

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа» пгт. Кожва

РАССМОТРЕНО  
Заседанием  
педагогического совета  
Протокол № 10  
от 28.06.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МОУ «СОШ» пгт. Кожва  
\_\_\_\_\_ Т.Н. Марьенкова  
Приказ № 169 (2)  
от 28.06.2024 г.

Программа

**«Семьеведение»**

для обучающихся

10-11 классов

Составитель:  
педагог-психолог  
Макарова Л.Г.

пгт. Кожва  
2024 г.

## Раздел I. Информационная карта программы

Учреждение	МОУ «СОШ» пгт. Кожва
Название программы	«Семьеведение»
Назначение программы	Разработка программного содержания «Семьеведение» направлена на формирование у старшеклассников первостепенных нравственных семейных ценностей, подготовка молодежи к семейной жизни.
Сведения о программе	В программе представлены: 1. Информационная карта программы. 2. Пояснительная записка. 3. Учебно-тематический план. 4. Содержание программы.
Нормативная база	1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ 2. Федеральный закон от 19.12.2023 № 618-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» 3. Приказ Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрирован 07.06.2012 г. N 24480). 4. приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413» (Зарегистрирован 12.09.2022 № 70034). 5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования» (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74228). 6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 62 от 01.02.2024 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ основного и среднего общего образования» (Зарегистрирован 29.02.2024 № 77380)
Возраст обучающихся по программе	От 16 – 18 лет
Продолжительность обучения	2 года

Актуальность	Задачей курса «Семьеведение» является не столько передача некоторых знаний и умений учащимся, сколько воздействие на их жизненные установки, на их отношение к проблемам пола, к проблемам семьи и брака. Введение курса «Семьеведение» в школьную программу было вызвано запросами практики, а практика требует не просто просветить школьников по тем или иным вопросам, а сформировать у них определенные установки на семейную жизнь.
Формы обучения	Изучение и обобщение материала, анкетирование, интервьюирование, а также комбинированное занятие с элементами практической работы, исследование, поиск, беседы, методы игрового моделирования, опросы. Изучаются методы самодиагностики, обработки полученных данных. В личностно-психологическом плане занятия направлены на совершенствование общения, регуляцию настроения, и т.д.
Содержание программы	По программе «Семьеведение» 5 разделов: 1 год обучения 1 Раздел. Семья в свете духовно-нравственных и культурных традиций общества – 9 занятий 2 Раздел. Психология межличностных отношений юношества – 13 занятий 3 Раздел. Искусство быть супругами – 12 занятий 2 год обучения 4 Раздел. Мужчина и женщина в семье. Жизненные сценарии семьи и личности – 15 занятий 5 Раздел. Взаимоотношения поколений в семье – 19 занятий
Цель программы	Подготовка к семейной жизни, формирование представлений о семье как частичке общества, как первом социальном институте, в котором проходит основная часть жизни человека.

## Раздел II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа курса «Семьеведение» ориентирована на учащихся 10-11 классов. Тема образовательной программы «Семьеведение» лежит в русле направлений Концепции государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2025 года, Социальной государственной программы «Десятилетие детства в России», задач Национального проекта «Образование» и является одним из важнейших приоритетов воспитания высоко нравственной личности, разделяющей российские традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества, готовой к мирному созиданию и защите Родины.

