Департамент образования Администрации города Екатеринбурга

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение – средняя общеобразовательная школа № 141

Утверждено
Педагогическим советом
Протокол № 1
от 31.08.2026.

Утверждаю:
Директор МАОУ-СОШ № 141
_____И.М.Гущина
Приказ №1880 от «1»09.2026

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности

«Школа женственности»

Возраст обучающихся: 10–17 лет

Срок реализации: 1 года

Автор-составитель:

Ярмиева М.К.,

педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2026 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

1.2. Цель, задачи программы

1.3. Содержание программы

1.4. Учебный план

1.5. Содержание учебного плана

1.6. Планируемые результаты

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

2.2. Условия реализации программы

2.3. Формы аттестации

2.4. Оценочные материалы

2.5. Методическое обеспечение

2.6. Список литературы

2.7. Электронные ресурсы

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа женственности» составлена в соответствии с нормативными документами:

1. Федеральный Закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).
3. СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014.

4. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».

Направленность программы – художественная (с элементами социально-педагогической).
Актуальность программы обусловлена интересом современных девочек-подростков к моде, дизайну одежды и созданию собственного стиля. Программа помогает не только освоить основы моделирования и шитья, но и сформировать эстетический вкус, культуру внешнего вида, уверенность в себе и навыки самопрезентации.
Педагогическая целесообразность заключается в том, что занятия дизайном и моделированием развивают мелкую моторику, пространственное мышление, творческое воображение и трудолюбие. В процессе создания одежды своими руками у обучающихся формируется бережное отношение к труду, умение доводить начатое до конца и гордость за результат.

Уровень освоения программы: базовый.
Адресат программы: обучающиеся 11–17 лет (девочки). Набор свободный.
Количество обучающихся в группе: 10–12 человек (с учётом требований безопасности при работе с оборудованием).
Объем освоения программы: 4,5 часа в неделю, 157 часов в год.
Срок реализации: 1 год.
Периодичность и продолжительность занятий: 2 раза в неделю по 2 часа (1 час = 45 минут), с перерывом. Возможны индивидуальные консультации для подготовки к показам и конкурсам.
Форма обучения: очная.

Особенности организации: состав группы постоянный. Программа реализуется в течение учебного года. Предусмотрены практические занятия в швейной мастерской, экскурсии в ателье, встречи с дизайнерами.

Отличительные особенности:

· Синтез дизайна, моделирования и основ женственности (стиль, этикет, уход за собой).

· Индивидуальный подход к выбору модели с учётом особенностей фигуры и вкуса обучающейся.

· Ведение «Портфолио юного дизайнера» (эскизы, выкройки, фото готовых изделий).

· Участие в школьных показах мод и конкурсах декоративно-прикладного творчества.

· Воспитание уважения к русским традициям через изучение народного костюма.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для развития творческого потенциала и эстетического вкуса обучающихся через обучение основам дизайна, моделирования и конструирования одежды, а также формирование культуры женственности и стиля.

Задачи:

Обучающие:

· обучение основам материаловедения (виды тканей, их свойства);

· обучение основам конструирования и моделирования одежды (снятие мерок, построение выкроек);

· формирование навыков работы на швейной машине и ручного шитья;

· обучение основам цветоведения и композиции в одежде;

· знакомство с историей костюма и современными тенденциями моды.

Развивающие:

· развитие мелкой моторики, глазомера и пространственного мышления;

· развитие творческого воображения и дизайнерского мышления;

· развитие навыков самопрезентации и уверенности в себе.

Воспитательные:

· воспитание аккуратности, терпения и усидчивости;

· формирование культуры внешнего вида и здорового образа жизни;

· воспитание бережного отношения к материалам и оборудованию;

· развитие умения работать в коллективе и организовывать свой досуг.

