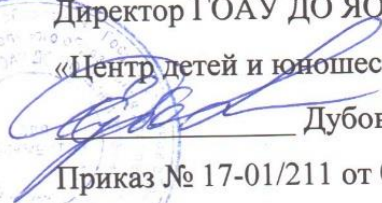


Государственное образовательное автономное учреждение
дополнительного образования Ярославской области
«Центр детей и юношества»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГОАУ ДО ЯО
«Центр детей и юношества»

 Дубовик Е.А.

Приказ № 17-01/211 от 05.04.2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Чудеса из ткани своими руками»

направленность программы – художественная

уровень программы – базовый

возраст детей – 7-11 лет

срок реализации – 3 года

Автор-составитель:

Ховринцева Галина Валентиновна,

педагог дополнительного образования

Ярославль, 2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Комплекс основных характеристик программы	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Учебно-тематический план	6
1.3.	Содержание программы	8
2.	Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1.	Календарный учебный график	15
2.2.	Методическое обеспечение	15
2.3.	Оценочные материалы	22
2.4.	Материально-техническое обеспечение	28
2.5.	Кадровое обеспечение	29
3.	Список информационных источников	29
4.	Приложения	
1.	Примерный календарный график на 2023-2024 учебный год для группы 1-го года обучения	31
2.	Примерный календарный график на 2023-2024 учебный год для группы 2-го года обучения	33
3.	Примерный календарный график на 2023-2024 учебный год для группы 3-го года обучения	35
4.	Правила техники безопасности	37
5.	Гимнастика для глаз	38

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

*Истоки способностей и дарования детей
на кончиках их пальцев ...
В.А. Сухомлинский*

С давних времен огромная часть изделий создавалась в домашних условиях. Женщины ткали, шили одежду, вязали, создавали прекрасные картины. За все эти годы человечество собирало по крупицам опыт искусных мастеров, передавая и совершенствуя его от поколения к поколению. Интерес к отелльным ремеслам то ослабевал, то вновь возрастал. Немало появилось новых ремесел, а некоторые забылись навсегда.

Оглянувшись вокруг, можно заметить, что предметы декоративно-прикладного искусства вносят красоту в обстановку дома, повседневное окружение человека. Любая хозяйка хочет, чтобы ее дом был уютным и гостеприимным. Терпение, желание и многое другое помогут в оформлении интерьера.

Сегодня недостаточно давать детям специальные знания, необходимые для конкретного вида деятельности, очень важно развивать умение творчески подходить к нему. В условиях современной жизни очень важно формировать у детей трудовые навыки, способствующие развитию самостоятельности.

Написанию дополнительной общеразвивающей программы «Чудеса из ткани своими руками» (далее – программа) предшествовала работа со следующими дополнительными общеразвивающими программами «Дизайн игрушки» (автор Н.А. Волкова), «В царстве кукол» (авторы Е.Ю. Бушуева, Е.Ю. Иванова, Н.М. Меньшикова), «Чудесные мгновения» (автор Е.А. Гурбина).

Программа «Чудеса из ткани своими руками» составлена на основе программы «Мастерим игрушки сами» (автор Н.В. Кочеткова). В содержание программы добавлены разделы: изготовление интерьерной игрушки и основы лоскутной техники.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Чудеса из ткани своими руками» разработана с учетом нормативно-правовой базы и локальных актов ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества» (см. ниже в разделе «Список информационных источников»).

Содержанием программы предусматривается приобщение детей к различным видам рукоделия, что способствует формированию навыков шитья, развитию художественного вкуса обучающихся и эстетическому воспитанию в целом.

Актуальность программы. В программе отражается общая тенденция к возрождению искусства рукоделия. Изучение народных традиций формирует у обучающихся уважение к народным промыслам и русской культуре в целом. В последнее время вновь становится популярным ручной труд и рукоделие, дающие возможность создавать эксклюзивные вещи. Программа «Чудеса из ткани своими руками» ориентирована на формирование традиционных, семейных ценностей, воспитание девочек, как хранительниц домашнего очага, рукодельниц.

Новизна и авторский компонент программы заключается в форме проведения занятий. Занятия проходят в тесном контакте всех участников процесса, в благотворной творческой обстановке; это своего рода традиционные русские посиделки за рукоделием. Занятие выстроено в форме мастер-класса, что позволяет эффективно расходовать время. Педагог одновременно показывает технологию изготовления и сопровождает процесс комментариями, сообщая теоретическую часть темы.

Программа имеет художественную направленность и соответствует базовому уровню освоения содержания, рассчитана на 3 года обучения. Содержание тематических блоков усложняется от занятия к занятию и из года в год на протяжении всего периода обучения.

Общее количество часов обучения по программе – 432 часа, в год – 144 часа. Занятия проходят 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность учебного часа 45 минут. В ходе

занятия делаются перерывы, не менее 10 минут, для проветривания помещения и отдыха детей, а для снятия утомляемости предусматривается смена видов деятельности.

Форма обучения – очная. В случае введения ограничительных мер на реализацию программы в очном формате, связанных с санитарно-эпидемиологической обстановкой, программа может осуществляться в дистанционном режиме с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Реализация программы будет осуществляться через специализированные сервисы организации занятий, утвержденные приказом директора образовательной организации. Выбор специализированного сервиса будет осуществляться по конкретным обстоятельствам ограничительных мер.

Наполняемость группы – 11 человек. Набор в коллектив осуществляется по принципу добровольности, без отбора и специальной подготовки. Группы формируются из детей разного возраста 7-11 лет. Допускается добор в течение учебного года при условии наличия вакантных мест.

Цель программы: формировать у обучающихся устойчивый интерес к рукоделию, развивать специальные умения и навыки в процессе изготовления швейных изделий.

Задачи программы:

- обучить навыкам работы с различными инструментами с соблюдением правил техники безопасности;
- обучить навыкам работы с различными материалами;
- формировать представления о разнообразии видов рукоделия, народных традициях изготовления игрушек;
- формировать устойчивые знания и навыки в основах кроя, оформления изделия;
- учить детей использовать приобретенные на занятиях знания, умения и навыки в практической деятельности при изготовлении программных изделий, а также в повседневной жизни;
- воспитывать личностные качества: трудолюбие, самостоятельность, целеустремленность;
- воспитывать культуру общения и умение работать в коллективе;
- прививать уважение к окружающим людям и их труду;
- воспитывать любовь к творчеству, красоте и уважение к народным традициям;
- воспитывать стремление к самосовершенствованию;
- развивать художественный вкус, творческие способности и фантазию детей;
- развивать усидчивость, аккуратность при выполнении работы и самодисциплину.

Ожидаемые результаты обучения

Обучающиеся должны ЗНАТЬ:

- технику безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электроприборами, т.е. правила безопасного труда;
- название, назначение и правила пользования инструментами ручного труда;
- правила личной гигиены при работе с различными материалами;
- названия, элементарные свойства материалов, применение и способы обработки;
- начальные сведения о цветовом сочетании в изделиях;
- технику выполнения ручных швов;
- основы раскроя;
- правила набивки;
- этапы изготовления и оформления игрушки;
- способы достижения выразительности игрушки;
- основные принципы изготовления традиционных тряпичных кукол;
- основы лоскутной техники;
- устройство швейной машины и правила ее эксплуатации.

Обучающиеся должны УМЕТЬ:

- правильно организовать свое рабочее место;
- владеть правилами безопасной работы со швейными принадлежностями;
- выполнять простые ручные швы;

- определять лицевую, изнаночную стороны; нить основы и утка;
- правильно выбрать ткань для изделия;
- выполнять операции раскроя, используя выкройки и шаблоны;
- производить сборочные операции;
- изготовить игрушку по выкройке, предусмотренную данной программой;
- заправлять швейную машину и прокладывать основные строчки;
- изготовить простую народную тряпичную куклу используя технологическую карту;
- сшить простые изделия из лоскутков (прихватка, салфетка, простые игрушки из полос и квадратов), т.е. овладеть техникой лоскутного шитья;
- оформить внешний вид изделия по своему вкусу.
- проявлять самостоятельность и ответственность в собственной деятельности;
- доводить до конца начатое дело;
- иметь представления о традициях своего народа;
- тактично и уважительно относиться к труду обучающихся в группе.

Задачи программы и ожидаемые результаты обучения

Первый год обучения

Задачи:

- обучить навыкам работы с различными инструментами с соблюдением правил техники безопасности;
- формировать представления о разнообразии видов рукоделия, народных традициях изготовления игрушек;
- воспитывать культуру общения и умение работать в коллективе;
- развивать усидчивость, аккуратность при выполнении работы и самодисциплину.

Обучающиеся должны ЗНАТЬ:

- технику безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электроприборами, т.е. правила безопасного труда;
- название, назначение и правила пользования инструментами ручного труда;
- правила личной гигиены при работе с различными материалами;
- технику выполнения ручных швов;
- основы раскроя;
- правила набивки.

Обучающиеся должны УМЕТЬ:

- правильно организовать свое рабочее место;
- владеть правилами безопасной работы со швейными принадлежностями;
- выполнять простые ручные швы;
- определять лицевую, изнаночную стороны; нить основы и утка.

Второй год обучения

Задачи:

- обучить навыкам работы с различными материалами;
- воспитывать любовь к творчеству, красоте и уважение к народным традициям;
- прививать уважение к окружающим людям и их труду;
- учить детей использовать приобретенные на занятиях знания, умения и навыки в практической деятельности при изготовлении программных изделий, а также в повседневной жизни.

Обучающиеся должны ЗНАТЬ:

- названия, элементарные свойства материалов, применение и способы обработки;
- начальные сведения о цветовом сочетании в изделиях;
- основные принципы изготовления традиционных тряпичных кукол;
- основы лоскутной техники;
- иметь представления о традициях своего народа;
- тактично и уважительно относиться к труду обучающихся в группе.