**Актуальность.** Сегодня в России, в общественной жизни нашей страны разворачивается благотворный процесс возрождения нравственных семейных ценностей, опирающихся на отечественные исторические традиции. Необходимость возрождения нравственных ценностей семьи осознается и положительно принимается, обретает все больше сторонников среди граждан нашей многонациональной Родины. Среди таких семейных ценностей – любовь, верность, ценности материнства и отцовства, родительская ответственность за детей. Семья традиционно выступает колыбелью воспитания и гражданского становления личности. Это актуальная, но непростая задача, поскольку во всем мире и в современной России институт семьи переживает кризисный, переходный этап своего развития. Специфика развития современной российской семьи выражается сегодня в ряде новых, иногда противоречивых тенденций: деформированы и зачастую разрушены традиционные модели воспитания и социализации ребенка в семье; усложнилась, стала более разнообразной, типология семей и форм, которые стали относить к вариантам института семьи (например, неполная семья, совместное проживание фактических супругов без официальной регистрации своих отношений и др.); снизилась компетентность родителей в реализации традиционного спектра ролей в семье, прежде всего по отношению к ребенку; снизилась эффективность воспитательного влияния семьи и школы на формирование у ребенка семейных ценностей; усилилось давление социума и глобальной информационной среды на сознание и психику ребенка. Эти тенденции вызывают сегодня беспокойство общества и государства. Поэтому задачи поддержки института семьи, формирования семейных ценностей и ответственности за свою будущую семью у ребенка отражены сегодня в содержании целого ряда национальных концепций и стратегий, федеральных законов, нормативных актов, содержании Федеральных государственных образовательных стандартов, профессиональном стандарте «Педагог». Эти основополагающие нормативные акты отражают актуальность особого внимания к воспитанию личности современного ребенка, подростка, его духовному росту и полноценному развитию в сложном и изменчивом мире.

**Цель:** Помочь старшеклассникам в освоении ими системы ценностных ориентаций, которая станет фундаментом создания ими в будущем крепкой счастливой семьи.

### **Задачи:**

- формирование у учащихся представления о понятиях «система ценностей», «мужественность», «женственность», «отношения», «семья», «семейные ценности»;
- ознакомление с причинами и следствиями разрушительных отношений с самим собой, миром и другими людьми; изучение принципов созидательных отношений;

- формирование ценности созидательных отношений, ценности семьи, ценности мужественности и женственности;
- формирование готовности осмысленно решать повседневные жизненные задачи;
- развитие способности осознанного направления внимания на свой внутренний мир и мир своих отношений, формирование критического мышления в отношении информации, деструктурирующей традиционное понимание мужественности и женственности, формирование нового положительного опыта для личностного развития;
- создание условий для формирования нравственной устойчивости и навыков созидательного общения;

Главной задачей первого раздела программы «Семья в свете духовнонравственных и культурных традиций общества» является формирование потребности обучающихся в изучении предмета, которая в последствии трансформируется в мотивы для создания в будущем крепкой и здоровой семьи. Второй и третий разделы последовательно вводят старшеклассников в мир мужественности и женственности, определяя физиологические, психологические, социальные особенности и различия между мужчиной и женщиной, их роли в семье, в том числе в воспитании детей и семейной ответственности, дает представление о безграничных потенциальных возможностях семейной пары, грамотно строящей свои отношения, о причинах возникновения семейных конфликтов и принципах их разрешения. Четвертый и пятый разделы содержит представление о культуре отношений между мужчиной и женщиной начиная от сугубо-личных, заканчивая этикетными, определяющими в обществе воспитанную женщину и воспитанного мужчину.

В силу возрастных особенностей обучающихся в программу включены такие аспекты семейной жизни как воспитание детей, экономические и юридические основы семьи и брака.

**Объем и структура программы** Общее содержание программы «Семьеведение» рассчитано на 2 года обучения по одному часу в неделю, 34 часа в год. За 2 года обучения - 68 час.

**Ценностные ориентиры содержания программы** Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования. Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

**Место учебного предмета в учебном плане** На изучение программы «Семьеведение» в 10-11 классах отводится 34 часа в год, из расчёта 1 час в неделю. За два года обучения - 68 час. Программа реализуется во внеурочной деятельности. Занятия проводятся в следующих формах: изучение и обобщение материала, анкетирование, интервьюирование, а также комбинированное занятие с элементами практической работы, исследование, поиск, беседы, методы театрализации, игрового моделирования, опросы. Изучаются методы самодиагностики, обработки полученных данных. В личностно-психологическом плане занятия направлены на совершенствование общения, регуляцию настроения, и т.д.

