностей.

Культурологический подход подразумевает учет национальных, этнических и социальных особенностей семей обучающихся, образовательной организации и региона в целом, способствует формированию у обучающихся чувства принадлежности к своей культуре, глубокого понимания культурных ценностей и традиций в отношении семьи и брака.

Междисциплинарный подход подразумевает проектирование содержания курса на основе знаний, умений и навыков, полученных обучающимися при освоении ими федеральной образовательной программы основного общего образования, а также опору на содержательный потенциал таких областей научных знаний, как психология, педагогика, социология, медицина, экономика и право.

Системно-деятельностный подход обеспечивает практико-ориентированный характер содержания курса, полисубъектное взаимодействие в системе «педагоги — обучающиеся — родители», использование вариативных методов, форм и средств освоения учебного материала с акцентом на проблемных и поисковых методах.

Программа включает **базовый (инвариантный) компонент**, содержание которого отраженно в тематическом планировании, и **вариативный компонент**, который формируется с учетом региональной и местной социокультурной специфики, потребностей обучающихся и их семей, ресурсов социального партнерства, имеющегося опыта реализации семейно ориентированного курса.

Инвариантное ценностно-целевое содержание курса определяет общее для всех граждан Российской Федерации, вне зависимости от их мировоззренческих, культурных, национальных, религиозных и других особенностей, содержание российских традиционных ценностей, которое представлено в нормах Конституции Российской Федерации в качестве российских конституционных ценностей.

Вариативное ценностно-целевое содержание курса определяется культурно-историческими особенностями и традициями народов России, российских традиционных религий, отражает мировоззренческое, культурное разнообразие граждан, семей, народов России, российского общества, регионов России, образовательных организаций.

Место курса в образовательном процессе

Программа служит основой для разработки рабочих программ в составе основной образовательной программы общеобразовательной организации в соответствии с ее особенностями: организационно-правовой формой, контингентом обучающихся и их родителей (законных представителей), направленностью образовательной программы, этнокультурной спецификой, особыми образовательными потребностями обучающихся.

Программа предполагает включение в учебный план образовательной организации в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений.

Освоение программы может быть организовано образовательной организацией во внеурочное время. Содержание программы построено на основе концентрического принципа, что позволяет образовательной организации реализовывать курс в следующих вариантах:

1) для младших подростков (5–7 классы);
2) для старших подростков (8–9 классы);
3) для младших и старших школьников (5–7 и 8–9 классы).

Общее число часов, рекомендованных для изучения курса в первом и втором вариантах, — 34 часа (1 час в неделю на протяжении 1 учебного года или 0,5 часа в неделю на протяжении 2 учебных лет).

Общее число часов, рекомендованных для изучения курса в третьем варианте, — 68 часов: в 5–7 классах — 34 часа (1 час в неделю на протяжении 1 учебного года или 0,5 часа в неделю на протяжении 2 учебных лет), в 8–9 классах — 34 часа (1 час в неделю на протяжении 1 учебного года или 0,5 часа в неделю на протяжении 2 учебных лет).

Возможна корректировка общего числа часов, рекомендованных для освоения программы, с учетом индивидуального подхода образовательных организаций к выбору реализации курса, в рамках соблюдения гигиенических нормативов к недельной образовательной нагрузке.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «МОЯ СЕМЬЯ» 5–7 классы

Раздел 1. Ценности и традиции семьи (9 ч.)

1.1. Какая она, современная семья? (1 ч.)

Семья — базовая форма организации общества, существующая на протяжении многих веков. Ценность семьи является приоритетной для человека любой национальности вне зависимости от эпохи. Существуют разные типы семей. Каждый тип семьи имеет свою уникальность.

1.2. Роль семьи в обществе (1 ч.)

Семья и общество взаимно влияют друг на друга. Вместе они образуют целостную среду, способствующую личностному росту и развитию человека на протяжении всей его жизни. Семейные и общественные роли человека. Функции семьи в современном обществе.

1.3. Семья — ценность для ребенка (1 ч.)

Семья как среда формирования ценностных ориентаций ребенка, получения им опыта взаимодействия с другими людьми. Семья, обладая воспитательным потенциалом, создает возможности для развития ребенка, проявления его индивидуальности. У подрастающего поколения при усвоении жизненных ориентиров и установок формируется определенная модель поведения, основанная на ценностях семьи и общества, отношении к социальному окружению. Именно в семье закладывается основа ответственного отношения и поведения детей.

1.4. Ценность семейной жизни для человека (1 ч.)

Духовные ценности — это идеалы и убеждения, управляющие жизнью человека, служащие для него ориентиром и помогающие

ему принимать правильные решения. Система семейных ценностей определяет поведение человека в различных ситуациях семейной жизни. Семейные ценности создают неповторимый образ семьи.

1.5. Роль правил и традиций в семье (1 ч.)

Семейные правила — это важное условие доброжелательной и психологически комфортной атмосферы в семье. Общие традиции — это своеобразная профилактика непонимания и противоречий между взрослыми и детьми, поддержка и укрепление межпоколенных связей.

1.6. История моей семьи в истории моей страны (1 ч.)

Каждая семья имеет свое прошлое, настоящее и будущее, каждый член семьи — представитель своего времени и в то же время наследник достижений и ценностей своего рода. История семьи и история страны неразрывно связаны между собой. Родословное древо семьи — отражение смены и связи поколений одного рода. Знакомясь с родословной семьи, лучше понимаешь себя, своих близких, ценности и традиции своей семьи.

1.7. Детство, супружество, родительство, родство (1 ч.)

Супружество как брак мужчины и женщины — основа семьи. Значимость наличия братьев и сестер для ребенка. Старшее поколение — хранитель семейных традиций, семейной истории, основа семейной общности. Укрепление семейных ценностей и традиций как условие поддержания единства, стабильности, гармонии и благополучия общества.

1.8. Вариативный компонент (2 ч.)

Раздел 2. Отношения в семье (10 ч.)

2.1. Мои близкие и дальние родственники (1 ч.)

Понятие семьи неоднородно. Оно включает разные уровни кровного родства. Состав семьи определяется не только местом

проживания, но и связями между родственниками, частотой общения и качеством отношений. Семейная традиция поддерживать отношения с близкими и дальними родственниками создает чувство безопасности и принадлежности, укрепляет эмоциональные связи и способствует передаче из поколения в поколение ценностей семьи и общества. Важность родственных отношений бесспорна и отражается в русском фольклоре, пословицах и поговорках, где семья и кровные узы подчеркиваются как ценнейшее богатство, как опора в жизни, обеспечивающая поддержку и защиту в различных ситуациях.

2.2. Родители (1 ч.)

Родители играют ключевую роль в жизни человека. Они формируют личность ребенка, передают свои знания, навыки и ценности. Родительская функция заключается в воспитании детей, заботе об их физическом и психическом здоровье и нравственном развитии. Любовь родителей является опорой в жизни человека. Стили родительского воспитания могут быть разными.