Обучающиеся должны УМЕТЬ:

- сшить простые изделия из лоскутков (прихватка, салфетка, простые игрушки из полос и квадратов), т.е. овладеть техникой лоскутного шитья;
- выполнять операции раскроя, используя выкройки и шаблоны;
- производить сборочные операции.

Третий год обучения

Задачи:

- формировать устойчивые знания и навыки в основах кроя, оформления изделия;
- воспитывать личностные качества: трудолюбие, самостоятельность, целеустремленность.

Обучающиеся должны ЗНАТЬ:

- этапы изготовления и оформления игрушки;
- способы достижения выразительности игрушки;
- устройство швейной машины и правила ее эксплуатации.

Обучающиеся должны УМЕТЬ:

- правильно выбрать ткань для изделия;
- изготовить игрушку по выкройке, предусмотренную данной программой;
- заправлять швейную машину и прокладывать основные строчки;
- изготовить простую народную тряпичную куклу используя технологическую карту;
- оформить внешний вид изделия по своему вкусу.
- проявлять самостоятельность и ответственность в собственной деятельности;
- доводить до конца начатое дело.

Таким образом, у обучающихся обогащается лексика новыми понятиями, необходимыми, в том числе и в разговорной речи, накапливается практический опыт, совершенствуются коммуникативные навыки, формируется потребность оказания помощи друг другу, воспитываются такие качества как толерантность, соучастие, сочувствие.

Личностные результаты:

- художественное мышление, наблюдательность и фантазия;
- умение обсуждать и анализировать собственную деятельность и работу товарищей с позиции творческих задач данной темы;
- проявлять активность, готовность к выдвижению идей и предложений;
- самостоятельно находить варианты решения творческой задачи.

Метапредметные результаты:

- планировать собственное время, данное на изготовление работы;
- корректировать деятельность: вносить изменения в процесс с учетом возникших трудностей и ошибок; намечать способы их устранения;
- работать индивидуально, в группе;
- презентовать собственные творческие работы.

Данная программа может быть реализована с применением дистанционных технологий.

Формы контроля и аттестации обучающихся

Реализация программы «Чудеса из ткани своими руками» предусматривает текущий контроль, итоговую аттестацию обучающихся.

Текущий контроль включает следующие формы: наблюдения педагога, тестирование на проверку специальных знаний, устные опросы по мере прохождения тематических блоков программы, проведение и коллективный анализ изготовленных работ по мере прохождения конкретной темы.

Аттестация проводится в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и аттестации обучающихся ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества» в следующих формах: просмотр выполненных работ, итоговое занятие совместно с родителями, проведение и коллективный анализ выставок по окончании учебного года, а также в форме анализа участия обучающихся в выставках декоративно-прикладного творчества разного уровня.

1.2. Учебно-тематический план

Первый год обучения

№ п/п	Название тематического блока	Кол-во часов всего	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности. План работы на учебный год	2	1	1
2.	Основы шитья и кроя. Оформительские приёмы, используемые на ткани	18	5	13
2.1.	Знакомство со швейным оборудованием, инструментами. Знакомство с электроприборами	2	1	1
2.2.	Знакомство с натуральными видами тканей	2	1	1
2.3.	Освоение основных ручных швов: вперёд иголка, назад иголка, петельный шов, тамбурный, стебельчатый, через край и другие виды вышивальных швов	4	1	3
2.4.	Влажно-тепловая обработка ткани	1	0,5	0,5
2.5.	Знакомство с кроем	1	0,5	0,5
2.6.	Работа с фурнитурой. Пуговицы с двумя, четырьмя отверстиями и на ножке, крючки, кнопки, бусинки, пайетки, стеклярус, бисер	4	0,5	3,5
2.7.	Техники оформления лица, мордочки животных, глаз, причёсок	4	0,5	3,5
3.	Изготовление сувениров и подарков	14	2	12
4.	Изготовление бескаркасных мягких игрушек	26	6	20
5.	Изготовление кукол	48	14	34
5.1.	Тряпичная кукла, в том числе: колокольчик, зайчик на пальчик, куватка, бабочка, рождественский ангел, пеленашка, подорожница, мамка и др.	20	10	10
5.2.	Куклы из носков и перчаток	8	1	7
5.3.	Кукла текстильная	20	3	17
6.	Декоративно-прикладное творчество	22	3	19
6.1.	Лоскутная техника	10	2	8
6.2.	Аппликация	12	1	11
7.	Воспитательные мероприятия	10	2	8
8.	Аттестация	4	2	2
Итого		144	35	109

Второй год обучения

№ п/п	Название тематического блока	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Техника безопасности	2	1	1
2.	Основы шитья и кроя. Оформительские приёмы, используемые на ткани	6	3	3
2.1.	Знакомство с разными видами тканей (х/б, шелковыми, меховыми, ворсовыми, трикотажем, кожей и т.д.)	2	1	1
2.2.	Особенности кроя разных видов тканей	2	1	1
2.3.	Знакомство с устройством швейной машины	1	0,5	0,5
2.4.	Выполнение основных строчек на швейной машине	1	0,5	0,5
3.	Изготовление сувениров и подарков	22	2	20
3.1.	Сувениры с проволочным каркасом	10	1	9

3.2.	Новогодние сувениры	12	1	11
4.	Изготовление игрушек	40	3	37
4.1.	Игрушки для интерьера: «Заяц»	22	2	20
4.2.	Игрушки на веревочном креплении конечностей: «Мышки в костюмчиках»	18	1	17
5.	Изготовление кукол	38	12	26
5.1.	Народная кукла, в том числе: пеленашка, птица счастья, кукла-закрутка, кубышка-травница, веснянка, куколка на счастье	20	10	10
5.2.	Текстильная кукла Тильда	12	1	11
5.3.	Пошив одежды для кукол	6	1	5
6.	Декоративно-прикладное творчество	22	4	18
6.1.	Лоскутная техника	12	1	11
6.2.	Аппликация	4	1	3
6.3.	Изготовление цветов из ткани	6	2	4
7.	Воспитательные мероприятия	10	2	8
8.	Аттестация	4	2	2
Итого		144	29	115

Третий год обучения

№ п/п	Название тематического блока	всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Техника безопасности	2	1	1
2.	Основы шитья и кроя. Оформительские приёмы, используемые на ткани	12	3	9
2.1.	Правила и особенности кроя	2	1	1
2.2.	Оформление лица, глаз, волос	4	1	3
2.3.	Выполнение основных и декоративных строчек на швейной машине	6	1	5
3.	Изготовление сувениров и подарков	26	2	24
3.1.	Сувениры с проволочным каркасом	10	1	9
3.2.	Новогодние сувениры	16	1	15
4.	Изготовление кукол	56	17	39
4.1.	Народная кукла, в том числе: неразлучники, зерновушка, вепсская кукла и другие	28	14	14
4.2.	Текстильная кукла Тильда	14	2	12
4.3.	Пошив одежды для кукол: шорты, платье, рубашка	14	1	13
5.	Декоративно-прикладное творчество. Работа с тканью	34	5	29
5.1.	Лоскутная техника	14	2	12
5.2.	Панно из ткани	14	2	12
5.3.	Изготовление цветов из ткани и лент	6	1	5
6.	Воспитательные мероприятия	10	4	6
7.	Аттестация	4	2	2
Итого		144	34	110

1.3. Содержание программы

Содержание программы первого года обучения

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Техника безопасности (приложение 4). План работы. Организация рабочего места. Гигиена труда. Культура и правила поведения на занятии. Знакомство с инструментами и принадлежностями.

Практика. Выкраивание фигур из ткани, работа с ножницами, клеем ПВА, «Момент»

Тема 2. Основы шитья и кроя. Оформительские приемы, используемые на ткани.

2.1. Знакомство со швейным оборудованием, инструментами, электроприборами.

Теория. Происхождение иголок, булавок, ножниц, наперстков. Чтение и постановка сказки «Принцесса иголочка».

Практика. Утюжка тканей, работа с электроутюгом, распарывателем.

2.2. Знакомство с натуральными видами тканей.

Теория. Краткие сведения о видах тканей и их происхождении. Видео материала.

Практика. Вдевание нитки в ушко, завязывание узелка.

2.3. Освоение швов: вперед иголка, назад иголка, петельный шов, тамбурный, стебельчатый, через край.

Теория. Правила выполнения основных швов: вперед иголка, назад иголка, петельный шов, тамбурный, стебельчатый, через край. Обсуждение образцов и техники выполнения.

Практика. Отшивание образцов.

2.4. Влажно-тепловая обработка тканей.

Теория. Правила подготовки натуральных тканей к работе.

Практика. Влажно-тепловая обработка натуральных тканей.

2.5. Знакомство с кроем.

Теория. Определение лицевой стороны ткани. Определение нити основы, утка. Основные термины. Понятие выкройки, лекало, эскиза, прибавки на шов, заготовки, деталей кроя, элементов игрушки.

Практика. Выполнение прибавки на шов на примере геометрических фигур. Практическое задание по определению лицевой и изнаночной стороны ткани, нити основы, утка.

2.6. Работа с фурнитурой. Пуговицы с двумя, четырьмя отверстиями и на ножке, крючки, кнопки, бусинки, пайетки, стеклярус, бисер.

Теория. Образцы правильного крепления пуговиц, крючков, кнопок, бусинок, пайеток на ткань. Практическое применение фурнитуры в жизни.

Практика. Отшивание образцов.

2.7. Техника оформления лица, мордочки животных, глаз, причесок.

Теория. Образцы и фотографии по теме. Материалы, используемые для изготовления глаз, волос, носиков.

Практика. Изготовление глаз из цветной бумаги, кожи, пуговиц. Изготовление ресниц. Изготовление носика животных из ткани на основе «шарика».

Тема 3. Изготовление сувениров и подарков.