Виды деятельности разнообразны: изобразительная, художественная, графическая, чтение, работа со справочным и архивным материалом. Формы контроля и проверки достижений ожидаемых результатов: • в качестве текущего контроля используются

опросы учащихся во время занятий, проверка их исследовательских работ; • в качестве средств итогового контроля применяется защита учащимися своих творческих и исследовательских работ с последующим обсуждением в группе; • в качестве дополнительных средств контроля и проверки используются личные наблюдения педагога за учащимися, индивидуальные беседы с учащимися и их родителями. Формы подведения итогов реализации факультативной образовательной программы: творческие исследовательские работы, оформление летописи семьи, фотовыставки.

## **Планируемые результаты освоения программы**

### **Личностные результаты:**

- овладение приёмами общения с членами семьи; - формирование навыка работы в группах;
- овладение приёмами саморегуляции и конструктивного решения возникающих в семейной жизни проблем;
- понимание важности значения семьи в жизни человека и общества;

### **Метапредметные результаты:**

#### **Регулятивные УУД:**

- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- проговаривать последовательность действий на уроке.
- учиться высказывать своё предположение.
- учиться работать по предложенному учителем плану.
- самостоятельно формулировать тему и цели урока.
- работать по плану, сверяя свои действия с целью, корректировать свою деятельность.

#### **Познавательные УУД:**

- находить ответы на вопросы в тексте, иллюстрациях.
- делать выводы в результате совместной работы класса и учителя.
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план, таблицу, схему, подробно пересказывать небольшие тексты.
- осуществлять анализ и синтез.
- устанавливать причинно-следственные связи.
- строить рассуждения.

#### **Коммуникативные УУД:**

- оформлять свои мысли в устной и письменной форме.
- слушать и понимать речь других; пользоваться приёмами слушания.
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли.
- адекватно использовать речевые средства для решения различных Коммуникативных задач;

-высказывать и обосновывать свою точку зрения.

-слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения.

-договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.

-задавать вопросы.

### **Предметные результаты:**

- знание истории своей семьи и своего рода в целом;

- знание основы понятий курса;

- знание системы родства и свойства, термины русского родства;

- знание функций и виды семей;

- знание признаков счастливой семьи, принципы существования и сохранения счастливой семьи;

- знание навыков культурного поведения в семье;

- значение труда, важность сотрудничества, взаимопомощи членов семьи в организации труда, правила ведения домашнего хозяйства;

- знание традиций своей семьи, семейные реликвии, семейные праздники.

### Раздел III Учебно-тематический план

Возраст обучающихся 10-11 классы (16-18 лет)

Продолжительность обучения: сентябрь-май

#### Тематическое планирование

Разделы и темы	Кол-во часов	
	теория	практика
<b>1 год обучения 10 класс</b>		
<b>Раздел 1. Семья в свете духовно-нравственных и культурных традиций общества</b>	<b>9</b>	
Тема 1.1. Историческое изменение семьи и брака	2	1
Тема 1.2. Функционально-ролевая структура семейных отношений	2	1
Тема 1.3. Основные ценности семьи	2	1
<b>Итого</b>	<b>6</b>	<b>3</b>
<b>Раздел 2. Психология межличностных отношений юношества</b>	<b>13</b>	
Тема 2.1. Межличностные отношения юношей и девушек	1	1
Тема 2.2. Дружба в юношестве	2	0
Тема 2.3. Любовь в юношеском возрасте	2	3
Тема 2.4. Готовность к браку	2	2
<b>Итого:</b>	<b>7</b>	<b>6</b>
<b>Раздел 3. Искусство быть супругами</b>	<b>12</b>	
Тема 3.1. Жизненный цикл семьи	2	1
Тема 3.2. Молодая семья	2	1
Тема 3.3. Психологически благополучная и неблагополучная семья	1	0
Тема 3.4. Семейные конфликты: причины и профилактика	2	2
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
	<b>8</b>	<b>4</b>
<b>Всего за год:</b>	<b>21</b>	<b>13</b>
<b>Всего за год:</b>	<b>34</b>	
<b>2 год обучения 11 класс</b>		



