



**Кировское областное государственное  
общеобразовательное автономное учреждение  
«Кировский кадетский корпус имени  
Героя Советского Союза А.Я.Опарина»**

**СОГЛАСОВАНО**

На педагогическом совещании

№ \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Председатель педагогического со-  
вещания \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**УТВЕРЖДЕНО**

КОГОАУ

кадетский корпус

имени Героя  
Советского Союза А. Я. Опарина»

«Кировский

кадетский корпус

имени Героя

\_\_\_\_\_ А.Л.Семейшев

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
по внеурочной деятельности  
«Этика и Психология семейной жизни»  
(общеинтеллектуальное направления)  
в 10-х взводах на 2025 – 2026 уч.год**

Составитель программы:  
Петухова О.В.  
Педагог-психолог  
Высшая категория

ст. Просница 2025г.

## **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по внеурочной деятельности «Этика и Психология семейной жизни» в 10-х взводах разработана как вариант реализации духовно-нравственного направления внеурочной деятельности в соответствии с возрастными психологическими особенностями старших подростков, а также в соответствии с идеями кадетского воспитания, которое предполагает уважение к традиционным семейным ценностям.

**Количество часов в неделю** – 1 ч. (компонент образовательной организации учебного плана внеурочной деятельности).

**Количество часов в год** – 17 ч., в соответствии с Учебным планом КО-ГОАУ «Кировского кадетского корпуса имени Героя Советского Союза А.Я.Опарина» на 2025 - 2026 уч.год и годовым календарным графиком (как интегрированное продолжение внеурочного курса «Этика и Психология семейной жизни» (17ч.)).

Уровень изучения учебного материала – **базовый**.

**Рабочая программа составлена на основе:**

1. Требований Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации",
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и среднего общего образования,
3. Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России,
4. Приказа Министерства Просвещения РФ от 27 июля 2022г. № 629,
5. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г от 31 марта 2022г. № 678-р,
6. Распоряжения Министерства образования Кировской области от 21.12.2022г. № 1500,
7. Распоряжение Правительства Кировской области от 28.04.2021 № 76 до 2035г..

Программа «Этика и Психология семейной жизни» предназначена для кадетов 10-х взводов в рамках реализации Федерального государственного образовательного стандарта нового поколения.

**Основная идея** программы — повышение ценности семьи, предварительное планирование семейных отношений, проработка алгоритмов решения психологических проблем в семье.

### **Актуальность**

Программа разработана для оказания психолого-педагогической поддержки молодым людям в ситуации семейного самоопределения, расширения жизненной перспективы личности обучающихся, оказания помощи в построении жизненных планов и образа будущей семьи.

Программа основана на экспериментальном варианте типовой программы «Этика и психология семейной жизни», написанной доктором психологических наук Т. А. Флоренской в 1982г.

Программа расширяет кругозор кадет, акцентирует внимание на важнейших социально-психологических явлениях при формировании личности, актуализирует вопросы адаптированности, жизненного самоопределения и саморазвития. Предлагаемая программа построена с учетом информационной нагрузки кадет и возрастных особенностей.

Курс состоит из мини-лекций, практических занятий с элементами тренинга.

**Цели программы:** активизация жизненного самоопределения, развитие временной перспективы кадет, формирование личностно значимой позиции по отношению к семье и браку.

**Задачи:**

**РАЗВИВАЮЩИЕ:**

1. формировать у подростков потребность в приобретении новых знаний, умений и навыков по проблеме полуролевого взаимодействия;
2. способствовать обращению кадет к осознанию собственного жизненного опыта и к практическому использованию полученных психологических знаний в построении своей семьи;
3. способствовать развитию качеств и умений, необходимых для семейной жизни и связанных с повышением социально-психологической компетентности учащихся.

**ВОСПИТЫВАЮЩАЯ:**

1. формировать уважительное отношение к семье, ее духовным ценностям;

**ОБУЧАЮЩАЯ:**

1. расширить представления кадет о роли семьи в формировании и развитии личности;

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей по разделам: этика семейной жизни; психологическая помощь; физическая культура и спорт (здоровый образ жизни).