Теория. Подбор соответствующей сувениру ткани. ВТО ткани. Раскладка ткани на столе. Правила расположения выкройки на ткани учитывая направление нити. Демонстрация готовой поделки и фотографии. Обращение внимания на ошибки, которые чаще всего допускаются. Виды наполнителей для набивки сувениров.

Практика. Изготовление сувенира «Снеговик», «Кошечка». Крой деталей изделия. Пошив ручными швами. Соединение в готовое изделие. Окончательное оформление изделия глазками, носиком, шарфиком, шапочкой.

Тема 4. Изготовление бескаркасных мягких игрушек.

4.1. Бескаркасная мягкая игрушка «Медвежонок»

Теория. Образцы, фотоматериал по теме. Понятие каркасной и бескаркасной игрушки. Виды ворсовых тканей. Подготовка тканей к крою. Работа с выкройкой. Особенности кроя ушей.

Практика. Крой деталей медвежонка. Прибавка на шов. Пошив заготовок швом «назад иголка». Набивка синтепоном, холлофайбером. Соединение элементов игрушки в готовое изделие потайным швом. Формирование мордочки. Оформление лапок коготками.

4.2. Функциональная игрушка-игольница: «Божья коровка».

Теория. Полезность и необходимость функциональных игрушек. Техника изготовления шарика с применением шва «вперед иголка» и швом «через край». Конструирование игрушек из шариков. Работа с клеем.

Практика. Крой кружочка из красной и черной ткани и оформление «шариков».

Крой листочков из зеленого фетра. Сборка элементов в готовое изделие при помощи термопистолета.

4.3. Функциональная игрушка «Собачка Соня»

Теория. Фотоматериал диванной подушки «Собачка Соня». Правила подбора материала, подготовка его к работе. Расположение деталей выкройки на ткани. Последовательность пошива деталей. Вшивание готовых лапок и головы и хвоста по периметру тела.

Практика. Крой изделия из х/б ткани с учетом направления нити. Пошив каждой детали швом «назад иголка» или машинная строчка. Набивка синтепоном, шерстепеном. Крепление каждой лапки к телу в шов. Крепление головы «потайным швом». Вышивка мордочки «стебельчатым швом». Оформление коготков.

Тема 5. Изготовление кукол.

5.1. Народная кукла: куватка, бабочка, рождественский ангел, колокольчик, пеленашка, зайчик на пальчик, подорожница, мамка и др.

Теория. История народной игрушки. Технология изготовления. Технологическая карта. Виды тканей используемых при изготовлении народной куклы. Знакомство с новыми словами по теме.

Практика. Пошаговая сборка куклы в соответствии с технологической картой из готового кроя. Перевязывание деталей крепкой ниткой. Изготовление шнура из шерстяных ниток.

5.2. Куклы из носочков и перчаток.

Теория. Последовательность раскроя, пошив и соединение деталей.

Практика. Раскрой, пошив, набивка синтепоном. Оформление.

5.3. Кукла текстильная «Маша».

Теория. Особенности выкройки, технологии изготовления. Правила набивки. Оформление куклы.

Практика. Подбор соответствующей ткани, ВТО, раскрой деталей изделия. Пошив деталей швом «назад иголка». Крепление головы «потайным швом». Оформление лица и причёски из шерстяных ниток.

Тема 6. Декоративно-прикладное творчество

6.1 Коврик из полос, прихватка «Карусель».

Теория. Популярность лоскутного шитья. Подготовка рабочего места. Необходимые материалы и инструменты. Подбор и подготовка тканей для работы с учетом цветовой гаммы. Начальные сведения о цветовом сочетании в изделиях. Основы лоскутной техники, основные техники.

Практика. Крепление полос на основу швом «назад иголка», окантовка готового изделия «под рамку».

6.2. Аппликации

Теория. Необходимые материалы и инструменты для работы. Презентация на тему: «Виды аппликации».

Практика. Подбор ткани для аппликации, подготовка ткани. Изготовление аппликации с использованием петельного шва.

Тема 7. Воспитательные мероприятия.

7.1. Творческие встречи «Новый год - семейный праздник». Мастер-класс для родителей и детей.

Теория. Демонстрационный материал (готовые изделия и фотографии). Последовательность изготовления.

Практика. Совместное изготовление новогодних сувениров с родителями. Подведение итогов совместной деятельности.

7.2. Посещение музея, выставок.

Теория. Правила поведения.

Практика. Мастер – классы, игры

7.3. День рождения ЦДЮ.

Теория. Правила поведения во время массового мероприятия. История развития центра.

Практика. Участие в мероприятиях.

7.4. Экскурсия по музею Центра детей и юношества «Наш центр: вчера, сегодня, завтра»

Теория. Ознакомление детей с историей учреждения.

Практика. Участие в интеллектуальной игре.

7.5. Итоговое занятие в конце учебного года совместно с родителями.

Теория. Работа с технологическими картами.

Практика. Совместное изготовление народной куклы. Выставка готовых работ.

Тема 8. Аттестация.

Теория. Подведение итогов учебного года, выставка детских работ. Обсуждение выставки. План работы на следующий учебный год.

Практика. Игровое мероприятие совместно с родителями.

Содержание программы второго года обучения

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория. Техника безопасности при работе с утюгом, на электрической швейной машине, с термопистолетом. Пожарная безопасность. Безопасная работа с клеем «Момент».

Практика. ВТО различных тканей. Подключение швейной машины и заправка верхней и нижней нити.

Тема 2. Основы шитья и кроя. Оформительские приемы, используемые на ткани.

2.1 Знакомство с разными видами тканей (х/б, шелковыми, меховыми, ворсовыми, кожей и т.д.)

Теория. Краткие сведения о тканях. Шелковые ткани, искусственный и натуральный мех, бархат, плюш. Происхождение и отличие натуральных тканей от искусственных. Практическое применение. Особенности ВТО, чистки. Видеоматериал по теме

Практика. Просмотр образцов ткани. ВТО образцов.

2.2 Особенности кроя разных видов ткани.

Теория. Особенности кроя меха, направления ворса. Поделки из кожи. Область применения. Изменение формы натуральной кожи под действием высоких температур.

Практика. Крой искусственного и натурального меха. Сшивание деталей кроя из искусственного меха.

2.3. Знакомство с устройством швейной машины.

Теория. История развития швейной машины. Устройство швейной машины. Правила работы на швейной машине.

Практика. Подключение швейной машины, заправка верхней и нижней нити.

2.4.Выполнение основных строчек, регулировка швейной машины.

Теория. Соединительная строчка, строчка зиг-заг. Настройка нужной строчки. Регулировка длины и ширины стежка. Намотка на шпульку. Подбор ниток. Область применения определенной строчки.

Практика. Выполнение соединительной строчки, строчки зигзаг с разной шириной и длиной стежка. Закрепка в начале и конце строчки. Заправка машины, намотка на шпульку. Обметка края изделия.

Тема 3. Изготовление сувениров и подарков.

3.1. Сувенир с проволочным каркасом «Лисички».

Теория. Необходимость каркаса. Изготовление каркаса из проволоки. Обмотка каркаса ватой, синтепоном и нитками.

Практика. Крой деталей по выкройке из трикотажа. Создание каркаса и обмотка. Обшивка трикотажем. Крепление к подставке. Оформление травкой, листочками.

3.2. Новогодние сувениры: «Морозик».

Теория. Технология и последовательность изготовления. Допускаемые ошибки.

Практика. Подбор ткани, необходимой расцветки и качества. Подготовки ткани к раскрою. Крой деталей. Оформление бороды из ниток или синтепона. Оформление лица: нос из шарика, глаза бусинки или мелкие пуговицы. Крепление синтепона или меха на шапку и шубу. Окончательное оформление пайетками.

Тема 4. Изготовление игрушек.

4.1. Игрушки для интерьера: «Заяц»

Теория. Направление «Тильда». Последовательность изготовления. План работы. Подбор ткани.

Практика. Особенности кроя изделий «Тильда». Пошив на швейной машине или швом «назад иголка».

4.2. Игрушки на веревочном креплении конечностей: «Мышки в костюмчиках».

Теория. Понятие вытачка, подвижные лапки. Основные приемы. Работа по схеме.

Практика. Самостоятельный выбор ткани. Раскладка выкройки на ткань, прибавка на шов. Раскрой вместе с частью одежды. Пошив швом «назад иголка» или на швейной машине. Сборка элементов игрушки в готовое изделие

Тема 5. Изготовление кукол.

5.1. Народная кукла: птица счастья, кукла-закрутка, кубышка-травница, веснянка, куколка на счастье, пасхальная голубка.

Теория. Виды тряпичных кукол по назначению и изготовлению. Работа с технологическими картами. Подготовка ткани. Подготовка наполнителя для кубышки-травницы. Техника изготовления куклы. Практические цели рукотворных кукол.

Практика. Поэтапное изготовление народной куклы.

5.2.Текстильная кукла Тильда

Теория. Бескаркасная текстильная кукла. Работа с выкройками, подбор ткани. Основные приемы при изготовлении подвижных ручек и ножек.

Практика. Подготовка ткани. Подготовка необходимого наполнителя. Раскрой деталей. Пошив деталей на швейной машине. Оформление прически.

5.3. Пошив одежды для кукол.

Теория. Снятие мерок. Особенности выкройки. Правила раскладки выкройки на ткань.

Практика. Крой изделия по готовой выкройке, пошив и обработка изделия.

Тема 6. Декоративно-прикладное творчество.

6.1 Лоскутная техника.

Теория. Цветовое сочетание тканей. Цветовой круг. Разнообразие видов и техник. Техники работы с полосками, квадратами и треугольниками. План работы и технология изготовления изделия.

Практика. Подбор тканей, крой деталей. Сборочные операции лоскутков. Эстетическое оформление изделия.

6.2.Аппликация.