2.3. Братья и сестры (1 ч.)

Наличие братьев и сестер является важным фактором личностного развития, поскольку оно учит детей навыкам социального взаимодействия, способствует формированию позитивной самооценки, эмоциональной поддержки, позволяя растущему человеку лучше адаптироваться к жизни и строить близкие связи с другими людьми. Отношения между детьми в семье отражают особенности семейной ситуации, включая стили воспитания родителей, ценности, нормы и эмоциональный климат семьи.

2.4. Бабушки и дедушки (1 ч.)

Важность старшего поколения в обществе, их ценного опыта и мудрости, необходимость внимания к их проблемам и сохранения семейных традиций. Связь старшего и младшего поколений важна для сохранения семейных ценностей, передачи исторической памяти и жизненного опыта. Пожилым людям такое общение помогает

сохранить чувство молодости и включенность в общество; для подрастающего поколения — способствует развитию эмпатии, уважения к старшим, интереса к их жизненному опыту.

2.5. Семейное общение (1 ч.)

Общение в семье имеет ряд отличительных характеристик: долгосрочность, эмоциональная насыщенность, доверительность, всеобъемлющий характер, охватывающий разные сферы жизни человека. Конструктивное и эффективное семейное общение строится на взаимном уважении, умении слушать и слышать, на взаимной поддержке, а также на установлении общих правил и традиций. Благополучные семейные отношения — результат работы каждого члена семьи. Общение в семье формирует семейные ценности и поддерживает традиции.

2.6–2.7. Конфликты и способы их решения (2 ч.)

Конфликт является естественной и неотъемлемой частью любого человеческого взаимодействия. Семейный конфликт — это столкновение интересов, мнений и ценностей членов семьи, которое может привести к разногласиям, ссорам и напряженным отношениям. Снижению уровня конфликтности способствует общение, которое строится на взаимном уважении, умении слушать и слышать, на взаимной поддержке, а также на умении соблюдать принятые правила.

2.8. На чем держится семья (1 ч.)

Семья держится на таких ценностях, как любовь, уважение, доверие, взаимопонимание и поддержка. Эти нравственные основы дополняются и укрепляются семейными традициями. Готовность всех членов семьи брать на себя посильные обязанности, быть опорой друг для друга, отвечать за последствия своих действий и за сохранение благоприятной семейной атмосферы обеспечивает эмоциональное благополучие и благосостояние семьи.

2.9. Вариативный компонент (2 ч.)

Раздел 3. О семейном уюте и не только (7 ч.)

3.1. Мой дом (1 ч.)

Дом — это не просто место проживания, а пространство, наполненное любовью, заботой и традициями. Семейный уют создается совместными усилиями всех членов семьи. Настоящий уют рождается из добрых отношений, взаимного уважения и внимания друг к другу. Его основа — эмоциональная близость, общие ценности и ежедневные усилия всех членов семьи.

3.2. Как создать благоприятную семейную атмосферу? (1 ч.)

Благоприятная атмосфера в семье — это психологический климат, основанный на доверии, взаимном уважении, поддержке и доброжелательном общении. Она является ключевым условием для личностного благополучия и развития всех членов семьи.

3.3. Что помогает семье объединиться (1 ч.)

Семья как единое целое укрепляется через совместную деятельность, общие цели и семейные традиции. Умение договариваться, распределять обязанности и оказывать поддержку в трудных ситуациях является основой крепких семейных отношений. Совместные проекты и преодоление трудностей не только решают практические задачи, но и создают эмоциональную близость, доверие и чувство защищенности у всех членов семьи.

3.4. Ведение домашнего хозяйства (1 ч.)

Ведение домашнего хозяйства — это общая ответственность всех членов семьи, основанная на принципах справедливости, взаимопомощи и уважения к труду. Грамотная организация бытовых задач, их планирование и распределение согласно силам и возможностям каждого создают атмосферу порядка, комфорта и предсказуемости, что снижает уровень стресса и укрепляет семейные отношения. Умение разбивать сложную задачу на последовательные этапы является универсальным навыком для успешной деятельности в любой сфере.

3.5. Как мы в семье проводим время? (1 ч.)

Совместный досуг является мощным инструментом укрепления эмоциональных связей и создания благоприятного психологического климата в семье. Качественное времяпрепровождение основано на принципах полного присутствия, равенства, уважения интересов всех членов семьи и получения радости от самого процесса. Эффективная организация семейного отдыха требует осознанного планирования, сочетания проверенных временем традиций и новых идей, а также готовности к компромиссам для учета увлечений разных поколений.

3.6. Вариативный компонент (2 ч.)

Раздел 4. Благополучие и здоровье семьи (5 ч.)[1]

4.1. Здоровый образ жизни: правильное питание, режим дня, гигиена сна (1 ч.)

Здоровье — одна из самых важных ценностей человека, которая помогает добиться успеха в учебе, спорте, творчестве, а иногда — завести друзей. Главное условие сохранения и поддержания здоровья человека — ведение здорового образа жизни, включающего соблюдение режима дня, полноценный сон, правильное питание, личную гигиену, физическую активность. От здоровья наших близких зависит наше самочувствие, благополучие всей семьи.

4.2. Полезные и вредные привычки моей семьи (1 ч.)

Полезные привычки поддерживают здоровье, улучшают качество жизни всей семьи. Вредные привычки ухудшают состояние здоровья, препятствуют достижению жизненных целей, отрицательно влияют на благополучие семьи.

---

1 Содержание раздела разработано при участии ведущих специалистов Министерства здравоохранения Российской Федерации, ФП ПФ ФГАОУ ВО «РНИМУ им. Н. И. Пирогова» Минздрава России, НИИ педиатрии и охраны здоровья детей НКЦ № 2 ФГБНУ «РНЦХ им. акад. Б. В. Петровского», ФГБНУ «ФНЦ ПМИ», ФГБНУ «ИРЗАР», ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» Минздрава России.

4.3. Цифровые устройства и отношения в семье (1 ч.)

Важно уметь балансировать свою активность в реальности и в виртуальном пространстве. Общение и семейные ценности остаются важнейшими аспектами счастливой семейной жизни даже в век высоких технологий.

4.4. Вариативный компонент (2 ч.)

Раздел 5. Поддержка семьи в российском обществе (3 ч.)[2]

5.1. Правовые аспекты семейной жизни: права и обязанности родителей и детей (1 ч.)

Права и обязанности членов семьи. Права и обязанности родителей в отношении родных детей и детей, взятых под опеку. Права и обязанности ребенка в семье.

5.2. Поддержка семьи (1 ч.)

Признание государством ценности семьи как основы общества, защита семьи и прав ее членов со стороны государства. Деятельность социальных служб (организаций) по поддержке семьи.

5.3. Вариативный компонент (1 ч.)

Итоговый проект по материалу курса (1 ч.)

