

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**«Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина»  
(ФГБОУ ВО «ЕГУ им. И.А. Бунина»)**

## **УНИВЕРСИТЕТСКАЯ ГИМНАЗИЯ**

«Утверждаю»

Директор Университетской гимназии:



/А.Ю. Полякова/

**Рабочая программа**

**курса внеурочной деятельности**

**Клуб гимназического актива**

**«Мы – гимназисты»**

**для обучающихся 10-11 классов**

**Елец - 2025**

## **I. Пояснительная записка**

Программа Клуба гимназического актива «Мы гимназисты» реализуется через внеурочную деятельность. Она соответствует социальному направлению развития личности обучающихся.

Воспитание детей – целенаправленная деятельность, призванная сформировать у обучающихся систему качеств личности, взглядов и убеждений. Воспитывать – значит организовывать деятельность детей. Человек развивается, формирует свои навыки, модели поведения, ценности в процессе совместной деятельности с людьми и в ходе общения с ними. Поэтому классный руководитель для достижения воспитательных целей должен уметь организовать разнообразную деятельность детей.

Воспитание на занятиях курса внеурочной деятельности осуществляется преимущественно через:

- вовлечение гимназистов в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;

- формирование в кружках, секциях, клубах, студиях и т.п. детско-взрослых общностей, которые могли бы объединять детей и педагогов общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.

Создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения;

- поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций;

- поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления. Реализация воспитательного потенциала курсов внеурочной деятельности происходит в рамках следующих выбранных направлений внеурочной деятельности: общее интеллектуальное, общекультурное, социальное, духовно-нравственное, физкультурно-спортивное и оздоровительное.

Воспитание в коллективе и через коллектив – это адаптация ребенка к внешним требованиям, к внешней регуляции своего поведения, например к правилам социума, и под контролем социума. Однако в поведении обучающегося многое зависит от его сознательной саморегуляции, мотивов,

самосознания, формируемых и развиваемых самим учащимся в процессе воспитания.

Главными задачами обучения в гимназии являются развитие у обучающихся чувства ответственности за свое поведение, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта - Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования».

**Актуальность программы:** в образовательных стандартах нового поколения в качестве одной из приоритетных областей развития личности школьника обозначены коммуникативные способности. Эти способности обеспечивают полноценное развитие личности, ее самореализацию и социализацию: на 1 план выдвигается способность личности самостоятельно находить решения социально и профессионально значимых проблем, вступать в коммуникации познавательного, нравственного, профессионального характера. В современном мире обществу требуются социально-адаптивные, высокообразованные, инициативные, предприимчивые, творческие люди.

Программа классных часов создает условия для развития коммуникативных навыков обучающихся, повышения уровня психологической компетентности в коммуникативной сфере, обеспечения личностного развития обучающихся.

**Цель программы:** создать условия для формирования и развития обучающихся как личности с теми качествами, которые необходимы им для жизни в обществе.

**Задачи программы:**

- Обобщение моральных норм и правил поведения в обществе - Формирование объективной, адекватной самооценки.
- Содействие выполнению правил здорового и безопасного образа жизни.
- Гармонизация отношений в коллективе класса, формирование общественного мнения.

- Развитие навыков конструктивного общения.
- Развитие уровня рефлексивности.
- Поощрение инициативы и творческой деятельности.

**Адресат:** обучающиеся 10-11 классов, возраст 16-18 лет.

**Объем и срок освоения:** программа курса внеурочной деятельности «Клуб гимназического актива «Мы гимназисты»» рассчитана на учебный год - 2025-2026г. - 34 часа.

Режим занятий – 1 раз в неделю. Продолжительность занятия – 40 минут.

## **II. Содержание программы (10-11 классы)**

### **1. День солидарности в борьбе с терроризмом**

Практика: доклад с презентацией, просмотр видеоматериалов.

### **2. Ценность твоей и моей жизни**

Ценность жизни. На что стоит потратить свою жизнь. Разные системы ценностей.

Хрупкость жизнь. Необходимость ценить жизнь.

Практика: Анализ ситуаций, тестирование.

### **3. Твоя безопасность.**

Опасные ситуации в жизни подростка.

Практика: как избежать опасности – выполнение практического задания, дискуссия.

### **4. Дресс-код.**

Практика: дискуссия «Каким должен быть дресс-код».

### **5. Культура общения.**

Культура общения в школе, на работе, в семье, в социальных сетях. Типичные ошибки.

Практика: анализ ситуаций.

### **6. Мы против вредных привычек.**

Причины вредных привычек. Слабость воли. Перечень вредных привычек. Борьба с вредными привычками.

Практика: дискуссия

### **7. Сделай свой выбор**

Жизненные трудности, сопровождающиеся различными эмоциями и переживаниями. Как найти позитив в трудной ситуации. Как найти выход из трудной ситуации. Чувство ответственности за свои поступки.

