

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
Кутуликская средняя общеобразовательная школа**

**Дополнительная общеразвивающая программа  
общекультурного направления  
«Красотка»  
2 класс**

составила учитель  
Андреева Е.Г.

согласовано:  
педагог-организатор  
Булсунаева А.В.

\_\_\_\_\_  
протокол № 1 от 01.09.21

утверждено:  
ВрИО директора школы  
Буенгуева Л.А.



приказ №347/а от 01.09.2021г.

### **Планируемые результаты:**

К окончанию 1 класса кружковцы формируют следующие компоненты становления личности:

- 1) **знания** (в виде представлений и понятий) о моде, работе модельного агентства, цветоведении в одежде, о национальных костюмах;
- 2) **мотивацию**, отражающую их отношение к себе как личности;
- 3) **способы реального поведения** в предлагаемых ситуациях (приём гостей, сервировка стола, дефилирование, подбор подходящего костюма и др.).

Отследить данные компоненты позволяют практические выходы кружковцев с подготовленными коллекциями в конце каждого года работы кружка.

### **Тематическое планирование:**

#### **1. Секреты маленького зеркальца - 7 часов**

##### **Как сохранить улыбку красивой?**

Улыбка – основная черта привлекательности и красоты. Исполнение песенки на музыку Шаинского «Улыбка». Как оживить безликую маску. Рисование улыбки на маске. Почему приятно смотреть на улыбающегося человека?

**Разминочка «Тренировка улыбки»** Глядя в зеркало, поднимите уголки рта вверх. А теперь сделайте красивую, добрую улыбку (одна минута). Запомнили?! Упражнение выполняется несколько раз.

Что такое белоснежная улыбка? Гости занятия и друзья улыбки - зубная паста и зубная щетка. Упражнения «Передай улыбку», «Улыбнись соседу».

##### **Быть не может красоты без мыла, щетки и воды**

В кабинете висят 5 шаров и на них нарисовано и написано:

жёлтый – солнце, голубой – вода, белый – воздух, зеленый – земля, красный – физические упражнения. Встаньте под самый важный для вас.

Как вы понимаете пословицу «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».

Что помогает человеку быть здоровым и красивым? Водные гигиенические процедуры. Упражнение «Поговорим с водой». Каким мылом мне лучше пользоваться.

*Солнце, воздух, вода и земля –*

*Наши лучшие, добрые друзья.*

*Наши верные лучшие друзья –*

*Солнце, воздух, вода и земля.*

##### **Предметы личной гигиены**

Что такое гигиена? Почему чистота – залог здоровья? Почему не может быть красоты без мыла, щетки и воды? Моя расческа, зубная щетка, полотенце. Создание плаката «Быть не может красоты без мыла, щетки и воды».

##### **Секреты маленького зеркальца**

**Разминочка.** Те, о ком идет речь, должны сделать хлопок и присесть.

*У кого волос темный?*

*У кого волос светлый?*

*У кого голос звонкий?*

*У кого сердце как океан, такое большое, что всем хватит места там?*

Тест «Я умею». Подчеркнуть «да» или «нет».

- |  |    |     |
|--|----|-----|
| 1. Чистишь зубы 2 раза в день.             | Да | Нет |
| 2. Моешь руки по мере загрязнения.         | Да | Нет |
| 3. Утром умываешься.                       | Да | Нет |
| 4. Закаляешься.                            | Да | Нет |
| 5. Делаешь зарядку.                        | Да | Нет |
| 6. Следишь за волосами и ногтями.          | Да | Нет |
| 7. Если заболел, скажешь маме, учителю.    | Да | Нет |
| 8. «Я могу помочь другу, если он заболел». | Да | Нет |

➤ 8 «Да» – умница, ты знаешь, как следить за своим здоровьем.

➤ 8 «Нет» – тебе стоит быть повнимательнее к своему здоровью.

Упражнение «Улыбка» с зеркалом. Упражнения «Передай улыбку»

**Мои волосы – моя гордость**

Самая длинная коса. Какая расческа для меня подходит? Какой водой мыть волосы: горячей или тёплой? Учимся правильно расчесываться. Какие резиночки для волос лучше использовать мне? Поиграем в парикмахерскую: делаем причёску кукле.

### ***Моя причёска***

Девочки вспомнят основные правила гигиены по уходу за волосами, запишут их на вырезанных гребешках. Составление коллажа «Прически». Придумают и продемонстрируют друг другу причёски, укажут, к какому случаю они подходят.