**Основные формы образовательной работы с кадетами:**

- Лекция-беседа;
- Просмотр видеофильмов;

- Дискуссия;
- Тренинг развития межличностных отношений;
- Круг сообщества (медиативная форма);
- Игра;
- Психологическая диагностика.

## **Предполагаемые результаты реализации программы:**

### ***Предметные результаты:***

- формирование представления о роли семьи в жизни человека, в его духовно-нравственном развитии;
- формирование представления о семейных ролях;
- формирование представления о семейных правилах;
- формирование представления о семейных мифах;
- формирование представления о причинах развода и его последствиях;
- формирование представления о семейных конфликтах;
- формирование представления о нарушениях семейных отношений;
- формирование основ психологической культуры;
- формирование устойчивого интереса к психологии общения;
- умение распознавать эмоциональное состояние людей;
- анализ проявления психологических защит в поведении человека;
- формирование представления о преодолении барьеров в общении;
- формирование представления о конструктивном реагировании на негативные эмоции партнеров;
- формирование представления о способах строить отношения в семье;
- формирование представления о психологическом здоровье человека, факторах риска и культуре здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

### ***Метапредметные результаты:***

#### ***регулятивные УУД:***

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и

способы действий;

- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

#### ***познавательные УУД***

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и

следствия явлений;

- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;

### **Коммуникативные УУД**

8. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль

(владение механизмом эквивалентных замен);

- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

9. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

### ***Личностные результаты:***

- сформированность основ личностного саморазвития и самовоспитания в обществе на основе общечеловеческих нравственных ценностей и

идеалов российского гражданского общества с учётом вызовов, стоящих перед Россией и всем человечеством; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности (образовательной, учебно-исследовательской, коммуникативной и др.);

- сформированность навыков социализации и продуктивного сотрудничества со сверстниками, старшими и младшими в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, учебно-инновационной и других видах деятельности;
- сформированность нравственного сознания, чувств и поведения на основе сознательного усвоения общечеловеческих нравственных ценностей (любовь к человеку, доброта, милосердие, равноправие, справедливость, ответственность, свобода выбора, честь, достоинство, совесть, честность, долг), компетентность в решении моральных дилемм и осуществлении нравственного выбора; приобретение опыта нравственно ориентированной общественной деятельности;
- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни: потребность в занятиях физкультурой и спортивно-оздоровительной деятельностью, отрицательное отношение к употреблению алкоголя, наркотиков, курению; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью как собственному, так и других людей;
- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни – любви, равноправия, заботы, ответственности – и их реализации в отношении членов своей семьи.

### **Содержание:**

Ценности любви, дружбы, общения. Гендерные роли.

Сущность брака и семьи. Исторический взгляд на семью и брак. Рефлексия собственного отношения к семье. Ценности толерантной личности.

Особенности современной семьи, ее структура, динамика. Род. Родовое древо. Нуклеарная семья. Многопоколенная семья.

Семейные роли. Основные стадии развития семьи. Жизненный цикл семьи.

Основные ценности семьи, их уникальность и значимость.

Молодая семья, начало супружества. Адаптация. Ожидания супругов. Психологическая совместимость. Рождение ребенка. Установки в семейной паре. Домашние обязанности.

Семейные отношения: культура отношений в семье, психологический климат. Уникальные семейные правила.

Семейные мифы. Различия мужской и женской психики, представления о сексе и любви в семье между супругами.

Развод и его последствия. Основные причины развода супругов и его последствия для взрослых и детей. Разрешение семейных конфликтов.

Профилактика супружеских конфликтов. Факторы и стрессоры, осложнения отношений: нарушение представлений о семье и ее членах, нарушение межличностной коммуникации, нарушение механизмов интеграции, структурно-ролевого аспекта жизнедеятельности семьи.

Правовое регулирование семейных отношений. Принцип равенства супругов. Психологическая подготовка к правовому разрешению конфликтов. Восстановительная медиация.