2 Содержание раздела разработано при участии ведущих специалистов ФГБУ «Всероссийский научно-исследовательский институт труда» Минтруда России.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «МОЯ СЕМЬЯ» 8–9 классы

Раздел 1. Ценности и традиции семьи (7 ч.)

1.1. Семья в современном обществе (1 ч.)

С изменением современного общества особенности семьи меняются, а ее значимость для человека сохраняется. Семейные отношения являются для человека основой жизни, одной из главных ценностей.

1.2. Роль семьи в социализации человека (1 ч.)

Семья — первый социальный институт, с которым знакомится ребенок. Семья имеет огромную ценность для человека с точки зрения решения задачи социализации. В полной мере заменить ребенку семью усилиями других социальных институтов практически невозможно.

1.3. Семья — уникальное пространство для саморазвития и личностной самореализации (1 ч.)

Определение понятий «развитие», «самоактуализация». Семья — это благоприятное и безопасное пространство для развития и самореализации. В семье можно получать важный опыт, осваивать жизненно необходимые навыки, не опасаясь осуждения ошибок и получая необходимую поддержку.

1.4. Взаимное уважение как основа взаимоотношений в семье (1 ч.)

Взаимное уважение в семье — это основа крепких и гармоничных отношений. Взаимное уважение нужно воспитывать и поддерживать у детей с раннего возраста. Развитие уважения начинается с признания собственной ценности и ценности других людей.

1.5. Воспитательная роль современной семьи (1 ч.)

Для современной семьи характерна гуманистическая позиция — это отношение к ребенку как к личности, заслуживающей уважения и права на свободный выбор. Логичное продолжение воспитания растущего человека — это его самовоспитание и саморазвитие.

1.6. Вариативный компонент (2 ч.)

Раздел 2. Отношения в семье (10 ч.)

2.1. Мои близкие и дальние родственники (1 ч.)

Отношение к родственникам и отношения с ними отражают душевные качества человека, свойства его личности. Знание своих родственников, не только близких, но и двоюродных и дальних, расширяет представление о своей семье, дает человеку больше возможностей и положительных переживаний. Родственные связи являются опорой в жизни человека, обеспечивающей поддержку и защиту в различных ситуациях.

2.2. Родители (1 ч.)

Мотивы родительства. Опыт родительской любви, ее проявлений составляет фундамент всей жизни человека. Родители несут ответственность за воспитание и развитие своих детей, за их поведение и поступки. Выбор модели воспитания зависит от возраста, индивидуальных особенностей родителей, целей воспитания и конкретных условий их достижения, а также от структуры семьи и детского опыта, полученного самими воспитателями в своих родительских семьях.

2.3. Братья и сестры (1 ч.)

Наличие братьев и сестер является важным фактором личностного развития, поскольку оно учит детей навыкам социального взаимодействия, способствует формированию позитивной самооценки, эмоциональной поддержки и психологической суверенности, позволяя растущему человеку лучше адаптироваться к жизни и строить

близкие связи с другими людьми. Отношения между детьми в семье отражают особенности семейной ситуации, включая стили воспитания родителей, ценности, нормы и эмоциональный климат, которые создаются внутри семьи.

2.4. Бабушки и дедушки (1 ч.)

Связь пожилого и подрастающего поколений важна для сохранения семейных ценностей, передачи исторической памяти и жизненного опыта. Современные представители пожилого поколения отличаются социальной активностью, мобильностью и направленностью на саморазвитие.

2.5. Семейное общение (1 ч.)

Общение является неотъемлемой частью, основой и движущей силой человеческой жизни, влияя на все ее аспекты: от психического и личностного развития до формирования отношений, получения информации и решения повседневных задач. Первый опыт общения человек приобретает в своей семье. Полученный в семье опыт общения ребенок переносит на другие круги общения, на окружающий его мир. Эффективное семейное общение строится на взаимном уважении, умении слушать и слышать, на взаимной поддержке, а также на установлении общих правил и традиций.

2.6. Конфликты и способы их решения (1 ч.)

Конфликт является естественной и неотъемлемой частью любого человеческого взаимодействия и возникает из-за различий в потребностях, ценностях, целях и восприятии. Полностью избежать конфликтов невозможно, но важно научиться конструктивно их разрешать, чтобы они становились возможностью для личного роста, улучшения отношений и поиска оптимальных решений.

2.7. Конфликты в семье и способы их решения (1 ч.)

Семейный конфликт — это столкновение интересов, мнений и ценностей членов семьи, которое может привести к разногласиям, ссорам и напряженным отношениям. Снижению уровня конфликтно-

сти в семье способствует такой характер общения, который строится на взаимном уважении, взаимном внимании, взаимной поддержке, а также на умении соблюдать принятые семейные правила.

2.8. На чем держится семья (1 ч.)

Семья держится на таких ценностях, как любовь, уважение, доверие, взаимопонимание и поддержка. Эти нравственные основы дополняются и укрепляются семейными традициями. Готовность всех членов семьи брать на себя посильные обязанности, быть опорой друг для друга, отвечать за последствия своих действий и за сохранение благоприятной семейной атмосферы обеспечивает эмоциональное благополучие и благосостояние семьи.

2.9. Вариативный компонент (2 ч.)

Раздел 3. О семейном уюте и не только (8 ч.)

3.1. Мой дом (1 ч.)

Дом — многомерное понятие, синтезирующее физическое пространство, психологическую атмосферу и систему семейных ценностей. Его организация является отражением характера, потребностей и мировоззрения его обитателей. Семейные традиции и ритуалы выступают ключевым механизмом поддержания связи между поколениями и формирования семейной идентичности, даже в условиях дефицита времени и внешних вызовов.

3.2. Как создать благоприятную семейную атмосферу? (1 ч.)

Благоприятный психологический климат в семье — это результат осознанного вклада и эмоциональной зрелости каждого ее члена. Его основой является эффективная коммуникация, личная ответственность за свой эмоциональный вклад и способность к эмпатии. Конструктивное разрешение конфликтов через поиск компромисса, учитывающего интересы и потребности всех сторон, является ключевым навыком для построения и поддержания доверительных и уважительных отношений в семье.

3.3. Что помогает семье объединиться (1 ч.)

Семейное единство формируется через комплекс взаимосвязанных факторов: наличие общих целей и мечтаний, регулярная совместная деятельность, взаимная поддержка в трудных ситуациях и достижение эмоциональной близости на основе доверия и открытости. В крепкой семье каждый член семьи чувствует свою ценность и принадлежность к целому.

3.4. Ведение домашнего хозяйства (1 ч.)

Ведение домашнего хозяйства представляет собой комплексную систему управления бытовыми процессами, семейным бюджетом и человеческими ресурсами, направленную на достижение общего благополучия. Эффективная организация этой системы базируется на принципах равноправного распределения обязанностей, рационального планирования (включая финансовое), стратегической оптимизации ресурсов (время, деньги, усилия) и осознанной личной ответственности каждого члена семьи. Грамотное ведение хозяйства снижает уровень стресса, предотвращает конфликты и создает фундамент для гармоничной и комфортной семейной жизни.