Теория. Виды аппликации, особенности крепления.

Практика. Изготовление аппликации с использованием машинной строчки «зиг-заг».

6.3. Изготовление цветов из ткани.

Теория. Приемы работы с капроновой и атласной лентой, сеткой, флисом. Демонстрация образцов, схем, фотоматериалов.

Практика. Изготовление цветов из сетки, атласной ленты, флиса.

Тема 7. Воспитательные мероприятия.

7.1. Творческие встречи «Новый год - семейный праздник» мастер-класс для детей и родителей.

Теория. Работа с технологическими картами.

Практика. Совместное изготовление новогодних сувениров с родителями.

7.2. Посещение музея, выставок.

Теория. Правила поведения.

Практика. Участие в игровой программе, мастер-классе.

7.3. Мероприятие совместно с родителями.

Теория. Традиции русского народа.

Практика. Изготовление народной куклы. Выставка работ.

7.4. День рождения ЦДЮ.

Теория. Правила поведения во время мероприятия. История развития центра.

Практика. Участие в мероприятиях.

7.5. Масленица: игровая программа и мастер-классы

Теория. Традиции празднования масленицы на Руси.

Практика. Участие в мероприятиях, мастер-классах.

Тема 8. Аттестация.

Теория. Итоги учебного года, выставка детских работ. План работы на следующий учебный год.

Практика. Игровая программа совместно с родителями.

Содержание программы третьего года обучения

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Техника безопасности при работе с утюгом, на электрической швейной машине, с термопистолетом. Викторина по закреплению знаний детей о поведении в случае пожара.

Практика. Практическая работа с электроприборами.

Тема 2. Основы шитья и кроя. Оформительские приемы, используемые на ткани.

2.1. Правила и особенности кроя.

Теория. Мех, вельвет, трикотаж. Особенности кроя и раскладки ткани в полосу и клетку.

Практика. Практическая работа по раскрою тканей. ВТО.

2.2 Оформление лица, глаз, волос.

Теория. Специальный прием – утяжка лица. Оформление глаз методом аппликации, рисование линнером, вышивка гладью цветными нитками. Оформление губ. Схемы крепления волос для разных причесок.

Практика. Отшивание образца лица куклы.

2.3 Выполнение основных и декоративных строчек на швейной машине.

Теория. Регулировка длины, ширины стежка. Приемы выполнения швейных строчек. Правильный подбор ниток и иголок в соответствии с толщиной ткани. Смена иглы.

Практика. Регулировка строчки. Отработка соединительной строчки, декоративной, зигзаг, обметка края изделия.

Тема 3. Изготовление сувениров и подарков.

3.1. Сувенир с проволочным каркасом «Ромашка».

Теория. Схемы каркасов для изготовления мягких игрушек, сувениров и кукол. Особенности изготовления каркаса.

Практика. Заготовка деталей кроя из фетра. Формирование каркаса. Сборка с применением клея «Момент».

3.2. Новогодние сувениры: «Символ года».

Теория. Выкройки, план работы. Допускаемые ошибки.

Практика. Крой деталей из ткани, синтепона, меха.

Тема 4. Изготовление кукол.

4.1. Народная кукла.

Теория. История народной куклы. Типы и назначения кукол. Русская народная сказка «Крупеничка». Готовые образцы, иллюстрации, схемы изготовления.

Практика. Подбор ткани, крой по шаблону. Изготовление куклы, оформление. Просмотр и обсуждение изготовленных работ.

4.2. Текстильная кукла Тильда

Теория. Работа с выкройками. Правила кроя. Экономичность раскладки выкройки на ткань. Техники изготовления и моделирования прически. Последовательность выполнения работы.

Практика. Подбор материала для изготовления куклы. Подготовка ткани к крою. Перенос выкройки на ткань. Сшивание деталей на электрической швейной машине, крой. Работа с набивочным материалом, крепеж отшитых деталей при помощи пуговиц.

4.3. Пошив одежды для кукол.

Теория. Снятие мерок. Крой изделий по выкройке с учетом особенностей используемой ткани. Последовательность сборки. Оформление тесьмой, кружевом, вышивкой.

Практика. Подбор ткани. ВТО. Раскрой, сметывание, примерка изделия. Стачивание швов на швейной машине. Обработка швов строчкой зигзаг. Оформление тесьмой.

Тема 5. Декоративно-прикладное творчество Работа с тканью.

5.1 Лоскутная техника.

Теория. Роль изделий декоративно-прикладного искусства в интерьере. Основы цветового сочетания в изделии. Подготовка ткани разной фактуры. Необходимые инструменты и принадлежности. Последовательность сборки блоков и всей композиции. Ускоренные техники. Оформление панно в рамку.

Практика. Подбор ткани по цвету и фактуре. Подготовка ткани. Раскрой по шаблонам. Стачивание элементов на швейной машине. ВТО. Крепление на основу.

5.2. Изготовление панно из ткани

Теория. Составление эскиза или выполнение чертежа. Ускоренные техники. Оформление панно в рамку.

Практика. Подбор ткани по цвету и фактуре. Подготовка ткани. Раскрой по шаблонам. . Отделочные работы и оформление.

5.3. Изготовление цветов из ткани.

Теория. Особенности работы с атласными лентами.

Практика. Раскрой лент и сборка кроя в готовое изделие при помощи ниток, клея.

Тема 6. Воспитательные мероприятия.

6.1. Творческие встречи «Новый год - семейный праздник». Мастер класс для родителей и детей.

Теория. Новогодние традиции. Работа с технологическими картами.

Практика. Совместное изготовление сувениров с родителями из готового кроя.

6.2. Посещение музея, выставок.

Теория. Правила поведения.

Практика. Участие в мастер-классе, игровой программе.

6.3. День рождения ЦДЮ.

Теория. История учреждения.

Практика. Участие в мероприятиях.

6.4. Масленица: игровая программа и мастер-классы

Теория. Традиции празднования масленицы в России

Практика. Участие в мероприятиях, мастер-классах.

6.5. Итоговое мероприятие совместно с родителями

Теория. Традиций русского народа.

Практика: изготовление народной куклы. Выставка готовых работ.

Тема 7. Аттестация.

Теория. Итоги учебного года, выставка детских работ.

Практика. Игровая программа.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Примерный календарный учебный график на 2023-2024 учебный год для групп 1-3-го годов обучения смотри ниже в разделе «Приложения» (Приложение 1-3).

2.2. Методическое обеспечение

При разработке программы использовались следующие принципы:

- наглядность и доступность;
- сознательность и активность (понимание того, что данные умения и знания пригодятся в жизни; желание овладеть этими знаниями);
- связь обучения с практикой (данный принцип обосновывает включение в программу специальных занятий, формирующих навыки применения приобретенных в образовательной деятельности знаний и умений);
- постепенное усложнение учебного материала по годам обучения.

Программа состоит из нескольких тематических блоков, в том числе: введение, основы шитья и кроя, оформительские приёмы, изготовление сувениров и подарков, кукол и игрушек, декоративно-прикладное творчество, художественное оформление изделий, подведение итогов.

Программа также включает основы материаловедения и цветоведения, освоение техники лоскутного шитья и изготовление цветов из ткани, народной куклы, мягких игрушек, предметов быта и сувениров. Таким образом, большая часть времени отводится практической деятельности. Для приобщения учащихся к декоративно-прикладному творчеству в программу включено посещение музеев г. Ярославля и выставок. Умения и навыки, развитие которых предусматривает данная программа, имеют прикладное назначение, т.е. они необходимы

каждому ребёнку для того, чтобы ухаживать за своей одеждой и, в какой-то мере, обслуживать себя. Кроме того, работа трудоемкая, кропотливая, требует усидчивости.

При разработке программы учитывались особенности детской и подростковой психологии, а также пожелания учащихся объединения. Педагог может вносить изменения в содержание тем, дополнять занятия новыми практическими приемами.

В процессе реализации программы используются разнообразные формы организации образовательной деятельности: рассказ, беседа, практическая работа, выставки, экскурсии, конкурсы.

Программа может быть реализована по отдельным темам с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий с использованием систем дистанционного обучения. Для этого разрабатываются информационные и учебно-дидактические материалы.

Форма обучения в объединении групповая с использованием индивидуального подхода. Учитывая возрастные и психологические особенности учащихся для реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные методы (рассказ, беседа, объяснение);
- наглядные методы (показ презентаций, видеоматериала, фотоматериал);
- практические методы (практические упражнения);
- объяснительно-иллюстративные методы;

На протяжении каждого занятия чередуются различные формы и методы работы. Грамотно подобранная смена форм работы не позволяет учащемуся переутомиться, поддерживает его интерес к занятиям.

Для качественного усвоения программы с каждым учащимся ведется индивидуальная работа по отработке выполнения технических операций и приемов. Любая созданная учащимся работа наглядно демонстрирует его возможности, а также владение техническими приемами изготовления программных изделий. Индивидуальный подход в обучении позволяет осуществлять дифференциацию в процессе обучения.

Коллективная форма обучения используется при изучении нового материала, повторении, закреплении пройденного, а также в процессе коллективного просмотра демонстрационных объектов (фотографий, рисунков, готовых эскизов), обсуждении выставочных работ и вариантов выполнения практических заданий.

Коллективная работа учит детей быть толерантными друг к другу, развивает у детей коммуникативные навыки, умение слушать и слышать, а также способность участвовать в поиске и принятии коллективных решений.

Кроме методов обучения, важное значение имеют методы воспитания: метод примера, стимулирования, приучения.

Воспитание является неотъемлемым аспектом образовательной деятельности. Содержание воспитания находится в зависимости от тематики занятия, этапа обучения и учебного занятия.

Формы воспитательной работы: традиционные праздники коллектива, учебные экскурсии.

На вводном занятии очень важно познакомить учащихся с историей и традициями детского коллектива и Центра детей и юношества.