1.3. Содержание программы

УЧЕБНЫЙ ПЛАН. 1 год обучения (157 ч)

№	Название темы	Количество часов	Формы аттестации/контроля
		теор.	практ.
1	Вводное занятие. Техника безопасности. История костюма.	2	-
2	Материаловедение. Виды тканей и их свойства.	4	8
3	Основы цветоведения и композиции в одежде.	4	10
4	Конструирование и снятие мерок.	4	16
5	Построение базовой выкройки (юбка/топ)	4	20
6	Работа на швейной машине. Виды швов.	4	18

7	Моделирование и дизайн изделия	4	20
8	Пошив и отделка изделия	2	20
9	Основы женственности: стиль, этикет, уход за собой	4	4
10	Репетиционные занятия (подготовка к показу мод)	-	4
11	Итоговое занятие (показ мод, выставка)	1	4
	ИТОГО	37	124

1.4. Содержание учебного плана

Вводное занятие. Техника безопасности при работе с ножницами, иглами, швейной машиной. Знакомство с программой. История костюма от древности до современности.

Материаловедение. Теория: натуральные и синтетические ткани, их свойства (драпируемость, сминаемость, усадка). Практика: определение тканей на ощупь, лабораторные опыты (горение, смачивание).

Основы цветоведения и композиции в одежде. Теория: цветовой круг, тёплые и холодные цвета, сочетаемость цветов. Типы фигур и правила подбора одежды. Практика: создание цветовых палитр для будущего изделия, эскизирование.

Конструирование и снятие мерок. Теория: правила снятия мерок, условные обозначения. Практика: снятие мерок друг с друга, запись в таблицу, расчёт по формулам.

Построение базовой выкройки. Практика: построение чертежа юбки (или топа) в масштабе 1:4 и в натуральную величину. Моделирование выкройки (изменение длины, клёш, складки).

Работа на швейной машине. Теория: устройство швейной машины, правила безопасной работы. Практика: заправка нити, выполнение прямых и зигзагообразных швов, обработка края, втачивание молнии.

Моделирование и дизайн изделия. Практика: разработка эскиза модели, подбор ткани и фурнитуры, раскрой изделия с учётом припусков на швы.

Пошив и отделка изделия. Практика: смётывание деталей, примерка, стачивание на машине, влажно-тепловая обработка, декоративная отделка (кружево, тесьма, аппликация).

Основы женственности. Теория: понятие стиля, правила этикета, уход за кожей и волосами, осанка и походка. Практика: создание образа, дефиле, фотосессия.

Репетиционные занятия. Подготовка к итоговому показу мод: репетиция дефиле, подбор музыки, оформление выставки работ.

Итоговое занятие. Показ мод «Мода и стиль». Выставка лучших изделий. Награждение активных обучающихся.

1.5. Планируемые результаты

К концу обучения обучающиеся должны:

Знать:

· виды тканей и их свойства;

· правила снятия мерок и построения базовой выкройки;

· устройство швейной машины и правила безопасной работы;

· основы цветоведения и композиции в одежде;

· правила этикета и ухода за собой.

Уметь:

· снимать мерки и строить простую выкройку;

· выполнять основные виды швов на швейной машине;

· раскраивать и шить простое изделие (юбку, топ, сумку);

· подбирать ткань и фурнитуру под модель;

· создавать эскиз и презентовать готовое изделие.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график (фрагмент)

№					
1	**Сентябрь**	Лекция, беседа	**2**	Вводное занятие. ТБ. История костюма.	Обсуждение
2	**Сентябрь**	Практическое занятие	**2**	Материаловедение. Свойства тканей.	тест
3	**Октябрь**	Практическое занятие	**2**	Цветоведение. Палитра для изделия.	наблюдение
4	**Октябрь**	Практическое занятие	**2**	Снятие мерок. Таблица мерок.	Контроль качества
5	**Ноябрь**	Практическое занятие	**2**	Построение выкройки юбки.	Практическая работа

6	**Декабрь**	Лекция, беседа	**2**	Швейная машина. Виды швов.	Практическая работа
7	**Январь**	Практическое занятие	**2**	Моделирование. Эскиз изделия.	Рефлексия.
8	**Февраль**	Практическое занятие	**2**	Раскрой изделия.	Наблюдение
9	**Март**	Практическое занятие	**2**	Пошив изделия. Примерка.	Контроль качества.
10	**Апрель**	Практическое занятие	**2**	Основы женственности. Стиль и этикет.	Викторина
11	**Май**	Показ мод	**2**	Итоговое занятие. Показ мод.	Показ.Выставка.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение: учебный кабинет (швейная мастерская), оборудованный столами, стульями, швейными машинами (не менее 8–10 шт.), утюжильной доской, манекенами, зеркалом. Доска (меловая/интерактивная).