3.5. Как мы в семье проводим время? (1 ч.)

Совместный досуг является стратегическим ресурсом для укрепления эмоциональных связей, профилактики конфликтов и формирования общего семейного капитала воспоминаний и традиций. Его эффективность определяется переходом от пассивного потребления развлечений к активному соучастию и созиданию, основанному на принципах осознанности, учета интересов всех членов семьи и цифровой гигиены.

3.6. Вариативный компонент (2 ч.)

Раздел 4. Благополучие и здоровье семьи (7 ч.)[3]

4.1. Здоровый образ жизни: правильное питание, режим дня, гигиена сна (1 ч.)

Главным фактором сохранения здоровья, основополагающей ценности человека, является образ жизни; соответственно, состояние здоровья в значительной степени определяется самим человеком. От здоровья каждого члена семьи зависит ее гармония и благополучие.

4.2. Полезные и вредные привычки моей семьи (1 ч.)

Влияние полезных и вредных привычек на жизнь семьи. Здоровьесберегающие мероприятия и технологии, способствующие укреплению здоровья всей семьи. Формирование культуры самосознания и ответственности за собственное здоровье и здоровье всей семьи.

4.3. Цифровизация и ее влияние на семью (1 ч.)

Постоянное использование цифровых устройств может привести к нарушению гармонии в семье. Злоупотребление интернетом и зависимость от смартфонов влекут за собой утрату таких семейных ценностей, как доверие, общение, эмоциональная и духовная близость.

4.4. Благополучие семьи и цифровая безопасность (1 ч.)

Сохранение баланса между семьей и работой в современном мире. Благополучие в семье в условиях повсеместной цифровизации. Семейные правила использования цифровых устройств.

4.5. Психологическое здоровье семьи (1 ч.)

Психологическое здоровье, условия его сохранения: способность адаптироваться к изменяющимся условиям, противостоять

---

3 Содержание раздела разработано при участии ведущих специалистов Министерства здравоохранения Российской Федерации, ФП ПФ ФГАОУ ВО «РНИМУ им. Н. И. Пирогова» Минздрава России, НИИ педиатрии и охраны здоровья детей НКЦ № 2 ФГБНУ «РНЦХ им. акад. Б. В. Петровского», ФГБНУ «ФНЦ ПМИ», ФГБНУ «ИРЗАР», ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» Минздрава России.

стрессовым ситуациям, развитая рефлексия, позитивное мышление и саморазвитие. Сохранение семейных ценностей, гармоничные семейные отношения как фактор обеспечения психологической устойчивости семьи.

4.6. Вариативный компонент (2 ч.)

Раздел 5. Поддержка семьи в российском обществе (3 ч.)[4]

5.1. Меры поддержки семей со стороны государства (1 ч.)

Государство создает соответствующие законы, поощряет рождение детей, поддерживает семью материально. Меры социальной поддержки семей с детьми. Социальные гарантии для семей.

5.2. Социальное окружение семьи (1 ч.)

Социальное окружение семьи. Друзья, коллеги, социальные и психологические службы, общественные и религиозные организации — ресурс помощи и сопровождения семьи.

5.3. Вариативный компонент (1 ч.)

Итоговый проект по материалу курса (1 ч.)

4 Содержание раздела разработано при участии ведущих специалистов ФГБУ «Всероссийский научно-исследовательский институт труда» Минтруда России.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «МОЯ СЕМЬЯ»

Реализация программы курса внеурочной деятельности «Моя семья» направлена на обеспечение достижения обучающимися личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

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 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 осуществлять 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) **адаптация 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 к принятию 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 коррективы 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 мнениями, «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 (тексты, иллюстрации, аудио- и видеоматериалы);
- 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, 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 информа-

ции (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, 5–7 классы

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
Раздел 1. Ценности и традиции семьи				
1.1.	Какая она, современная семья?	1	Семья — базовая форма организации общества, существующая на протяжении многих веков. Ценность семьи является приоритетной для человека любой национальности вне зависимости от эпохи. Существуют разные типы семей. Каждый тип семьи имеет свою уникальность	Подбор ассоциативного ряда. Выполнение практических заданий: работа с иллюстративным материалом. Анализ фрагмента «Свода законов Российской империи». Составление кластера Заключительная беседа, работа с незаконченными предложениями
1.2.	Роль семьи в обществе	1	Семья и общество взаимно влияют друг на друга. Вместе они образуют целостную среду, способствующую личностному росту и развитию человека на протяжении всей его жизни. Семейные и общественные роли человека. Функции семьи в современном обществе	Аргументированный выбор одного из альтернативных тезисов. Активный диалог. Работа со справочной информацией. Практические задания. Заключительная беседа
1.3.	Семья — ценность для ребенка	1	Семья как среда формирования ценностных ориентаций ребенка, получения им опыта взаимодействия с другими людьми. Семья, обладая воспитательным потенциалом, создает возможности для развития ребенка, проявления его индивидуальности. У подрастающего поколения при усвоении жизненных ориентиров и установок формируется определенная модель поведения, основанная на ценностях семьи и общества, отношении к социальному окружению. Именно в семье закладывается основа ответственного отношения и поведения детей	Работа с цитатами. Чтение и обсуждение текста. Анализ ситуаций. Активный диалог. Творческое задание: завершение сказки. Заключительная беседа, незаконченные предложения

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
1.4.	Ценность семейной жизни для человека	1	Духовные ценности — это идеалы и убеждения, управляющие жизнью человека, служащие для него ориентиром и помогающие ему принимать правильные решения. Система семейных ценностей определяет поведение человека в различных ситуациях семейной жизни. Семейные ценности создают неповторимый образ семьи	Просмотр и обсуждение видеофрагмента. Творческое задание. Работа в группах: понятия «материальные ценности», «духовные ценности». Практическое задание. Проблемная беседа. Заключительная беседа
1.5.	Роль правил и традиций в семье	1	Семейные правила — это важное условие доброжелательной и психологически комфортной атмосферы в семье. Общие традиции — это своеобразная профилактика непонимания и противоречий между взрослыми и детьми, поддержка и укрепление межпоколенных связей	Творческое задание: инсценировка. Просмотр и обсуждение видеофрагмента. Составление ситуаций и их анализ. Активный диалог. Работа в группах. Заключительная беседа
1.6.	История моей семьи в истории моей страны	1	Каждая семья имеет свое прошлое, настоящее и будущее, каждый член семьи — представитель своего времени и в то же время наследник достижений и ценностей своего рода. История семьи и история страны неразрывно связаны между собой. Родословное древо семьи — отражение смены и связи поколений одного рода. Знакомясь с родословной семьи, лучше понимаешь себя, своих близких, ценности и традиции своей семьи	Работа с родословными известных личностей. Просмотр видеофрагмента о составлении родословного древа. Заполнение таблицы для составления родословного древа. Беседа о связи истории семьи и истории страны. Заключительная беседа, работа с незаконченными предложениями

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
1.7.	Детство, супружество, родительство, родство	1	Супружество как брак мужчины и женщины — основа семьи. Значимость наличия братьев и сестер для ребенка. Старшее поколение — хранитель семейных традиций, семейной истории, основа семейной общности. Укрепление семейных ценностей и традиций как условие поддержания единства, стабильности, гармонии и благополучия общества	Мини-исследование. Просмотр и обсуждение видеоролика. Работа в группах: вопросы по тексту. Беседа. Практическое задание. Заключительная беседа
1.8.	Вариативный компонент[5]	2		

5 Содержание определяется образовательной организацией с учетом региональной и местной социокультурной специфики, потребностей обучающихся и их семей, ресурсов социального партнерства.