<b>Раздел 4. Мужчины и женщины в семье. Жизненные сценарии семьи и личности</b>	<b>15</b>	
Тема 4.1. Мужские и женские роли в семье	<b>3</b>	<b>2</b>
Тема 4.2. Ожидание в семье и браке	<b>3</b>	<b>2</b>
Тема 4.3. Жизненные сценарии семьи и личности	<b>3</b>	<b>2</b>
	<b>9</b>	<b>9</b>
<b>Раздел 5. Взаимоотношения поколений в семье</b>	<b>19</b>	
Тема 5.1. Незаменимость семьи и воспитания детей	<b>2</b>	<b>1</b>
Тема 5.2. Проблема отцов и детей в семье	<b>2</b>	<b>2</b>
Тема 5.3. Общение и взаимопонимание в семье	<b>1</b>	<b>3</b>
Тема 5.4. Профилактика нарушений детско-родительских отношений	<b>5</b>	<b>2</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
	<b>11</b>	<b>8</b>
<b>Всего за год:</b>	<b>20</b>	<b>14</b>
	<b>34</b>	
<b>Всего за 2 года</b>	<b>41</b>	<b>27</b>
<b>Всего за 2 года</b>	<b>68</b>	

### **Содержание программы 1 год обучения (34 часа)**

#### **Раздел 1. Семья в свете духовно-нравственных и культурных традиций общества**

##### **Тема 1.1. Историческое изменение семьи и брака – 3 часа.**

Историческое изменения института семьи и брака. Зависимость семейного уклада жизни от социально-экономического уровня развития общества. Матриархат, патриархат, моногамия, полигамия. Институт семьи сквозь призму религий: семья в буддизме, исламе, иудаизме, христианстве. Нравственные нормы брака. Модели семьи. Тенденции развития брачно-семейных отношений в современном обществе.

##### **Тема 1.2. Функционально-ролевая структура семейных отношений – 3 часа.**

Основные функции семьи: репродуктивная (генеративная), первичной социализации детей, воспитательная (педагогическая), досуговая, экономическая, хозяйственно–бытовая, сексуальная (гедонистическая), медицинская. Трансформация ролевых отношений в семье. Основные роли. Распределение внутрисемейных ролей в традиционной и эголитарной семьях.

##### **Тема 1.3. Основные ценности семьи – 3 часа.**

Основные семейные ценности: нравственный климат семьи, семейный досуг, потребности и бюджет семьи, эстетика быта. Связь функции семьи с основными ценностями. Терминальные и инструментальные ценности личности, учет индивидуальных ценностей в семье.

## **Раздел 2. Психология межличностных отношений юности.**

### **Тема 2.1. Межличностные отношения юношей и девушек – 2 часа**

Понятие о межличностных отношениях. Межличностные отношения и общение. Общая характеристика межличностных отношений. Психология симпатий. Черты характера, способствующие полноценному общению. Юность – пора активного социального взросления, расширение сферы межличностных отношений. Межличностные отношения и общение юности как школа подготовки к семейной жизни. Нравственные основы взаимоотношений юношей и девушек. Эмоциональные отношения от симпатии до любви.

### **Тема 2.2. Дружба в юности – 2 часа.**

Товарищество и дружба как социальные ценности и основные виды межличностных отношений. Дружба как школа самовоспитания и любви. Юношеские представления о дружбе. Идеал друга, формирующийся в юношеском возрасте. Различия между мальчиками и девочками по характеру и содержанию требований, предъявляемых к другу. Сила взаимного влияния в дружбе юноши и девушки. Дружба как школа общения, самовоспитания и любви. Дружба истинная и ложная.