В процессе обучения по программе приоритетным является стимулирование интереса к занятиям, воспитание бережного отношения к материалам и оборудованию, используемых на занятиях.

В процессе обучения педагог особое внимание обращает на воспитание эмоциональной отзывчивости, культуры общения в коллективе, работоспособности, аккуратности.

Оценивание результатов воспитательной работы происходит в процессе педагогического наблюдения на протяжении всего периода обучения.

Важным методическим компонентом программы, способствующим развитию культурного уровня учащихся, является участие учащихся в различных мероприятиях,

праздниках и фестивалях. Подготовка работ и выступления на мероприятиях по итогам обучения воспитывают в детях целеустремлённость, самостоятельность, терпение, трудолюбие.

Воспитанию любви к народному творчеству помогает участие в периодических встречах с другими детскими коллективами. Большое воспитательное значение имеет подведение итогов, анализ и оценка ее.

Надо помнить, что только критическое замечание не по существу лишает ребят радости, может вызвать нежелание продолжать работу, поэтому оценка должна носить объективный, обоснованный характер.

Наиболее подходящая форма оценки – это организованный просмотр выполненных образцов изделий. Такой просмотр можно устроить как временную выставку. Выставку можно демонстрировать несколько дней, чтобы дети из других групп могли посмотреть изделия, сравнить их и дать оценку. Коллективные просмотры выполненных игрушек, их анализ, приучают обучающихся справедливо и объективно оценивать работу свою и других, радоваться не только своей, но и общей удачи.

При реализации программы используются: технология личностно-ориентированного обучения, технология развития творческого потенциала личности. Также могут быть использованы дистанционные образовательные технологии.

Методы воспитания:

- методы формирования сознания (методы убеждения);
- методы организации деятельности и формирования опыта поведения;
- методы стимулирования поведения и деятельности: методы поощрения: создание «ситуации успеха», благодарность, награждение и др.; методы наказания: замечание, общественное порицание, метод естественных последствий.

Формы и методы, используемые в процессе проведения занятий

Учитывая психологические особенности детей, цели и задачи, содержание учебного материала, в образовательном процессе применяем разнообразные методы и приемы обучения:

- словесные (рассказ, беседа),
- наглядные (демонстрация образцов, дидактического материала – фотографии, рисунки, схемы, отдельные отшитые детали игрушки, выкройки, лекало, показ готовых изделий),
- практические.

Применение наглядных пособий играет большую роль в усвоении детьми нового материала. Средства наглядности позволяют дать детям разносторонние понятия о каком-либо образце или выполнении определенного задания, способствуют более прочному усвоению материала. Они необходимы при объяснении задания или в процессе беседы. Образцы дают точное представление о размере, форме, объеме изделия. Они служат и наглядным материалом для показа конструктивного соединения деталей, выполнения различных видов швов, оформления.

Почти каждое занятие по темам включает практическую и теоретическую части. Практическая часть занимает большую часть времени, где обучающиеся объединения выполняют крой, пошив руками и на швейной машине, оформляют внешний вид своей работы.

В преддверии новогодних праздников, Масленицы и в конце учебного года традиционно в объединении совместно с родителями проходят мастер-классы (изготовление оберега «Божье око», Ярославской народной куклы «Катя», новогодних сувениров), выставки детских работ и другие образовательные мероприятия («Чайные традиции», интеллектуальная игра «Знатоки русских традиций»).

Регулярно организовываются тематические выставки детских работ объединения «Умелая иголочка» в витрине на 1 этаже учреждения.

В образовательный процесс обязательно включается коллективная работа. Такая форма организации труда способствует сплочению коллектива. Коллективное выполнение заданий содействует воспитанию общительности и дружеских взаимоотношений в коллективе, чувство взаимопомощи.

Методические рекомендации по реализации программы

Первый год обучения

№ п/п	Тема занятия	Материалы и оборудование	Формы, методы и средства
1.	Введение На занятии происходит знакомство с образовательной программой на первый год обучения и с планом работы объединения на учебный год, техникой безопасности, гигиеной труда, организацией рабочего места	Рисунки, фотографии, иголки, ножницы, клей, портновские булавки	Рассказ, демонстрация, практическая работа, инструктаж
2.	Основы шитья и кроя. Оформительские приёмы на ткани		
2.1	Знакомство со швейным оборудованием, инструментами, электроприборами	Фотографии, иголки, наперстки, распарыватель	Рассказ, демонстрация, практическая работа, чтение и постановка сказки «Принцесса Иголочка»
2.2	Знакомство с натуральными тканями и предметами рукоделия	Образцы тканей и предметы для рукоделия.	Рассказ, демонстрация, просмотр видео материала, практическая работа
2.3	Знакомство с различными видами ручных швов	Образцы швов, рисунки, иголки, ткань	Рассказ, демонстрация, практическая работа
2.4	Влажно-тепловая обработка ткани	Гладильная доска, утюг, ткани.	Рассказ, демонстрация, практическая работа.
2.5	Знакомство с кроем	Ткань, выкройки, лекало, булавки, линейка, карандаш, мел	Объяснение, демонстрация, практическая работа
2.6	Работа с фурнитурой. Освоение техники пришивания фурнитуры на ткань (пуговицы, крючки, бусинки и т.д.)	Образцы, фотографии, рисунки, швейная фурнитура, ткань, нитки, иголка	Рассказ, демонстрация, практическая работа
2.7	Оформление лица, мордочки животных (глаз, носов, рта, волос)	Фотографии, цветная, бумага, образцы, клей, льняная ткань, кожа, пуговицы	Объяснение, практическая работа
3	Изготовление сувениров и подарков		
3.1	Изготовление сувенира «Кошечка», «Снеговичок»	Ткань, выкройка, пуговицы, нитки, иголка, булавки, синтепон, отшитый образец, фотографии образцов	Объяснение, демонстрация, практическая и самостоятельная работа
4.	Изготовление бескаркасных мягких игрушек		
4.1	Мягкая игрушка «Медвежонок»	Однотонная х/б ткань, пуговицы для глаз, кусочек кожи для подглазника, розовая ткань для внутренней части ушей, нитки в цвет ткани, ножницы, иголка, фурнитура для оформления внешнего вида, фотоматериал	Объяснение, демонстрация, практическая и самостоятельная работа
4.2	Функциональные игрушки: игольница «Божья коровка»	Красная и черная х/б ткань, нитки крепкие, 2 бусинки, ножницы, лекало, иголка, клей, зеленая ткань для	Демонстрация, фото, рисунок, практическая работа.

		листьев, образец.	
4.3	Функциональная игрушка «Собачка Соня»	Ткань х/б/, нитки в цвет ткани, иголка, мулине черного цвета для оформления, пуговицы для глаз, синтепон, фотографии	Объяснение, демонстрация, практическая работа
5.	Изготовление кукол		
5.1	Народная кукла: «Колокольчик», «Зайчик-на-пальчик», «Куватка», «Пеленашка» «Бабочка», «Рождественский ангел», «Подорожница», «Мамка»	Хлопчатобумажные ткани, вата, нитки №10, цветные нитки мулине для оформления, образцы	Технологическая карта, объяснение, демонстрация
5.2	Изготовление кукол из носков и перчаток.	Носок, шерстяные нитки, синтепон, иголка	Объяснение, демонстрация, практическая работа
5.3	Кукла текстильная «Маша»	Ткань бежевого цвета, набивочный материал, нитки для волос, акриловые краски для ткани	Объяснение, демонстрация, практическая работа
6.	Декоративно-прикладное творчество		
6.1	Лоскутная техника: прихватка «Карусель» из полос	Хлопчатобумажная ткань, нитки, ножницы, иголка, шаблон, образец	Рисунок, демонстрация, практическая работа
6.2	Аппликации, выполненные вручную	Фрагменты из ткани, нитки, прокладочная клеевая ткань	Объяснение, демонстрация, практическая работа
7.	Воспитательные мероприятия		
7.1	Творческие встречи «Новый год - семейный праздник»	Ткани, нитки, ножницы, цветная бумага, клей, образец	Объяснение, демонстрация, практическая работа, коллективное подведение итогов
7.2	Посещение музея, выставок.	Автобус	Объяснение
7.3	День рождения ЦДЮ	Программа праздника	Объяснение, рассказ
7.4	Экскурсия по музею Центра детей и юношества «Наш центр: вчера, сегодня, завтра»	Экскурсовод, программа экскурсии	Объяснение, демонстрация, игра
7.5	Мероприятие совместно с родителями (игра интеллектуальная, мастер-класс по изготовлению народной куклы)	Хлопчатобумажная ткань, ножницы, иголка, нитки «ирис», образец	Объяснение, демонстрация, практическая работа, коллективное подведение итогов
8.	Аттестация.	Готовые работы, бумага, ручка	Демонстрация, беседа

Второй год обучения

№ п/п	Тематические блоки /темы занятий	Материалы и оборудование	Формы, методы и средства
1.	Введение. Знакомство с образовательной программой на второй год обучения, с планом работы объединения на учебный	Рисунки, фотографии, ножницы, иголки, утюг	Рассказ, демонстрация, практическая работа, инструктаж