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
Раздел 2. Отношения в семье				
2.1.	Мои близкие и дальние родственники	1	Понятие семьи неоднородно. Оно включает разные уровни кровного родства. Состав семьи определяется не только местом проживания, но и связями между родственниками, частотой общения и качеством отношений. Семейная традиция поддерживать отношения с близкими и дальними родственниками создает чувство безопасности и принадлежности, укрепляет эмоциональные связи и способствует передаче из поколения в поколение ценностей семьи и общества. Важность родственных отношений бесспорна и отражается в русском фольклоре, пословицах и поговорках, где семья и кровные узы подчеркиваются как ценнейшее богатство, как опора в жизни, обеспечивающая поддержку и защиту в различных ситуациях	Анализ фрагментов литературных произведений. Творческое задание «Словесный портрет родственника». Незаконченные предложения. Работа в группах по выработке мнений о важности родственных отношений. Практическое задание «Мой будущий образ». Обсуждение загадок, пословиц и поговорок. Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
2.2.	Родители	1	Родители играют ключевую роль в жизни человека. Они формируют личность ребенка, передают свои знания, навыки и ценности. Родительская функция заключается в воспитании детей, заботе об их физическом и психическом здоровье и нравственном развитии. Любовь родителей является опорой в жизни человека. Стили родительского воспитания могут быть разными	Работа с цитатой. Анализ художественных произведений. Незаконченные предложения. Анализ содержания пословиц. Просмотр и обсуждение видеоролика. Задание «Ладошки» для анализа мужского и женского стилей воспитания. Беседа о роли матери и роли отца в воспитании детей. Практическое задание по распределению ролей в семье. Заключительная беседа
2.3.	Братья и сестры	1	Наличие братьев и сестер является важным фактором личностного развития, поскольку оно учит детей навыкам социального взаимодействия, способствует формированию позитивной самооценки, эмоциональной поддержки, позволяя растущему человеку лучше адаптироваться к жизни и строить близкие связи с другими людьми. Отношения между детьми в семье отражают особенности семейной ситуации, включая стили воспитания родителей, ценности, нормы и эмоциональный климат семьи	Обсуждение художественных произведений. Работа с цитатами. Работа с текстом «Структура семьи». Задание «Моменты близости». Игра «Бюро добрых советов». Упражнение «Свод семейных правил». Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
2.4.	Бабушки и дедушки	1	Важность старшего поколения в обществе, их ценного опыта и мудрости, необходимость внимания к их проблемам и сохранения семейных традиций. Связь старшего и младшего поколений важна для сохранения семейных ценностей, передачи исторической памяти и жизненного опыта. Пожилым людям такое общение помогает сохранить чувство молодости и включенность в общество; для подрастающего поколения — способствует развитию эмпатии, уважения к старшим, интереса к их жизненному опыту	Беседа о роли бабушек и дедушек в семье. Работа с цитатой. Викторина «Бабули и дедули в детской литературе». Обсуждение особенностей современных людей пожилого возраста с использованием иллюстраций. Незаконченные предложения. Упражнение «Точки соприкосновения». Творческое задание: сочинение поздравлений ко Дню бабушек и дедушек. Заключительная беседа
2.5.	Семейное общение	1	Общение в семье имеет ряд отличительных характеристик: долгосрочность, эмоциональная насыщенность, доверительность, всеобъемлющий характер, охватывающий разные сферы жизни человека. Конструктивное и эффективное семейное общение строится на взаимном уважении, умении слушать и слышать, на взаимной поддержке, а также на установлении общих правил и традиций. Благополучные семейные отношения — результат работы каждого члена семьи. Общение в семье формирует семейные ценности и поддерживает традиции	Беседа. Задания «Умение слушать и слышать», «Синхронный разговор». Ролевая игра на развитие умения встать на позицию другого. Упражнение «Список дел». Задание с использованием пословиц. Чтение и обсуждение притчи. Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
2.6–2.7.	Конфликты и способы их решения	1	Конфликт является естественной и неотъемлемой частью любого человеческого взаимодействия. Семейный конфликт — это столкновение интересов, мнений и ценностей членов семьи, которое может привести к разногласиям, ссорам и напряженным отношениям. Снижению уровня конфликтности способствует общение, которое строится на взаимном уважении, умении слушать и слышать, на взаимной поддержке, а также на умении соблюдать принятые правила	Обсуждение темы занятия с использованием упражнения «Эксперимент». Активный диалог. Просмотр и обсуждение видеофрагментов. Работа с текстом. Практическое задание: составление перечня причин конфликтов между детьми и родителями. Тест «Оценка собственного поведения в конфликтной ситуации». Упражнения на отработку способов разрешения конфликтов. Игра «Ролевые сценарии». Задание «Мой портрет в конфликтной ситуации». Заключительная беседа, работа с цитатой
2.8.	На чем держится семья	1	Семья держится на таких ценностях, как любовь, уважение, доверие, взаимопонимание и поддержка. Эти нравственные основы дополняются и укрепляются семейными традициями. Готовность всех членов семьи брать на себя посильные обязанности, быть опорой друг для друга, отвечать за последствия своих действий и за сохранение благоприятной семейной атмосферы обеспечивает эмоциональное благополучие и благосостояние семьи	Обсуждение пословиц, фрагментов художественных произведений. Работа с цитатами. Работа в группах по выработке и защите мнений о роли семейных традиций. Решение кейсов по вопросам внутрисемейных отношений. Ролевые игры. Заключительная беседа
2.9.	Вариативный компонент	2		