## **2. Моя осанка – моя гордость – 3 часа**

### ***Королевская осанка***

Что такое осанка? Как правильно сохранять положение тела при посадке и ходьбе? Упражнения для формирования осанки – ходьба с мешочком песка на голове по прямой линии и перешагивая кегли. Упражнение «На вешалку – с вешалки» (тренировка мышц плечевого пояса). Что такое королевская осанка?

### ***Что нужно делать, чтобы сохранить осанку красивой?***

Упражнения для формирования осанки – ходьба с мешочком песка на голове по прямой линии и перешагивая кегли. Упражнение «На вешалку – с вешалки» (тренировка мышц плечевого пояса). Стойка у стены с 5 прижатыми точками. Упражнение на равновесие.

### ***Как научиться ходить красиво?***

Упражнения для формирования осанки – ходьба с мешочком песка на голове по прямой линии, перешагивая кегли. Упражнение «На вешалку – с вешалки» (тренировка мышц плечевого пояса). Подражаем животным. Красота, ловкость, гибкость. Упражнения «Жирафы», «Обезьянки».

## **3. Работа модельного агентства – 8 часов**

### ***Коллекция «Цветочный карнавал»-2ч.***

Разработка совместно с родителями костюмов для коллекции «Цветочный карнавал». Каждая участница – символизирует летний цветок. Упражнения для улучшения походки. Подбор музыкального сопровождения, выстраивание «рисунка» движения по сцене, отработка движений. Учимся дефилировать. Показ готовой коллекции под музыкальное сопровождение.

### ***Коллекция «Спортивное лето»-3ч.***

Разработка и изготовление спортивных летних костюмов. Упражнения для улучшения походки. Подбор музыкального сопровождения, выстраивание «рисунка» движения по сцене, отработка движений. Учимся дефилировать. Показ готовой коллекции под музыкальное сопровождение.

### ***Коллекция «Цветы весны»-3ч.***

Разработка и изготовление костюмов с использованием искусственных цветов. Упражнения для улучшения походки. Подбор музыкального сопровождения, выстраивание «рисунка» движения по сцене, отработка движений. Учимся дефилировать. Показ готовой коллекции под музыкальное сопровождение.

## **4. Мой гардероб – 6 часов**

### ***Что такое гардероб?***

Что такое гардероб? Где хранится мой гардероб? Летний гардероб. Зимняя одежда. Чем они отличаются. Вырезаем гардероб для бумажной куклы.

### ***Почему моя одежда отличается от маминой?***

Почему я не могу носить мамину одежду? Какие вещи в нашем гардеробе похожи? Мое и мамино праздничное платье. Наши головные уборы. Сравниваем одежду мамы с одеждой для куклы. Практичность одежды для взрослых. Составление коллажей «Мой гардероб», «Мамин гардероб» (для коллажа можно использовать вырезки из журналов).

### ***Мое праздничное платье***

Моё платье для праздника – какое оно? Чем бы я хотела его дополнить? Почему я выбрала именно такое платье. Ткани, из которых обычно шьют нарядные платья для девочек. Изготовление розы из ленты.

### ***Придумываю нарядное платье для Барби***

Показ коллекционных кукол с использованием слайд программы.

Создание эскиза праздничного платья для Барби. Защита работ.

### ***Моя одежда для спорта и отдыха***

Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Отдых и загар. Солнечные ванны. Панамы и шляпы. Купальник. Каким он должен быть? Составление коллажа «Модницы на пляже». Разучивание комплекса физических упражнений для занятий на пляже.

### ***Придумываю спортивную одежду для Барби***

Показ коллекционных кукол с использованием слайд программы.

Создание эскиза спортивной летней одежды для Барби. Защита работ.

### ***Малая дизайн студия – 3 часов***

#### **Что такое мода?**

Составление ассоциативной карты к слову мода. Выяснение лексического значения из словаря. Заочная экскурсия в прошлое. Составление коллажа «Юные модницы».

#### **Свойства цвета и наша одежда**

Важно одеваться в зависимости от цвета лица. Определение основного тона кожи лица кружковцев (очень светлая, светлая, кожа цвета слоновой кости, обыкновенная кожа, румяное лицо, оливковая кожа). В соответствии с тоном кожи кружковцы делятся на группы.

Каждая группа получает конверт и основными цветами, подходящими к их тону: очень светлая кожа – красный, голубой, светло –розовый, светло-зелёный, цвет вереска. Светлая кожа – табачный, синий, жёлтый. Кожа цвета слоновой кости – светло-синий, банановый. Румяное лицо – серый, темно-синий, темно-зелёный. Оливковая кожа –коричневый, оливково-зеленый.

Составление примерного списка гардероба (что и какого цвета), соотношение его со своим уже имеющимся.