	год, повторяются правила безопасного труда(приложение №1)		
2.	Основы шитья и кроя. Оформительские приёмы, используемые на ткани		
2.1	Знакомство с ворсовыми тканями, искусственным мехом, трикотажем и др. видами тканей.	Ножницы, иголки, различные виды тканей	Рассказ, демонстрация, практическая работа
2.2	Особенности кроя разных видов ткани	Ткань, выкройки, булавки, линейка, карандаш, мел	Демонстрация, практическая работа
2.3	Знакомство с устройством швейной машины	Схема швейной машины, швейная машина	Рассказ, демонстрация
2.4	Выполнение основных строчек, регулировка швейной машины	Ткань, нитки	Демонстрация, практическая работа
3.	Изготовление сувениров и подарков		
3.1	Сувенир с проволочным каркасом «Лисички»	Оранжевый трикотаж, проволока, синтепон, картон, зеленая ворсовая ткань для подставки	Объяснение, демонстрация, практическая работа
3.2	Новогодние сувениры: «Морозик»	Ткань флис, синтепон, кусочки искусственного меха, клей, нитки, ножницы, иголки	Объяснение, практическая работа
4.	Изготовление игрушек		
4.1	Игрушки для интерьера: «Заяц»	Ткань х/б, иголка, ножницы, выкройки, синтепон, бусинки, пуговицы	Демонстрация, объяснение, практическая работа
4.2	Игрушки на веревочном креплении конечностей: «Мышки в костюмчиках»	Серый или белый плотный трикотаж, ткань в цветочек, черные бусинки для глаз, синтепон, нитки, иголки, выкройка, суровая нить	Объяснение, демонстрация, практическая работа
5.	Изготовление кукол		
5.1	Народная кукла: «Закрутка», «Птица-Счастья», «Кубышка-травница», «Веснянка», «Пасхальная голубка», «Куколка на счастье»	Х/б ткани, вата, нитки №10, нитки мулине для оформления, образцы, ароматные травы	Инструкционно-технологические карты, демонстрация, практическая работа
5.2	Текстильная кукла Тильда	Ткань светлая х/б, синтепон, нитки для волос, выкройки, нитки для шитья, иголки, портновские булавки	Объяснение, демонстрация, практическая работа
5.3	Пошив одежды для кукол	Ткань флис, цветные нитки, швейная машина, резинка, нитки, иголки, сантиметровая лента, выкройка	Объяснение, демонстрация, практическая работа
6.	Декоративно-прикладное творчество		
6.1	Лоскутная техника	Х/б ткань, нитки, иголка, лекало, схема, образец	Объяснение, демонстрация, практическая работа
6.2	Аппликация	Х/б ткань, нитки, иголка, лекало, рисунок, образец	Объяснение, демонстрация, практическая работа
6.3	Изготовление цветов из ткани.	Капроновая и атласная ленты, вуаль, нитки, иголки	Объяснение, демонстрация, практическая работа
7.	Воспитательные мероприятия		

7.1	Творческие встречи «Новый год - семейный праздник»	Ткани, нитки, ножницы, цветная бумага, клей, образец	Объяснение, демонстрация, практическая работа
7.2	Посещение музея, выставок.	Автобус	Беседа
7.3	Мероприятие совместно с родителями (игра интеллектуальная, мастер-класс по изготовлению народной куклы)	Хлопчатобумажная ткань, ножницы, иголка, нитки «ирис», образец	Объяснение, демонстрация, практическая работа, коллективное подведение итогов
7.4	День рождения ЦДЮ	Программа праздника	Объяснение, рассказ
7.5	Масленица: игровая программа и мастер-классы	Ткани, нитки, ножницы, образец	Объяснение, рассказ, практическая работа
8.	Аттестация.	Ножницы, бумага, ручка, готовые работы	Коллективное обсуждение, игра.

Третий год обучения

№ п/п	Тема занятия	Материалы и оборудование	Формы, методы и средства
1	Введение. Знакомство с программой 3-го года обучения и планом работы объединения на предстоящий учебный год, повторяются правила безопасного труда(приложение№1)	Рисунки, фотографии, иголки, ножницы, клей, термопистолет, утюг	Беседа, рассказ демонстрация, практическая работа
2	Основы шитья и кроя. Оформительские приёмы, используемые на ткани		
2.1	Знакомство с кроем	Ткани в клетку, ткани в полоску, искусственный мех, вельвет, выкройки, линейка, мел	Объяснение, демонстрация, практическая работа
2.2	Оформление лица куклы, волос, глаз	Трикотаж, нитки, шерстяные нитки, иголка, пуговицы	Объяснение, демонстрация, практическая работа
2.3	Выполнение основных и декоративных строчек на швейной машине	Швейная машина, ткань х/б, нитки	Объяснение, демонстрация, практическая работа
3	Изготовление сувениров и подарков		
3.1	Изготовление сувенира с проволочным каркасом «Ромашка»	Проволока, зеленый драп или клеенка, зеленый шнур, белый трикотаж	Объяснение, демонстрация, практическая работа
3.2	Новогодние сувениры: «Символ года»	Ткань, синтепон, клей «Момент», бусинки, схема изготовления	Объяснение, демонстрация, практическая работа
4	Изготовление кукол		
4.1	Изготовление тряпичной куклы: «Зернушка», «неразлучники» «подорожница», «вепская кукла»	Ткань х/б, ватин, синтепон, опилки, ароматные травы, нитки №10, нитки мулине красные, зерно, деревянная палочка	Инструкционно-технологическая карта, рассказ, демонстрация, практическая работа
4.2	Текстильная кукла Тильда	Ткни, выкройки, материал для прически, набивочный материал, образец, нитки для шитья, суровая нить, пуговицы	Объяснение, демонстрация, практическая работа

4.3	Пошив одежды для кукол	Ткань х/б, резинка, кружево, выкройки, мел, булавки, швейная машина	Объяснение, демонстрация, практическая работа
5.	Декоративно-прикладное творчество		
5.1	Лоскутная техника	Ткани х/б, лекало, линейка, ножницы, нитки, булавки	Демонстрация, практическая работа, презентация
5.2	Панно из ткани	Ткани х/б, лекало, линейка, ножницы, нитки, булавки	Демонстрация, практическая работа
5.3	Изготовление цветов из ткани, лент	Ножницы, иголка, атласная лента, клей	Объяснение, демонстрация, практическая работа
6.	Воспитательные мероприятия		
6.1	Творческие встречи «Новый год - семейный праздник» Мастер-класс для родителей и детей	Хлопчатобумажная ткань, ножницы, иголка, нитки, образец	Объяснение, демонстрация, практическая работа, коллективное подведение итогов
6.2	Посещение музея и выставки декоративно-прикладного творчества	Автобус	экскурсия
6.3	День рождения ЦДЮ	Программа праздника	Объяснение, мастер-класс
6.4	Масленица: игровая программа и мастер-классы	Хлопчатобумажная ткань, ножницы, иголка, нитки, образец	Объяснение, практическая работа
6.5	Мероприятие совместно с родителями (игра интеллектуальная, мастер-класс по изготовлению народной куклы)	Хлопчатобумажная ткань, ножницы, иголка, нитки «ирис», образец	Объяснение, демонстрация, практическая работа, коллективное подведение итогов
7.	Аттестация	Бумага, ручка, ножницы, готовые работы	Коллективное обсуждение, игра

2.3. Оценочные материалы

Определены критерии, по которым оценивается работа обучающихся на разных годах обучения:

1. **первый** год обучения – аккуратность, технологическая грамотность выполнения изделий;
2. **второй** год обучения – аккуратность, технологическая грамотность и проявление элементов творчества при изготовлении изделий;
3. **третий** год обучения – степень самостоятельности выполнения изделий, уровень их качества и эстетический вид.

Основным механизмом выявления результатов воспитания является педагогическое наблюдение. Критерии педагогического наблюдения:

- проявляет /не проявляет интерес к знакомству с историей объединения;
- знает/не знает значимые факты из истории объединения и Центра;
- активен / пассивен в процессе учебной деятельности;
- принимает /не принимает участие в мероприятиях, проходящих в детском коллективе, в Центре детей и юношества;
- проявляет / не проявляет культуру поведения в различных образовательных ситуациях;
- проявляет / не проявляет эмоциональную устойчивость в различных образовательных ситуациях;
- проявляет / не проявляет стремление к совершенствованию результатов в выбранном профиле деятельности;

- проявляет / не проявляет умение позитивного взаимодействия с другими членами коллектива.

Контроль освоения обучающимися программы осуществляется путем оценивания следующих критериев (параметров):

- Теоретические знания.
- Практические умения и навыки.
- Самостоятельность и творческий подход к работе.
- Участие в коллективной тематической работе.
- Участие в выставках.

Теоретические знания:

Теоретические знания:

высокий уровень – показывает хорошие знания по видам интерьерной игрушки и основам лоскутной техники, владеет основными понятиями и терминами;

средний уровень – имеет нечеткие знания, не всегда самостоятелен, требуется помощь педагога;

низкий уровень – путается в вопросах, недостаточно усвоил основной материал.

Практические умения и навыки:

высокий уровень – умело использует материалы и грамотно их komponует; грамотно производит раскрой деталей изделия; точно работает по технологической карте; соблюдает последовательность сборочных операций, проявляет фантазию в творческих заданиях;

средний уровень – выполняет задания в соответствии с полученными знаниями, но выполнение вызывает трудности; производит раскрой деталей изделия, но требуется помощь педагога;

низкий уровень – испытывает затруднения при выполнении задания и упражнения, не умеет доводить работу до конца.

Самостоятельность и творческий подход к работе:

высокий уровень – воплощение соответствует выбранной теме, работа выполнена оригинально, содержит единство формы и содержания, своеобразие использования материалов;

средний уровень – воплощение соответствует выбранной теме, форма соответствует содержанию, но работа выполнена шаблонно;

низкий уровень - форма соответствует содержанию, но требует доработки, задание не выполнено до конца, воплощение замысла шаблонно, без творчества.

Участие в коллективной тематической работе:

высокий уровень - принимает активное участие в коллективной работе, стремится к качественному выполнению работы, свободно применяет полученные знания на практике;

средний уровень - принимает участие в коллективной работе, применяет полученные знания на практике, но испытывает затруднение при выполнении практической работы;

низкий уровень - неохотно принимает участие в коллективной работе, испытывает затруднение при выполнении практической работы.