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
Раздел 3. О семейном уюте и не только				
3.1.	Мой дом	1	Дом — это не просто место проживания, а пространство, наполненное любовью, заботой и традициями. Семейный уют создается совместными усилиями всех членов семьи. Настоящий уют рождается из добрых отношений, взаимного уважения и внимания друг к другу. Его основа — эмоциональная близость, общие ценности и ежедневные усилия всех членов семьи	Активный диалог. Упражнение «Ассоциации». Дискуссия на тему «Почему дом называют крепостью?». Анализ и обсуждение иллюстраций. Работа с текстом. Групповая работа: создание «Рецепта семейного уюта». Творческое задание «Идеальный уютный уголок». Заключительная беседа
3.2.	Как создать благоприятную семейную атмосферу?	1	Благоприятная атмосфера в семье — это психологический климат, основанный на доверии, взаимном уважении, поддержке и доброжелательном общении. Она является ключевым условием для личностного благополучия и развития всех членов семьи	Активный диалог на основе метафоры «погода в семье». Работа с текстом. Анализ проблемных ситуаций «Рецепт счастливой семьи». Творческое задание: разработка и визуализация нового семейного ритуала. Упражнение «Комплимент для семьи». Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
3.3.	Что помогает семье объединиться	1	Семья как единое целое укрепляется через совместную деятельность, общие цели и семейные традиции. Умение договариваться, распределять обязанности и оказывать поддержку в трудных ситуациях является основой крепких семейных отношений. Совместные проекты и преодоление трудностей не только решают практические задачи, но и создают эмоциональную близость, доверие и чувство защищенности у всех членов семьи	Практическое задание: сборка тематических пазлов. Работа с текстом «Связующие нити семьи». Анализ ситуаций и поиск решений «Семейный совет». Творческое задание. Заключительная беседа
3.4.	Ведение домашнего хозяйства	1	Ведение домашнего хозяйства — это общая ответственность всех членов семьи, основанная на принципах справедливости, взаимопомощи и уважения к труду. Грамотная организация бытовых задач, их планирование и распределение согласно силам и возможностям каждого создают атмосферу порядка, комфорта и предсказуемости, что снижает уровень стресса и укрепляет семейные отношения. Умение разбивать сложную задачу на последовательные этапы является универсальным навыком для успешной деятельности в любой сфере	Практическое задание: сортировка карточек с домашними делами по периодичности выполнения и последующая дискуссия. Деловая игра «Семейный совет» с распределением ролей и поиском компромиссного решения. Работа в группах: анализ и восстановление последовательности этапов приготовления блюд, поиск лишнего действия. Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
3.5.	Как мы в семье проводим время?	1	Совместный досуг является мощным инструментом укрепления эмоциональных связей и создания благоприятного психологического климата в семье. Качественное времяпрепровождение основано на принципах полного присутствия, равенства, уважения интересов всех членов семьи и получения радости от самого процесса. Эффективная организация семейного отдыха требует осознанного планирования, сочетания проверенных временем традиций и новых идей, а также готовности к компромиссам для учета увлечений разных поколений	Игра «Волшебный карандаш»: поочередное озвучивание воспоминаний и идей. Работа с текстом. Практическая работа: составление «досугового портрета» семьи, анализ практик, разработка новой идеи. Заключительная беседа
3.6	Вариативный компонент	2		
Раздел 4. Благополучие и здоровье семьи				
4.1.	Здоровый образ жизни: правильное питание, режим дня, гигиена сна	1	Здоровье — одна из самых важных ценностей человека, которая помогает добиться успеха в учебе, спорте, творчестве, а иногда — завести друзей. Главное условие сохранения и поддержания здоровья человека — ведение здорового образа жизни, включающего соблюдение режима дня, полноценный сон, правильное питание, личную гигиену, физическую активность. От здоровья наших близких зависит наше самочувствие, благополучие всей семьи	Чтение и обсуждение цитат. Беседа о здоровом образе жизни. Составление схемы «Здоровый образ жизни» на основе анализа пословиц. Работа с фрагментом стихотворения. Заполнение чек-листа «Личная гигиена». Работа с таблицей «Режим дня школьника». Работа с карточками «Здоровый образ жизни», беседа. Игра «Верно-неверно». Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
4.2.	Полезные и вредные привычки моей семьи	1	Полезные привычки поддерживают здоровье, улучшают качество жизни всей семьи. Вредные привычки ухудшают состояние здоровья, препятствуют достижению жизненных целей, отрицательно влияют на благополучие семьи	Обмен мнениями по теме «Здоровье в моей семье». Работа с понятиями «полезные привычки», «вредные привычки». Практические задания. Просмотр и обсуждение видеофрагмента. Заключительная беседа
4.3.	Цифровые устройства и отношения в семье	1	Важно уметь балансировать свою активность в реальности и в виртуальном пространстве. Общение и семейные ценности остаются важнейшими аспектами счастливой семейной жизни даже в век высоких технологий	Викторина. Просмотр и обсуждение м/ф «Маша и Медведь». Работа в группах: анализ и решение проблемных ситуаций. Творческое задание: подбор семейных традиций без гаджета, с объединяющей ролью гаджета. Заключительная беседа, анализ жизненных ситуаций
4.4.	Вариативный компонент	2		

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
Раздел 5. Поддержка семьи в российском обществе				
5.1.	Правовые аспекты семейной жизни: права и обязанности родителей и детей	1	Права и обязанности членов семьи. Права и обязанности родителей в отношении родных детей и детей, взятых под опеку. Права и обязанности ребенка в семье	Работа со справочной информацией. Работа с правовыми нормативными документами. Выполнение практических заданий. Заключительная беседа
5.2.	Поддержка семьи	1	Признание государством ценности семьи как основы общества, защита семьи и прав ее членов со стороны государства. Деятельность социальных служб (организаций) по поддержке семьи	Работа со справочной информацией. Заполнение чек-листа. Заключительная беседа
5.3.	Вариативный компонент	1		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, 8–9 классы

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
Раздел 1. Ценности и традиции семьи				
1.1.	Семья в современном обществе	1	С изменением современного общества особенности семьи меняются, а ее значимость для человека сохраняется. Семейные отношения являются для человека основой жизни, одной из главных ценностей	Работа с иллюстрациями. Решение кейсов. Беседа об изменении функций семьи. Обсуждение статистических данных. Практическое задание: работа с текстом. Работа с цитатой. Мини-исследование
1.2.	Роль семьи в социализации человека	1	Семья — первый социальный институт, с которым знакомится ребенок. Семья имеет огромную ценность для человека с точки зрения решения задачи социализации. В полной мере заменить ребенку семью усилиями других социальных институтов практически невозможно	Просмотр и обсуждение видеофрагментов. Работа с понятием «социализация». Практическое задание: работа со схемой. Работа в группах: подбор аргументов. Работа с текстом «Основные механизмы социализации в семье». Заключительная беседа, работа с цитатой
1.3.	Семья — уникальное пространство для саморазвития и личностной самореализации	1	Определение понятий «развитие», «самоактуализация». Семья — это благоприятное и безопасное пространство для развития и самореализации. В семье можно получать важный опыт, осваивать жизненно необходимые навыки, не опасаясь осуждения ошибок и получая необходимую поддержку	Беседа. Работа с понятиями «развитие», «самореализация». Работа с памяткой по саморазвитию подростка. Творческое задание: составление фрагмента плана саморазвития. Чтение и обсуждение притчи. Проблемные вопросы. Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
1.4.	Взаимное уважение как основа взаимоотношений в семье	1	Взаимное уважение в семье — это основа крепких и гармоничных отношений. Взаимное уважение нужно воспитывать и поддерживать у детей с раннего возраста. Развитие уважения начинается с признания собственной ценности и ценности других людей	Работа с понятием «уважение». Разбор кейсов. Незаконченные предложения. Обсуждение пословиц. Проблемные вопросы. Творческое задание: составление правил семейной жизни. Заключительная беседа
1.5.	Воспитательная роль современной семьи	1	Для современной семьи характерна гуманистическая позиция — это отношение к ребенку как к личности, заслуживающей уважения и права на свободный выбор. Логичное продолжение воспитания растущего человека — это его самовоспитание и саморазвитие	Активный диалог. Незаконченные предложения. Анализ пословиц. Чтение и анализ текста. Практическое задание «Стили воспитания». Просмотр видеоматериала. Заключительная беседа
1.6.	Вариативный компонент[6]	2		