Основываясь на рекомендациях по цвету одежды в соответствии с тоном кожи девочки раскрашивают наряды, выбирая их из предложенных эскизов. В конце занятия сравниваются эскизы, с опорой на то, что цвет влияет на восприятие фигуры. Тёмные тона – стройнят, одежда с поперечными полосками – делает фигуры полнее. Руководителю кружка необходимо подчеркнуть индивидуальность каждой работы.

### **Придумываем вечерний наряд для куклы**

Составление коллажа «Вечерние наряды». Самостоятельное выполнение эскиза вечернего (или бального – с учетом пожелания кружковцев) платья. Защита работ.

Изготовление вечернего платья для Барби. Допускается просто декорирование уже имеющегося в соответствии с эскизом. Дефиле готовых нарядов.

### ***Юная красотка идёт в гости – 6 часов***

#### **Мое платье и аксессуары к нему**

Что надеть на школьный утренник, в гости к однокласснице, в кафе? Изготовление группами коллажей на темы: «Утренник в школе», «День рождения одноклассницы», «В кафе с семьей» (для коллажа можно использовать вырезки из газет и журналов). Защита работ.

Кружковцы должны сделать вывод, что главное правило в выборе одежды – она должна соответствовать тому месту, куда направляешься. А самое главное - вся одежда должна быть чистой и выглаженной.

#### **Моя прическа.**

Девочки вспомнят основные правила гигиены по уходу за волосами, запишут их на вырезанных гребешках. Соберут рабочее место парикмахера. Придумают и продемонстрируют друг другу прически, укажут, к какому случаю они подходят. Каждая прическа должна получить какую-либо номинацию.

### **Я выбираю подарок**

Использование приёма незаконченных предложений: Я буду очень рад, если мне подарят..... Я бы не хотел, чтобы мне подарили.... Решение ситуаций на основе стихотворений Г.Остера и письма Незнайки. Составление памятки. Проигрывание ситуаций, если вы получили в подарок 2 одинаковые вещи, то что уже у вас есть, компьютерный диск и др...

*Я принесла тебе подарок,*

*Если нравится, возьми.*

*Всем ребята покажи,*

*Слово доброе скажи.*

#### **Как правильно встретить гостей.**

#### **Как правильно вести себя за столом.**

Основные правила этикета при приеме гостей. Разыгрывание ситуаций «Гости на пороге». Объяснение пословиц

- *Гостю щей не жалей, а погуще лей.*

- В чужом доме не будь приметливым, а будь приветливым.
- Не бойся гостя сидящего, а бойся гостя стоящего.
- В ногах правды нет.
- Гостям дважды радуются: встречая и провожая.
- Хозяин весел - гости радостны.
- Вслед гостя не употчевать.

Работа со стихотворением

### Этикет для карапузов

*Аккуратно кушай хлеб - это кухня, а не хлев.*

*Не вертись юлой на стуле, головой не лезь в кастрюлю.*

*Супчик кушай аккуратно, не выплевывай обратно.*

*Пей чаек, не проливая, что за лужица большая?*

*Что за грохот? Что упало? Мама за столом мечтала.*

*Не корми котлетой кошку, а сама поешь немножко.*

*Вытирай салфеткой рот и не капай на живот.*

*Ложкой ешь кисель и кашу, суп, пюре и простоквашу.*

*Вилкой можно брать картошку, мясо, рис... Не надо ложкой!*

*Ручкой можно брать пирог, глазированный сырок.*

*И скажи спасибо всем, у кого ты пищу ел. (Ирина Горюнова)*

### Праздничная сервировка стола

Как правильно сервировать стол к торжественному случаю. Складывание салфеток веером, свечкой. Украшения на столе (на новый год, на день рождение и т.д.). Как рассадить гостей за столом?

*Решение задачи.*

*Дано:* клеенка, скатерть, салфетки, тарелки (глубокие и мелкие), чашки, стаканы, вилки, ножи, ложки (столовые, десертные, чайные), цветы и вазочки для цветов.

*Требуется:* расположить все так, чтобы было красиво, правильно, удобно.

*Решение:*

1. На поверхность стола положить клеенку, затем скатерть.
2. Мысленно на расстоянии 1-2 см от края проведи прямую линию, по ней ровно расставь тарелки - каждую против стула. Если стол к обеду, на мелкую тарелку поставь глубокую.
3. Ножи расположи справа от тарелок лезвием к ним, вилки - слева острием вверх. Ложки - суповую, десертную - положи за тарелками параллельно краю стола ручками вправо.
4. Для воды или сока поставь бокалы справа за приборами. Салфетки - на тарелки. Не забудь о ложках, ножах, вилках для закусок, салатов, масла. Цветы в вазочках украсят праздничный стол.