Участие в выставках:

высокий уровень – активно участвует в выставках разного уровня, стал лауреатом или дипломантом;

средний уровень – участвует в выставках городского и регионального уровня;

низкий уровень - очень редко принимает участие в выставках.

По итогам оценивания формируется сводная таблица.

№ п/п	ФИ уч-ся	Теоретические знания	Практические умения и навыки	Самостоятельнос ть и творческий подход к работе	Участие в коллективной тематической работе	Участие в выставках	итого
----------	----------	-------------------------	---------------------------------	---	---	------------------------	-------

1							
...							
итоги		Освоение содержания программы					В – С – Н –

Мониторинг результатов образовательной деятельности

Первый год обучения:

Цель мониторинга - Проверить уровень теоретических знаний, предусмотренных программой и определить степень владения практическими навыками по изготовлению готовых изделий.

Предмет мониторинга	Критерии	Методы отслеживания и фиксации	Сроки	Последствие
Знание техники безопасности	Знают правила безопасной работы со швейными принадлежностями и умеют использовать правила на практике	- Устный опрос. - Наблюдение. - Фиксация итогов в рабочей тетради педагога. - Тест: «Техника безопасности».	- По мере прохождения темы. - В процессе каждого занятия.	- Индивидуальная работа со слабоосваивающими правилами. - Привлечение обучающихся, овладевших правилами, к контролю за исполнением правил других обучающихся в процессе совместной работы.
Ткани и материалы	- Знают свойства и название разных видов тканей. - Знают названия, назначения и элементарные свойства материалов, используемых в изготовлении мягких игрушек и текстильной куклы - Умеют определить лицевую, изнаночную стороны, нить основы и утка. - Умеют правильно выбирать ткань для программного изделия.	- Устный опрос. - Наблюдение. - Практическое задание по теме.	По мере прохождения темы.	Индивидуальная работа.
швейные навыки	Знают технику выполнения ручных швов; выполнять простые ручные швы.	Отшивание образцов.	В процессе каждого занятия.	Индивидуальная работа.
основы раскроя	Умеют раскроить материал, используя выкройки и шаблоны;	- Дидактичная игра «Словарь». - Дидактическая игра «Размести шаблон».	- По мере прохождения темы. - В процессе каждого	- Индивидуальная работа. - Обсуждение результатов игры.

		• Наблюдение в процессе работы.	занятия.	
приемы изготовления мягкой игрушки в разной технике	• Владеют правилами набивки; • Умеют изготовить мягкую игрушку по выкройке, предусмотренную данной программой; • Умеют производить сборочные технологии изготовления игрушек, предусмотренных программой на основе «шарика».	• Тест «Этапы изготовления мягкой игрушки». • Выполнение практического задания. • Наблюдение.	По мере прохождения темы.	Совместное обсуждение выполняемой работы.
знание сведения о цветовом сочетании в изделиях	Знают закон гармоничных цветосочетаний.	• Устный опрос. • Тест «Основы цветоведения»	По мере прохождения темы.	• Индивидуальная работа. • Обсуждение готовых работ.
основы лоскутной техники и аппликации	• Знают названия основных техник. Умеют подготовить ткань. • Умеют раскроить ткань по шаблону. • Умеют выполнять сборку деталей вручную.	• Наблюдение. • Практическое задание.	По мере прохождения темы.	Индивидуальная работа.
Традиционная тряпичная кукла	• Знают из каких материалов изготавливаются куклы. • Знают виды кукол по назначению. • Умеют изготовить простую куклу по технологической карте.	• Устный опрос. • Разгадывание кроссворда.	По мере прохождения темы.	Индивидуальная работа.
Текстильная кукла	• Знают из каких материалов изготавливаются куклы. • Умеют подготовить ткань. • Умеют раскроить изделие по выкройке. • Умеют выполнить сборку деталей с использованием ручных швов. • Умеют крепить волосы в соответствии с видом прически. • Умеют оформить внешний вид изделия.	• Устный опрос. • Наблюдение. • Фиксация итогов в рабочей тетради педагога.	В процессе каждого занятия.	Индивидуальная работа.

Второй год обучения

Цель мониторинга - Проверить уровень теоретических знаний, предусмотренных программой и определить степень владения практическими навыками по изготовлению готовых изделий.

Предмет мониторинга	Критерии	Методы отслеживания и фиксации	Сроки	Последствие
Ткани	• Знают название тканей. • Знают особенности при крое. • Знают особенности при тепловой обработке. • Знают происхождение натуральных и искусственных тканей	• Выполнение практического задания. • Устный опрос.	• По мере прохождения темы. • В течение всего учебного года.	• Повторное объяснение темы с привлечением обучающихся.
Приемы изготовления игрушки	• Знают последовательность изготовления игрушки. • Умеют кроить детали по выкройке соблюдая правила кроя. • Умеют произвести сборку деталей игрушки на веревочном креплении конечностей. • Умеют оформить внешний вид изделия.	• Устный опрос. • Наблюдение. • Дидактическая игра «Словарь»	• По мере прохождения темы. • В процессе каждого занятия.	• Индивидуальная работа. • Совместное обсуждение выполняемой работы.
Лоскутная техника и аппликация	• Знают название основных техник. • Умеют подготовить ткань. • Умеют раскроить по шаблону. • Умеют произвести сборку изделия на швейной машине.	• Наблюдение. • Практическое занятие.	• По мере прохождения темы.	• Индивидуальная работа.
Пошив одежды для кукол	• Умеют снять основные мерки с готовой куклы. • Умеют раскроить несложную одежду для куклы по выкройке.	• Практическое занятие.	• По мере прохождения темы.	• Привлечение обучающихся для совместной работы.
Сувениры на проволочном каркасе	• Знают правила изготовления проволочного каркаса. • Умеют обшить готовый каркас трикотажным полотном.	• Наблюдение.	• По мере прохождения темы.	• Индивидуальная работа.
Изготовление народной куклы	• Знают виды кукол по назначению. • Умеют изготовить простую куклу по технологической карте. • Умеют подобрать ткань для куклы.	• Дидактическая игра «Словарь». • Наблюдение. • Практическое задание.	• По мере прохождения темы.	• Индивидуальная работа. • Совместное обсуждение выполняемой работы.

Работа на швейной машине	• Умеют заправить машину. • Умеют настроить ширину строчки. • Умеют настроить вид строчки. • Умеют отстрочить по прямой линии. • Умеют обмётывать строчкой «Зиг-заг» • Умеют делать закрепку.	• Выполнение практического задания. • Отшивание образцов.	• В процессе каждого занятия.	• Индивидуальная работа. • Привлечение обучающихся, овладевших правилами, для контроля и помощи в процессе совместной работы.
Изготовление цветов из ткани	• Умеют подобрать ткань для цветов. • Произвести сборку	• Выполнение практического задания. • Отшивание образцов.	• В процессе занятия.	• Индивидуальная работа

Третий год обучения

Цель мониторинга - Проверить уровень теоретических знаний, предусмотренных программой и определить степень владения практическими навыками по изготовлению готовых изделий.

Предмет мониторинга	Критерии	Методы отслеживания и фиксации	Сроки	Последствие
Ткани	• Знают название тканей. • Знают особенности при крое. • Знают особенности при тепловой обработке. • Знают происхождение натуральных и искусственных тканей	• Выполнение практического задания. • Устный опрос.	• По мере прохождения темы. • В течение всего учебного года.	• Повторное объяснение темы с привлечением обучающихся.
Знают основные приемы изготовления текстильной интерьерной куклы	• Знают последовательность изготовления куклы. • Умеют кроить детали по выкройке соблюдая правила кроя. • Умеют произвести сборку деталей куклы на веревочном креплении конечностей. • Умеют оформить внешний вид изделия.	• Устный опрос. • Наблюдение.	• По мере прохождения темы. • В процессе каждого занятия.	• Индивидуальная работа. • Совместное обсуждение выполняемой работы.
Лоскутная техника, лоскутное панно	• Знают название основных техник. • Умеют подготовить ткань. • Умеют раскроить по шаблону. • Умеют произвести сборку изделия на швейной машине.	• Наблюдение. • Практическое занятие.	• По мере прохождения темы.	• Индивидуальная работа.

Пошив одежды для кукол	• Умеют снять основные мерки с готовой куклы. • Умеют раскроить несложную одежду для куклы по выкройке.	• Практическое занятие.	• По мере прохождения темы.	• Привлечение обучающихся для совместной работы.
Сувениры на проволочном каркасе	• Знают правила изготовления проволочного каркаса. • Умеют обшить готовый каркас трикотажным полотном.	• Наблюдение.	• По мере прохождения темы.	• Индивидуальная работа.
Изготовление народной куклы	• Знают виды кукол по назначению. • Умеют изготовить простую куклу по технологической карте. • Умеют подобрать ткань для куклы.	• Дидактическая игра «Словарь». • Наблюдение. • Практическое задание.	• По мере прохождения темы.	• Индивидуальная работа. • Совместное обсуждение выполняемой работы.
Работа на швейной машине	• Умеют настроить вид строчки. • Умеют отстрочить по прямой линии. • Умеют обмётывать строчкой «Зиг-заг» • Умеют делать закрепку. • Умеют заменить иглу.	• Выполнение практического задания.	• В процессе каждого занятия.	• Индивидуальная работа. • Привлечение обучающихся, овладевших правилами, для контроля и помощи в процессе совместной работы.
Изготовление цветов из ткани	• Умеют подобрать ткань для цветов. • Произвести сборку	• Выполнение практического задания. • Отшивание образцов.	• В процессе занятия.	• Индивидуальная работа

2.4. Материально-техническое оснащение

Оборудование:

- столы и стулья, доска пластиковая;
- шкаф для хранения индивидуальных шкатулок детей, тканей, наглядных пособий;
- шкаф для хранения тканей, швейных принадлежностей, фурнитуры, наполнителей;
- швейная машина с электрическим приводом;
- электрический утюг;
- гладильная доска;
- компьютер.