6 Содержание определяется образовательной организацией с учетом региональной и местной социокультурной специфики, потребностей обучающихся и их семей, ресурсов социального партнерства.

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
Раздел 2. Отношения в семье				
2.1.	Мои близкие и дальние родственники	1	Отношение к родственникам и отношения с ними отражают душевные качества человека, свойства его личности. Знание своих родственников, не только близких, но и двоюродных и дальних, расширяет представление о своей семье, дает человеку больше возможностей и положительных переживаний. Родственные связи являются опорой в жизни человека, обеспечивающей поддержку и защиту в различных ситуациях	Работа с фрагментом художественного произведения. Практическое задание: заполнение таблицы о родственниках с материнской и отцовской стороны. Работа с текстом о многообразии родственных отношений и важности семейных связей. Работа с понятиями, обозначающими разные виды родства. Незаконченные предложения. Решение филворда. Заключительная беседа
2.2.	Родители	1	Мотивы родительства. Опыт родительской любви, ее проявлений составляет фундамент всей жизни человека. Родители несут ответственность за воспитание и развитие своих детей, за их поведение и поступки. Выбор модели воспитания зависит от возраста, индивидуальных особенностей родителей, целей воспитания и конкретных условий их достижения, а также от структуры семьи и детского опыта, полученного самими воспитателями в своих родительских семьях	Обсуждение вопроса «Что значит быть родителем?». Практические задания: мотивы рождения детей, условия, необходимые для рождения и воспитания детей. Решение кейсов. Незаконченные предложения. Мини-лекция о роли родительской любви в жизни человека. Задание «За и против наказаний». Упражнение «Юридическая консультация». Работа с крылатыми фразами, пословицами. Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
2.3.	Братья и сестры	1	Наличие братьев и сестер является важным фактором личностного развития, поскольку оно учит детей навыкам социального взаимодействия, способствует формированию позитивной самооценки, эмоциональной поддержки и психологической суверенности, позволяя растущему человеку лучше адаптироваться к жизни и строить близкие связи с другими людьми. Отношения между детьми в семье отражают особенности семейной ситуации, включая стили воспитания родителей, ценности, нормы и эмоциональный климат, которые создаются внутри семьи	Анализ и обсуждение фрагментов художественных произведений. Работа в группах. Работа с текстом о структуре семьи. Упражнение «Карта отношений». Обсуждение образа отношений братьев и сестер в произведениях культуры. Упражнение «Сила единства». Заключительная беседа
2.4.	Бабушки и дедушки	1	Связь пожилого и подрастающего поколений важна для сохранения семейных ценностей, передачи исторической памяти и жизненного опыта. Современные представители пожилого поколения отличаются социальной активностью, мобильностью и направленностью на саморазвитие	Работа с понятием «поколение». Обсуждение крылатых выражений и цитат. Викторина. Работа с иллюстрациями. Незаконченные предложения. Творческое задание: письмо благодарности. Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
2.5.	Семейное общение	1	Общение является неотъемлемой частью, основой и движущей силой человеческой жизни, влияя на все ее аспекты: от психического и личностного развития до формирования отношений, получения информации и решения повседневных задач. Первый опыт общения человек приобретает в своей семье. Полученный в семье опыт общения ребенок переносит на другие круги общения, на окружающий его мир. Эффективное семейное общение строится на взаимном уважении, умении слушать и слышать, на взаимной поддержке, а также на установлении общих правил и традиций	Работа с текстом. Активный диалог по обсуждению особенностей семейного общения. Практическое задание: составление списка факторов, влияющих на общение в семье. Упражнения на проверку и развитие навыков конструктивного общения, умения находить точки соприкосновения со своими близкими. Составление памятки. Заключительная беседа
2.6.	Конфликты и способы их решения	1	Конфликт является естественной и неотъемлемой частью любого человеческого взаимодействия, возникающей из-за различий в потребностях, ценностях, целях и восприятии. Полностью избежать конфликтов невозможно, но важно научиться конструктивно их разрешать, чтобы они становились возможностью для личного роста, улучшения отношений и поиска оптимальных решений	Просмотр и обсуждение видеоматериалов. Практическое задание: описание портретов конфликтного и неконфликтного человека. Работа с текстом. Упражнения по выработке конструктивных способов поведения в конфликте. Работа с памяткой «Как можно выйти из конфликтной ситуации». Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
2.7.	Конфликты в семье и способы их решения	1	Семейный конфликт — это столкновение интересов, мнений и ценностей членов семьи, которое может привести к разногласиям, ссорам и напряженным отношениям. Снижению уровня конфликтности в семье способствует такой характер общения, который строится на взаимном уважении, взаимном внимании, взаимной поддержке, а также на умении соблюдать принятые семейные правила	Работа со справочной информацией. Упражнения по выработке конструктивных способов поведения в конфликте. Решение кейсов. Заключительная беседа
2.8.	На чем держится семья	1	Семья держится на таких ценностях, как любовь, уважение, доверие, взаимопонимание и поддержка. Эти нравственные основы дополняются и укрепляются семейными традициями. Готовность всех членов семьи брать на себя посильные обязанности, быть опорой друг для друга, отвечать за последствия своих действий и за сохранение благоприятной семейной атмосферы обеспечивает эмоциональное благополучие и благосостояние семьи	Упражнения «Дом», «Дерево семейных традиций», «Оживи кляксу», «Ассоциации» и др. Творческое задание: письмо члену семьи. Игра «Автомобили». Заключительная беседа
2.9.	Вариативный компонент	2		