Практика: дискуссия, анализ ситуаций.

## **8. Механизмы психологического воздействия.**

Понятие психологического воздействия. Воздействие словом и информацией.

Когнитивный диссонанс. Механизм трансформации убеждений. Механизм трансформации стереотипов. Механизм трансформации установок.

Практика: игра. Практическое задание.

## **9. Памятные даты.**

История праздника Дня народного Единства.

Практика: просмотр видеоматериалов, конкурс эссе.

## **10. Волонтерское движение в России.**

Предпосылки к возникновению волонтерского движения. Зарождение волонтерского движения. Изменение понятия «волонтер» за последние 20 лет. Сферы деятельности волонтеров. Основные принципы волонтерской работы.

Волонтерские организации и объединения.

Практика: доклад с презентацией.

## **11. Мода и культура.**

Понятия «Мода», «стиль». Мода как временное господство определенного стиля в какой-либо сфере жизни и культуры. Мода определяет стиль и тип одежды, идей, поведения, этикета, образа жизни.

Практика: практическое задание, просмотр видеоматериалов.

## **12. Этот «безвредный напиток».**

Губительное действие алкоголя на здоровье человека. Воздействие на сердце, гормоны человека. Современные исследования. Обещания рекламодателей  
Практика: дискуссия, анкетирование.

## **13. Выражение чувств и эмоций в межличностном взаимодействии.**

Понятия «чувства», «эмоции». Роль эмоций в жизни человека. Важность понимания эмоций другого человека. Управления чувствами и эмоциями (осознание и контроль за формами проявления).

Практика: доклад, дискуссия.

## **14. Зона психологического комфорта.**

Понятия «психологический комфорт», «зона комфорта». Расширение зоны комфорта. Психологический комфорт в семье.

Практика: анализ ситуаций, поиск решений.

## **15. Суицид подростков.**

Понятие «суицид» 3 типа суицидального поведения. Наиболее распространенные причины. Социальная изоляция. Нестабильное окружение.

Слишком критичное отношение к себе. Жертва насилия. Тяжелая потеря. Своевременная психологическая поддержка помогает избежать трагедии. Признаки суицидального поведения. Правила общения с человеком с суицидальными мыслями.

Практика: просмотр видеоматериалов, дискуссия.

#### **16. Я принимаю ответственные решения.**

Ответственность. Процесс принятия решений. Понимание последствий.

Практика: игра.

#### **17. Предстоящий отдых.**

Практика: планирование зимних каникул, инструктаж по технике безопасности в преддверии каникул и новогодних праздников.

#### **18. Памятные даты.**

Практика: презентация творческого задания.

#### **19. Психологический комфорт в семье.**

Необходимость психологического комфорта. Критерии психологического комфорта. Как создать психологический комфорт в семье.

Практика: анализ ситуаций.

#### **20. Мораль и нравственность.**

Понятия «мораль», «нравственность». Что произойдет. Если не соблюдать моральные нормы. Безнравственные поступки. Причины возникновения, закономерности и этапы развития этической мысли. Диагностика нравственной самооценки.

Практика: доклад с презентацией.

#### **21. Культурные ценности России.**

Понятия: «культурные ценности», «культурное наследие», «культурное достояние». Категории предметов, являющихся культурными ценностями.

Практика: презентация творческого задания.

#### **22. Талант и гений.**

Понятия «талант», «гений». В чем может проявляться талант человека. Можно ли воспитать гения или талантливого человека. Возможность развить свой талант.

Детство гениальных впоследствии людей.

Практика: просмотр видеоматериалов.

#### **23. Виды конфликтов.**

Виды конфликтов. Внутриличностные, индивидуально - групповые, межличностные, межгрупповые, на профессиональной почве, идеологические, экономические, социальные, семейно-бытовые конфликты.

Практика: тестирование.

#### **24. Разрешение конфликтов. Управление ими.**

Устранение внутренних конфликтов. Методы устранения индивидуально групповых конфликтов. Устранение межличностных конфликтов. Управление межгрупповыми конфликтами. Устранение социальных конфликтов. Силовой метод. Интегральный метод. Компромисс. Разделение конфликтующих сторон.

Практика: задание «найди ошибку»

#### **25. Ненормативная лексика.**

Основные требования к культуре речи. Ненормативная лексика. Отношение ненормативной лексике в дореволюционной России, советский период, сейчас. Проникновение ненормативной лексики в литературу, кино, СМИ. Почему человек употребляет нецензурные слова. Чем опасна ненормативная лексика.

Практика: доклад, анализ ситуаций.

#### **26. Телефоны доверия.**

Для чего предназначен телефон доверия. Телефон доверия как вид психологической помощи. Как работает телефон доверия. Поиск позитивного решения в трудной ситуации. Когда появился 1-й телефон доверия. Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. По каким вопросам можно обратиться к специалисту на «Детский телефон доверия».