Что любят мои гости? Как украсить салат? Обучение изготовлению украшений из овощей и фруктов (цветы и листья). Как едят фрукты?

- **АНАНАС.** Подают нарезанными ломтиками с кожурой. Едят с помощью десертной вилки и ножа, вырезая треугольнички.
- **АРБУЗ и ДЫНЯ.** Подают разрезанными на ломти. Мякоть едят чайной ложкой или с помощью десертной вилки и ножа.
- **АПЕЛЬСИН.** Очень сложно есть за столом.

Первый способ: вымытый апельсин нарезать кружочками; держа кружочек в руке и разорвав кольцо кожуры, выедают мякоть.

Второй способ: полностью очистить апельсин от корки и разделить на дольки, которые можно брать рукой.

- **БАНАН.** Очищают от кожуры, мякоть едят чайной или десертной ложкой либо десертной вилкой.
- **ВИНОГРАД.** Обрывают с грозди, кладут на свою тарелку и едят по одной ягоде.
- **ЗЕМЛЯНИКА.** Если подают с чашелистиками, то едят, держа за черешок и обмакивая в сахарную пудру.

Если подают ягоду без чашелистиков, то предварительно посыпают сахарной пудрой целиком и едят чайной ложечкой.

- ЛИМОН. Нарезают ломтиками. Берут специальной маленькой вилочкой и кладут в чашечку с чаем, молоком, кофе. Ложечкой выдавливают сок, остатки лимона вынимают и кладут на край блюда.
- ЯБЛОКИ. Разрезают на 4 части, пользуясь ножом и вилкой. Дольки едят руками.
- ГРУША. Разрезают на 4 части, как и яблоко, но едят с помощью вилки и ножа.
- МАНДАРИН. Очищают от кожуры и делят на дольки, которые берут руками.
- ПЕРСИК и СЛИВА. Разрезают пополам, удаляют с помощью ножа и вилки косточку.
- АБРИКОС. Едят или как персики, или как вишни.

### Учебно-тематический план

#### 1 класс

#### Задачи:

- дать первоначальное представление об одежде, моде; формировать вкус в выборе своего костюма
- развивать умение носить и подбирать одежду, подходящую к данному случаю, определять при этом своё самочувствие;
- раскрыть зависимость внешней красоты от потребности соблюдения гигиенических норм;
- развивать умение видеть красивое в лицах людей, в их внешнем облике, обращая внимание и на себя;
- учить созерцанию, наблюдению, анализу;
  - развивать желание и умение быть красивым, здоровым человеком
- воспитывать потребность в регулярном выполнении гигиенических процедур

Тема	Общее количество часов	В том числе	
		Теоретические	Практические
<b><i>Секреты маленького зеркала</i></b>	<b>7</b>		
Как сохранить улыбку красивой?		1	
Быть не может красоты без мыла, щетки и воды		1	
Секреты маленького зеркала		1	
Мои волосы – моя гордость		2	
Моя причёска.		1	
Предметы личной гигиены		1	
<b><i>Моя осанка – моя гордость</i></b>	<b>3</b>		
Королевская осанка		1	
Что нужно делать, чтобы сохранить осанку красивой?		1	
Как научиться ходить красиво?			2
<b><i>Работа модельного агентства</i></b>	<b>8</b>		
<b><i>Коллекция «Цветочный карнавал»</i></b>	<b>2</b>		
Разработка костюмов			1
Показ коллекции			1
<b><i>Коллекция «Спортивное лето»</i></b>	<b>3</b>		
Разрабатывание коллекции «Спортивное лето»			2

Показ коллекции «Спортивное лето»			1
<b><i>Коллекция «Цветы весны»</i></b>	<b>3</b>		
Разработка и изготовление костюмов			2
Показ коллекции «Цветы весны»			1
<b><i>Мой гардероб</i></b>	<b>6</b>	1	

Что такое гардероб?		1	
Почему моя одежда отличается от маминой?		1	
Мое праздничное платье			1
Придумываю нарядное платье для Барби			1
Моя одежда для спорта и отдыха			1
Придумываю спортивную одежду для Барби			1

<b><i>Малая дизайн студия</i></b>	<b>3</b>		
Что такое мода?		1	
Свойства цвета и наша одежда		1	
Придумываем вечерний наряд для куклы			1
<b><i>Юная красotka идёт в гости</i></b>	<b>6</b>		
Мое платье и аксессуары к нему		1	
Моя причёска.		1	
Я выбираю подарок		1	
Как правильно встретить гостей. Как правильно вести себя за столом.		1	
Праздничная сервировка стола		1	
Праздничное угощение.		1	