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
Раздел 3. О семейном уюте и не только				
3.1.	Мой дом	1	Дом — многомерное понятие, синтезирующее физическое пространство, психологическую атмосферу и систему семейных ценностей. Его организация является отражением характера, потребностей и мировоззрения его обитателей. Семейные традиции и ритуалы выступают ключевым механизмом поддержания связи между поколениями и формирования семейной идентичности, даже в условиях дефицита времени и внешних вызовов	Аналитическая работа с литературными текстами: сопоставление образов дома. Анализ визуальных материалов. Работа в группах: разработка «семейного устава» и системы традиций для семьи. Работа с кейсами. Проектная деятельность в группах. Заключительная беседа
3.2.	Как создать благоприятную семейную атмосферу?	1	Благоприятный психологический климат в семье — это результат осознанного вклада и эмоциональной зрелости каждого ее члена. Его основой являются эффективная коммуникация, личная ответственность за свой эмоциональный вклад и способность к эмпатии. Конструктивное разрешение конфликтов через поиск компромисса, учитывающего интересы и потребности всех сторон, является ключевым навыком для построения и поддержания доверительных и уважительных отношений в семье	Дискуссия на основе метафоры «климат и погода» в семейных отношениях. Работа с кейсами. Мозговой штурм: генерация идей по улучшению семейной атмосферы. Деловая игра «Семейный совет». Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
3.3.	Что помогает семье объединиться	1	Семейное единство формируется через комплекс взаимосвязанных факторов: наличие общих целей и мечтаний, регулярная совместная деятельность, взаимная поддержка в трудных ситуациях и достижение эмоциональной близости на основе доверия и открытости. В крепкой семье каждый член семьи чувствует свою ценность и принадлежность к целому	Аналитическая работа: обсуждение карточек-ситуаций и выявление объединяющих факторов. Творческое задание «Семейные съемки». Исследовательская работа: анализ и презентация одного из аспектов семейного единства. Заключительная беседа
3.4.	Ведение домашнего хозяйства	1	Ведение домашнего хозяйства представляет собой комплексную систему управления бытовыми процессами, семейным бюджетом и человеческими ресурсами, направленную на достижение общего благополучия. Эффективная организация этой системы базируется на принципах равноправного распределения обязанностей, рационального планирования (включая финансовое), стратегической оптимизации ресурсов (время, деньги, усилия) и осознанной личной ответственности каждого члена семьи. Грамотное ведение хозяйства снижает уровень стресса, предотвращает конфликты и создает фундамент для гармоничной и комфортной семейной жизни	Анализ понятия «домашнее хозяйство». Практическое задание: классификация домашних дел по периодичности выполнения. Деловая игра «Семейный бюджет». Групповая работа «Оптимизация»: разработка алгоритма одновременного выполнения разнохарактерных бытовых задач с учетом критериев времени, ресурсов и качества. Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
3.5.	Как мы в семье проводим время?	1	Совместный досуг является стратегическим ресурсом для укрепления эмоциональных связей, профилактики конфликтов и формирования общего семейного капитала воспоминаний и традиций. Его эффективность определяется переходом от пассивного потребления развлечений к активному соучастию и созиданию, основанному на принципах осознанности, учета интересов всех членов семьи и цифровой гигиены	Ассоциативная работа с метафорой. Дискуссия о «поглотителях» семейного времени. Практическая работа: разработка проекта протокола и правил проведения «Семейного совета» по планированию досуга. Заполнение анкеты организатора семейного досуга. Заключительная беседа
3.6.	Вариативный компонент	2		
Раздел 4. Благополучие и здоровье семьи				
4.1.	Здоровый образ жизни: правильное питание, режим дня, гигиена сна	1	Главным фактором сохранения здоровья, основополагающей ценности человека, является образ жизни; соответственно, состояние здоровья в значительной степени определяется самим человеком. От здоровья каждого члена семьи зависит ее гармония и благополучие	Просмотр и обсуждение иллюстраций. Работа с диаграммой «От чего зависит здоровье человека?». Чек-лист «Веду ли я здоровый образ жизни?». Обсуждение результатов мониторинга ценностных ориентаций молодежи. Работа в группах: соблюдение здорового образа жизни. Заключительная беседа, обсуждение цитаты

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
4.2.	Полезные и вредные привычки моей семьи	1	Влияние полезных и вредных привычек на жизнь семьи. Здоровьесберегающие мероприятия и технологии, способствующие укреплению здоровья всей семьи. Формирование культуры самосознания и ответственности за собственное здоровье и здоровье всей семьи	Беседа о влиянии здоровых и вредных привычек на жизнь семьи. Обсуждение результатов мониторинга ценностных ориентаций молодежи. Обсуждение возможностей участия членов семьи в оздоровительных мероприятиях на территории России. Работа с иллюстративным материалом. Заключительная беседа
4.3.	Цифровизация и ее влияние на семью	1	Постоянное использование цифровых устройств может привести к нарушению гармонии в семье. Злоупотребление интернетом и зависимость от смартфонов влекут за собой утрату таких семейных ценностей, как доверие, общение, эмоциональная и духовная близость	Работа с цитатой. Работа с иллюстративным материалом. Работа в группах: определение последствий влияния цифровизации на семейные ценности. Заполнение чек-листа. Заключительная беседа
4.4.	Благополучие семьи и цифровая безопасность	1	Сохранение баланса между семьей и работой в современном мире. Благополучие в семье в условиях повсеместной цифровизации. Семейные правила использования цифровых устройств	Работа с цитатой. Работа в группе: составление перечня положительного и отрицательного влияния цифровых устройств на благополучие семьи. Работа в группах: составление семейных правил использования цифровых устройств. Беседа о цифровой безопасности, составление памятки. Заключительная беседа

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Программное содержание	Форма работы / характеристика деятельности обучающихся
4.5.	Психологическое здоровье семьи	1	Психологическое здоровье, условия его сохранения: способность адаптироваться к изменяющимся условиям, противостоять стрессовым ситуациям, развитая рефлексия, позитивное мышление и саморазвитие. Сохранение семейных ценностей, гармоничные семейные отношения как фактор обеспечения психологической устойчивости семьи	Работа с определением понятий «стресс», «психологическое здоровье». Работа со справочной информацией. Выполнение практических заданий. Составление памятки. Заключительная беседа
4.6.	Вариативный компонент	2		
Раздел 5. Поддержка семьи в российском обществе				
5.1.	Меры поддержки семей со стороны государства	1	Государство создает соответствующие законы, поощряет рождение детей, поддерживает семью материально. Меры социальной поддержки семей с детьми. Социальные гарантии для семей	Работа с электронными ресурсами. Практическая работа: анализ нормативно-правовых документов. Работа с текстом. Заключительная беседа
5.2.	Социальное окружение семьи	1	Социальное окружение семьи. Друзья, коллеги, социальные и психологические службы, общественные и религиозные организации — ресурс помощи и сопровождения семьи	Беседа. Практическое задание: заполнение таблицы. Работа с информационными материалами. Заключительная беседа
5.3.	Вариативный компонент	1		