Наглядные пособия: плакаты по материаловедению, схемы построения выкроек, образцы тканей и швов. Компьютер/ноутбук с проектором.

Инструменты и материалы: ножницы, иглы, булавки, сантиметровые ленты, линейки, лекала, мел портновский, ткани (х/б, лён, вискоза), нитки, фурнитура (молнии, пуговицы, тесьма), бумага для выкроек (миллиметровая).

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, имеющий специальное образование в области дизайна, моделирования или швейного дела, а также опыт работы с детьми.

2.3. Формы аттестации

Аттестация обучающихся проводится 2 раза в год (декабрь, май) в форме практических зачётов, защиты творческих работ, участия в показах мод и выставках. Текущий контроль осуществляется в процессе занятий методом наблюдения, бесед, анализа практических работ.

Входной мониторинг (сентябрь) – определение уровня подготовки. Промежуточный (декабрь) – оценка усвоения тем полугодия. Итоговый (май) – итоговый показ мод и выставка изделий.

2.4. Оценочные материалы

Уровень освоения программы определяется по критериям:

· **Теоретические знания:** знание видов тканей, правил снятия мерок, устройства швейной машины.

· **Практические навыки:** качество выполнения швов, точность построения выкройки, аккуратность пошива изделия.

· **Творческая активность:** участие в показах мод, конкурсах, проявление инициативы и фантазии.

Уровни: высокий (творческий), средний (базовый), низкий (стартовый).

2.5. Методическое обеспечение

В основе обучения лежат принципы:

· **Принцип наглядности:** использование образцов тканей, схем, живого показа педагога.

· **Принцип доступности:** от простого к сложному, дозирование материала.

· **Принцип индивидуального подхода:** учёт особенностей фигуры и вкуса каждой обучающейся.

· **Принцип активности:** вовлечение детей в творческий процесс через создание реальных изделий.

Занятия проводятся в форме бесед, практических работ, мастер-классов, экскурсий, показов мод. Особое внимание уделяется технике безопасности при работе с оборудованием.

2.6. Список литературы

1. Ерзенкова Н.В. Искусство красиво одеваться. — Рига: Импакт, 1992.
2. Коблякова Е.Б. Основы конструирования одежды. — М.: Легкая индустрия, 1980.
3. Козлова Т.В. Моделирование и художественное оформление женской и детской одежды. — М.: Легпромбытиздат, 1990.
4. Рачицкая Е.И., Сидоренко В.И. Моделирование и художественное оформление одежды. — Ростов н/Д: Феникс, 2002.
5. Сокольникова Н.М. Изобразительное искусство: Основы композиции. — Обнинск: Титул, 1996.
6. Шитье: энциклопедия / Под ред. В. И. Коваленко. — М.: Эксмо, 2010.

2.7. Электронные ресурсы

1. Портал «Осинка» — крупнейший российский сайт о шитье, выкройки, мастер-классы. URL: https://www.osinka.ru
2. Сайт «Школа шитья» — видеоуроки по конструированию и моделированию одежды. URL: https://shkolashitya.ru
3. Образовательный портал «Инфоурок» — презентации, конспекты и тесты по технологии и дизайну. URL: https://infourok.ru
4. Российская электронная школа (РЭШ) — уроки по технологии и МХК. URL: https://resh.edu.ru
5. Портал «Культура.РФ» — лекции об истории костюма и моде, онлайн-выставки. URL: https://www.culture.ru

6. Сайт «Бурда» — журнал мод, выкройки и тенденции. URL: https://burdastyle.ru