Профилактика нарушений семейных отношений. Влияние неблагополучия семьи на развитие детей. Причины неблагополучия семей. Значимость семейной жизни.

Обобщение содержания программы. Подведение итогов.

### Тематическое планирование

№	Тема раздела	Количество часов	Содержание воспитательно-го потенциала занятий
	<b>10 класс</b>	<b>17</b>	
1.	Введение в программу	2	вовлечение кадет в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения
2.	Сущность брака и семьи	5	создание традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения
3.	Культура отношений в семье	5	развитие коммуникативных компетенций кадет, воспитание культуры общения, развитие умений слушать и слышать других, уважать чужое мнение и отстаивать свое собственное, терпимо относиться к разнообразию взглядов людей
4.	Супружеские конфликты	4	передача кадетам социально-значимых знаний, позволяющих привлечь внимание к экономическим, политическим, экологическим, гуманитарным проблемам нашего

			общества
5.	Обобщение содержания программы	1	развитие ценностного отношения к семье

## Календарно-тематический план

№	Содержание	Практика	Дата проведения	
			По плану	По факту
1.	Введение в курс. Вводная диагностика.	диагностика		
2.	Ценности любви, дружбы, общения.	Тренинг		
3.	Сущность брака и семьи. Исторический взгляд на семью и брак.	Рефлексия		
4.	Особенности современной семьи, ее структура, динамика.	Тренинг		
5.	Семейные роли. Основные стадии развития семьи.	Тренинг		
6.	Семейные роли. Основные стадии развития семьи.	Тренинг		
7.	Основные ценности семьи	Тренинг		
8.	Молодая семья, начало супружества.	Тренинг		
9.	Молодая семья, начало супружества.	Тренинг		
10.	Семейные отношения: культура отношений в семье, психологический климат.	Тренинг		
11.	Семейные мифы. Различия мужской и женской психики	Тренинг		
12.	Семейные мифы.	Тренинг		
13.	Развод и его последствия.	Тренинг		
14.	Профилактика супружеских конфликтов.	Круг сообщества		
15.	Психологическая подготовка к правовому разрешению конфликтов. Восстановительная медиация.	Круг сообщества		
16.	Профилактика нарушений семейных отношений.	Тренинг		
17.	Обобщение содержания курса. Подведение итогов.	диагностика		
	Всего: 17 часов			

Каждое занятие включает разные виды деятельности:

- Психологическое просвещение 10-15 минут,
- Диагностика 15-20 минут,
- Практические (тренинговые) формы работы 15-20 минут.

### Методы обучения:

Проблемная беседа, дискуссия, круг сообщества; игра; драматизация.

### **Материально - техническое обеспечение предусматривает:**

- Наличие кабинета для групповых занятий; интерактивной доски; компьютера; проектора (возможность просмотра фильмов, видеороликов, презентаций);
- Авторские презентации по темам курса;
- Использование интернет-ресурсов

Глоссарий психолого-педагогических терминов

<http://bspu.secna.ru/glossaries/psihological/tituln.html>

Психпортал <http://psy.piter.com>

Психология <http://www.psychology.ru>

Психология – вся Россия <http://www.psychology.all.ru>

Школьный психолог <http://psy.1september.ru>

### **Способы и критерии определения результативности программы:**

1. Разработка рабочей тетради.
2. Индивидуальные арт-терапевтические работы.
3. Групповые диагностические работы.
4. Анализ вводной и заключительной диагностики.

### **Критерии определения результативности программы:**

Хороший и высокий уровень вовлеченности учащихся в практическую работу;

Хороший и высокий процентный показатель интереса учащихся к содержанию курса;

Хороший и высокий уровень удовлетворенности учащихся практическими навыками коммуникативного взаимодействия и решения проблем.

### **Контрольно-измерительные материалы:**

Вводная и итоговая диагностика по курсу

**Формой подведения итогов** реализации программы являются:

Заключительное рефлексивное занятие;

Анализ результатов реализации программы на педсовете.

---