### **Тема 2.3. Любовь в юношеском возрасте – 4 часов.**

Любовь как высшее человеческое чувство. Любовь – сложнейшее человеческое чувство, сочетающее потребность быть любимым и способность любить. Зависимость богатства любви и богатство внутреннего мира личности. Любовь как глубокое чувство между членами семьи, близкими людьми, как привязанность одного человека к другому. Воспитание культуры – дружбы и любви. Первая любовь. Умение различать любовь и другие чувства – симпатию, интерес, влюбленность. Необходимость бережного отношения к дружбе и любви. Любовь основа брака, супружеской гармонии. Нравственные отношения влюбленных.

### **Тема 2.4. Готовность к браку – 5 часов.**

Понятие «готовность к браку». Многоаспектность готовности к вступлению в брак. Сущность социальной готовности к вступлению в брак. Выбор спутника жизни. Мотивы вступления в брак. Этико-психологическая готовность к браку – ключевая предпосылка гармонии супружества и прочности семьи. Взаимное чувство любви, уважение и доверия к избраннику – неотъемлемые признаки совместимости будущих супругов.

## **Раздел 3. Искусство быть супругами**

### **Тема 3.1. Жизненный цикл семьи – 3 часа**

Жизненный цикл семьи. Стадии развития семьи по различным классификациям. Сложности, возникающие на разных стадиях. Изменения в семье: позитивные и негативные, неожиданные и ожидаемые, их влияние на супружеские отношения. Нормативные кризисы семьи и условия их успешного разрешения.

### **Тема 3.2. Молодая семья – 3 часа**

Адаптация молодых супругов к условиям совместной жизни. Ребенок в молодой семье. Возникновения чувства «мы». Причины возможных трудностей в период адаптации молодых супругов. Организация семейного быта, семейная экономика. Семейные роли, их распределение.

### **Тема 3.3. Психологически благополучная и неблагополучные семьи – 1 час**

Типы неблагополучных семей. Зрелая и проблемная семья. Основные критерии психологического здоровья семьи.

### **Тема 3.4. Семейные конфликты: причины и профилактика – 4 часа.**

Факторы риска в браке. Нарушение семейных отношений и их последствия. Конфликты в различных сферах супружеских отношениях. Влияние конфликтных отношений на развитие личности ребенка в семье. Профилактика конфликтных отношений в семье.

### **Итоговый контроль – 1 час**

### **2 год обучения – 11 класс (34 часа)**

## **Раздел 4. Мужчина и женщина в семье. Жизненные сценарии семьи и личности**

### **Тема 4.1. Мужские и женские роли в семье - 5 часов**

Мужчины и женщины: общее и особенное. Мир мужчин и женщин. Особенности психосоциального развития мужчин и женщин. Психологический пол личности (гендер). Понятие социальных гендерных ожиданий в отношениях мальчиков и девочек, мужчин и женщин. Учет гендерных различий в семье.

### **Тема 4.2. Ожидание в семье и браке – 5 часов.**

Личностно-ролевое поведение мужчины и женщины. Модели родительской семьи. Влияние индивидуального опыта на ожидания к брачному партнеру. Мужские и женские семейные роли: традиционные, товарищеские, партнерские. Традиции взаимной заботы. Ожидания и супружеские соглашения.

### **Тема 4.3. Жизненные сценарии семьи и личности – 5 часов.**

Стереотипы поведения в семье и ее морально-психологический климат. Семья как система многопоколенных отношений. Понятие о супружеской верности. Семейное счастье и здоровье личности. Проблема психологической совместимости супругов и личностного развития.

## **Раздел 5. Взаимоотношения поколений в семье.**

### **Тема 5.1. Независимость семьи в воспитании детей – 3 часа.**

Семья – важнейший институт социализации детей. Параметры семьи: демографический, социально – культурный, социально – экономический, технико – гигиенический. Функции семейного воспитания. Классификация Н.В. Гребенникова: воспитание детей и систематическое воспитательное воздействие семейного коллектива на каждого члена семьи. Незаменимость семьи для развития ребенка. Преимущество семейного воспитания перед воспитанием в образовательных учреждениях.