Практика: игра.

#### **27. Уверенность в себе.**

Нужна ли уверенность в себе. Уверенность и самонадеянность. Право на уважение себя. Как обрести уверенность в себе.

Практика: упражнения для развития уверенности в себе, игра.

#### **28. Воля человека.**

Понятие «воля», «сила воли». Воспитание воли.

Практика: тест «волевой ли ты человек», психологический практикум.

#### **29. Современный подросток.**

Подросток – прекрасный период жизни и особенный возраст. Яркие отличительные черты современных подростков. Свобода, протест, осознанность. Чем живут современные подростки.

Практика: дискуссия «А знают ли вас взрослые», задание «представь себя в будущем».

#### **30. Мифы и правда о суициде.**

Проблема авитальной активности среди молодежи, 5 мифов о суициде. Какие причины толкают человека на самоубийство. Способы снять нервно-психологическое напряжение.

Практика: просмотр видеоматериалов.

**31. Памятные даты.**

Практика: просмотр видеоматериалов, дискуссия.

**32. Самые красивые места России.** Путешествия с семьей и классом по России.

Практика: презентация творческого задания.

**33. Ученик года.**

Практика: финал конкурса.

**34. Заключительный урок, подведение итогов**

Практика: обсуждение планов на следующий учебный год (10 класс).

**III. Календарно-тематическое планирование  
10-11 классы (34 часа)**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Всего часов</b>
1	День солидарности в борьбе с терроризмом	1
2	Ценность твоей и моей жизни	1
3	Твоя безопасность	1
4	Дресс-код	1
5	Культура общения	1
6	Мы против вредных привычек	1
7	Сделай свой выбор	1
8	Механизмы психологического воздействия	1
9	Памятные даты	1
10	Волонтерское движение в России	1
11	Мода и культура	1
12	Этот «безвредный напиток»	1
13	Выражение чувств и эмоций в межличностном взаимодействии	1
14	Зона психологического комфорта	1
15	Суицид подростков	1
16	Я принимаю ответственные решения	1
17	Предстоящий отдых	1
18	Памятные даты	1
19	Психологический комфорт в семье	1
20	Мораль и нравственность	1
21	Культурные ценности России	1
22	Талант и гений	1

23	Виды конфликтов	1
24	Разрешение конфликтов, управление ими	1
25	Ненормативная лексика	1
26	Телефоны доверия	1
27	Уверенность в себе	1
28	Воля человека	1
29	Современный подросток	1
30	Мифы и правда о суициде	1
31	Памятные даты	1
32	Самые красивые места России	1
33	«Ученик года» финал	1
34	Заключительный урок, обобщение	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>34</b>

## IV. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

### Личностные результаты:

- ♦ развитие навыков работы в сотрудничестве;
- ♦ развитие учебно-познавательного интереса;
- ♦ развитие положительной мотивации к внеклассной деятельности;
- ♦ формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- ♦ формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- ♦ освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- ♦ формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.

### Метапредметные результаты:

- ♦ научить планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
- ♦ учитывать разные мнения, интересы и обосновывать свою позицию
- ♦ умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- ♦ формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

**Формы работы:** беседы, дискуссии, викторины, конкурсы, анкетирование, тестовые задания, деловая игра, игра по станциям, ролевая игра, выставки, презентации, защита проектов, экскурсии, тренинги, учебные упражнения, конкурс рисунков, эссе, плакатов, просмотр и обсуждение фильмов, анализ ситуаций, тренинг.

### Методы работы:

Словесные методы: беседа, пояснение, обсуждение, дискуссия, анализ текстов, фотографий, ситуаций, мозговой штурм.

Наглядные методы: показ иллюстративного материала (таблиц, карт, иллюстраций, зарисовок на доске), демонстрация видеоматериалов.

Практические методы: выполнение творческих заданий, тестовые задания, практическая работа с текстовым и иллюстративным материалом,

анализ учебного текста, изображения, составление и заполнение таблиц, работа над проектом, поиск информации.

Игровые методы: игры на знакомство, на сплочение, ролевая игра, сюжетная игра, деловая игра, выполнение театральных этюдов.

#### **Психолого-педагогические принципы организации обучения**

сознательность, активность и самостоятельность; системность, последовательность и комплексность; обучение на высоком уровне трудности; прочность формирования знаний, умений и навыков; групповой и индивидуальные принципы обучения.

### **V. Итоги прохождения программы**

По итогам прохождения программы отметка в журнал не выставляется.

#### **Материально-техническое обеспечение**

- компьютер, мультимедийное оборудование
- мультимедийные презентации, видеозаписи,
- слайды (иллюстрации, фотографии)
- плакаты
- книги, журналы
- тестовые задания
- правила игр