### **Тема 5.2. Проблема отцов и детей – 4 часа.**

Понятие «родительская позиция» и её критерии: степень эмоциональной близости и степень контроля за поведением. Оптимальная родительская позиция. Адекватность, гибкость, прогнозичность. Стили родительских отношений: авторитарный, демократичный, либерально-попустительский. Отрицательные формы поведения детей: капризы, упрямство, агрессия, ложь, негативизм и др.

### **Тема 5.3. Общение и взаимопонимание в семье – 4 часа**

Понятие общения. Виды общения. Вербальные и невербальные средства общения. Знаки внимания при общении. Виды и техники слушания. Условия взаимопонимания в семье. Доверие. Обратная связь. «Я-высказывание».

### **Тема 5.4 Профилактика нарушений детско-родительских отношений – 7 часов.**

Типичные недостатки семейного воспитания, которые приводят к нарушениям детско - родительских отношений: эмоциональная холодность, отсутствие единства воспитательных действий, проявление безволия, непоследовательности, гнева и раздражительности. Дефицит и однообразие отношения с детьми. Подавление воли и активности ребенка, неучет его индивидуальных особенностей, невнимание к его интересам. Защитное поведение детей. Формирование навыков конструктивного поведения и общения в семье.

### **Итоговый контроль – 1 час.**

## ЛИТЕРАТУРА

1. Буянов М. И. Ребенок из неблагополучной семьи: Записки дет. психиатра: Кн. для учителей и родителей. -М.: Просвещение, 1988. -207 с.
2. Варга А. Я. Структура и типы родительского отношения: Дис.канд. психол. наук: 19.00.01: Москва, 1986 - 206 с
3. Гребенников, Иван Васильевич. Основы семейной жизни/И. В. Гребенников. - М.: Просвещение, 1991. - 156 с.
4. Дружинин Владимир Николаевич (1955-2001). Психология семьи/В. Н. Дружинин. - 3-е изд. - Москва и др.: Питер, 2012. - 176 с
5. Ковалев С. Психология современной семьи: Информ. -метод. материалы к курсу "Этика и психология семейн. жизни": Кн. для учителя/С. В. Ковалев. - М.: Просвещение, 1988. - 207с
6. Калинина Р. Р.Введение в психологию семейных отношений/Р. Р. Калинина. - Санкт-Петербург: Речь, 2008. - 350 с.:
7. Макаренко А.С. Книга для родителей - Л. Лениздат, 1981. -320с.
8. Мухина В.С.Психология. Детская психология: Учеб. для студентов пед. ин-тов/ В. С. Мухина. - 2. изд. - М.: Апрель пресс: ЭКСМО-Пресс, 1999. - 352 с.
9. Овчарова Р. В.Психологическое сопровождение родительства.- М: Изд-во Института Психотерапии, 2003 - 319 с.
- 10.Семейное воспитание: Краткий словарь/Сост. И.В.Гребенников, Л.В.Ковинько - М.: Политиздат, 1990. - 319 с.
- 11.Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. И. Артамонова, Е. В. Екжанова, Е. В. Зырянова и др.; Под ред. Е. Г. Силяевой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. -192 с.
- 12.Основы психологии семьи и семейного консультирования: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/Под общ. ред. Н.Н. Посысоева. - М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. -328 с.
- 13.Психология семьи : учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/ Н.В.Гребенникова, Е.В.Гурова, Е.И.Захарова и др.; под ред. Е.Г.Сурковой. - М.: Издательский центр «Академия», 2014 - 240 с.
- 14.Шнейдер Л. БПсихология семейных отношений. Курс лекций. - М.: Апрель-Пресс,

**Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. - 512 с.**