Материалы и инструменты:

- картон, клей, кисти, карандаши, ручки;
- палочки для выворачивания мелких деталей и уголков, проволока для каркасов;
- ножницы, иголки разные, булавки портновские, напёрстки;
- наполнители: вата, синтепон, холлофайбер;
- хлопчатобумажные ткани, трикотаж, фетр, кожа, ворсовые ткани, искусственный мех;
- отделочные материалы, в том числе: тесьма, ленты, кружево, нитки мулине, цветные швейные нитки, пуговицы.

2.5. Кадровое обеспечение программы

Программа «Кукольный сундучок» реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование, соответствующее профилю программы, владеющим многообразием техник, приемов ручного шитья и изготовления игрушек, знающим основы изготовления народных и современных игрушек, повышающим постоянно уровень своего профессионального мастерства.

3. Список информационных источников

Нормативно-правовая база:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями.
2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ о внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся».
3. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 652н от 22 сентября 2021 г. «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации от 18.09.2017 г., регистрационный № 48226) «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02 ноября 2021 г. № 27 «О внесении изменения в пункт 3 постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».
8. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 21.03.2022 г. № 9 «О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-2019)", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
10. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
11. Положение об организации и осуществлении образовательного процесса в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утвержденное приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.

12. Положение о дополнительной общеобразовательной программе и порядке её утверждения в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утверждено приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.
13. Положение о форме, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и аттестации обучающихся ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утвержденное приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.
14. Положение о порядке обучения по индивидуальному учебному плану в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утвержденное приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.
15. Положение о реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронных средств обучения в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утвержденное приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.
16. Положение о порядке посещения учащимися мероприятий, проводимых в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества» и не предусмотренных учебным планом, утвержденное приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.
17. Методические рекомендации по разработке дополнительной общеобразовательной программы в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утвержденные приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.

Литература для педагога:

1. Баева Т., Глухов Г. Путешествие в Антресолию или чудесное превращение перчаток в... (серия "Самоделки"). - Полиграфическая фабрика "Малыш", 1990. – 20с.
2. Берстенёва Е., Догаева Н. Традиционная народная кукла своими руками «Кукольный сундучок». – М.: «Белый город», 2011. – 112с.
3. Каминская Е., Матюхина Ю., Пастухова Г. Лоскутное шитье. Красивые вещи своими руками. - Ростов н/Д: Владис: М.: РИПОЛ классик, 2009. – 256с.
4. Кашкарова - Герцог Е.Д. Руководство по рукоделию. – М.: «Радио и Связь», 1992. – 192с.
5. Лебедева Т.В., Шевченко Т.А. Модная кукла. Делаем сами. Пошаговое руководство / Т.В. Лебедева, Т.А. Шевченко. – Ростов н/Д: Владис, 2012. – 192с.
6. Максимова М., Кузьмина М., Кузьмина Н. Мозаика лоскутных узоров. – М.: Эксмо, 2010. – 64с.
7. Нагибина М.И. Чудеса из ткани своими руками. Популярное пособие для родителей и педагогов./Художники М.В. Душин, В.Н. Куров. – Ярославль: «Академия развития», 1997. – 208с.
8. Сметанина М. Мишка Тедди и его друзья: создай свою игрушку / М. Сметанина. – Ростов н/Д: Феникс, 2011. – 105с.
9. Шайдунова Н.В. Традиционная тряпичная кукла. Учебно-методическое пособие. – СПб.: ООО «Издательство «Детство – Пресс», 2011. – 176с.

Список интернет-источников:

1. Мастер-класс Тильда <https://masterclassy.ru/tilda/>
2. Календарь народной куклы <http://www.karakyli.ru/2018/10/18/kalendar-narodnoj-kukly-kovriki-3/>
3. Объемная аппликация из ткани https://www.youtube.com/watch?v=3dRaQPU_nNM
4. Неповторимые узоры из простых треугольников! Лоскутное шитье - блок "Калейдоскоп" <https://www.youtube.com/watch?v=CLkGgyF0IA>
5. Шьем заек для малышей https://vk.com/@tkani_tilda-shem-zaek-dlya-malyshei
6. Производство льняной ткани <https://www.youtube.com/watch?v=3ezowQi4yLo>
7. Мультфильм ситцевая улица <https://ok.ru/video/1192941062715>
8. Рассказ о народных куклах <https://youtu.be/ahaL40IcS8>
9. Работа на швейной машине https://youtu.be/t_cRZw5VWzE

Литература для обучающихся:

1. Путятина Е.Б. Шьем мягкие игрушки. - Феникс, 2007г.-140с.
2. Долгова В. Славянские куклы-обереги.- Феникс, 2016г.-96с.
3. Зайцева А.А. Мягкие игрушки мастер-классы для начинающих-Эксмо-Пресс, 2014г.-64с.
4. Алешкина Юлия Забавные зверушки из флиса-ПИТЕР-2015г.-32с.
5. Каминская Е.А. Текстильные мишки с выкройками и шаблонами.- Эксмо-Пресс 2013г.-64с.

Приложение 1

Примерный учебный календарный график на 2023-2024 учебный год год обучения **Первый**

место проведения каб. № 302, время проведения _____

УО – устный опрос

ПЗ – практическое задание

ПОВР - просмотр, обсуждение выполненных работ

№ п/п	Дата	Тема и форма занятия	Кол-во часов	Форма контроля и аттестации
1		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Организация рабочего места. Знакомство с разными видами тканей	2	УО, наблюдение
2		Основы шитья и кроя. Знакомство со швейным оборудованием, электроприборами, инструментами	2	УО, наблюдение, ПЗ
3		Знакомство с натуральными видами тканей	2	Беседа, ПЗ
4		Освоение основных ручных швов: вперед иголка, назад иголка, шов через край, петельный	2	Наблюдение, ПЗ
5		Освоение основных ручных швов: тамбурный, стебельчатый	2	Наблюдение, ПЗ
6		Влажно-тепловая подготовка ткани. Знакомство с кроем	2	УО, наблюдение
7		Работа с фурнитурой. Крепление пуговиц, бусинок	2	Наблюдение, ПЗ
8		Работа с фурнитурой. Крепление кнопок, крючков, бисера	2	Наблюдение, ПЗ
9		Знакомство с техниками оформления мордочки животных	2	Наблюдение, ПЗ
10		Знакомство с техниками оформления лица кукол, прически	2	Наблюдение, ПЗ
11		Изготовление бескаркасной мягкой игрушки «Медвежонок». Обсуждение выкройки, правил кроя, подбор материала	2	Устный опрос, ПЗ
12		Изготовление мягкой игрушки «Медвежонок» Подготовка материала, крой деталей, пошив изделия «петельным» швом	2	Наблюдение
14		Изготовление мягкой игрушки «Мышка». Обсуждение выкройки, правил кроя, подбор и подготовка материала	2	УО, наблюдение, ПЗ
15		Изготовление мягкой игрушки «Мышка». Пошив изделия швом «назад иголка»	2	Наблюдение
16		Изготовление мягкой игрушки «Мышка». Пошив изделия швом «назад иголка»	2	Наблюдение
17		Изготовление мягкой игрушки «Мышка». Пошив изделия швом «назад иголка»	2	Наблюдение
18		Изготовление мягкой игрушки «Мышка». Набивка синтепоном, оформление	2	ПОВР
19		Изготовление сувенира к Новому году «Снеговик». Подбор и подготовка ткани. Крой изделия	2	УО, наблюдение
20		Изготовление сувенира к Новому году «Снеговик». Пошив изделия швом «вперед иголка»	2	Наблюдение
21		Изготовление сувенира к Новому году «Снеговик»	2	Наблюдение
22		Изготовление сувенира к Новому году «Снеговик»	2	Наблюдение
23		Изготовление сувенира к Новому году «Снеговик»	2	ПОВР

24		Изготовление сувенира к Рождеству	2	Наблюдение
25		Аттестация	2	Тест, выставка работ
26		Изготовление кукол. Изготовление текстильной куклы «Маша». Обсуждение выкройки, плана работы. Подбор и подготовка ткани	2	Устный опрос, ПЗ
27		Изготовление текстильной куклы «Маша». Крой и пошив изделия	2	Наблюдение
28		Изготовление текстильной куклы «Маша». Крой и пошив изделия	2	Наблюдение
29		Изготовление текстильной куклы «Маша». Крепление головы	2	УО, наблюдение
30		Изготовление текстильной куклы «Маша». Оформление лица	2	УО, наблюдение
31		Изготовление текстильной куклы «Маша». Изготовление прически	2	Наблюдение, ПЗ
32		Участие в массовых мероприятиях	2	Наблюдение
33		Изготовление текстильной куклы «Маша». Изготовление прически	2	Наблюдение, ПЗ
34		Изготовление текстильной куклы «Маша». Изготовление одежды	2	Наблюдение
35		Изготовление текстильной куклы «Маша». Изготовление одежды.	2	Наблюдение
36		Изготовление одежды для куклы и окончательное оформление.	2	ПОВР
37		Изготовление народной куклы «Куватка»	2	Беседа, УО, наблюдение
38		Изготовление народной куклы «Бабочка»		УО, наблюдение
39		Изготовление народной куклы «Пеленашка»		УО, наблюдение
40		Изготовление народной куклы «Зайчик на пальчик»	2	УО, наблюдение
41		Изготовление народной куклы «Колокольчик»	2	УО, наблюдение
42		Изготовление народной куклы «Малышок»	2	УО, наблюдение
43		Изготовление народной куклы «Малышок»	2	УО, наблюдение
44		Изготовление народной куклы «Веснянка»	2	УО, наблюдение
45		Изготовление народной куклы «Веснянка»	2	УО, наблюдение
46		Изготовление народной куклы «Архангельская столбушка»	2	Наблюдение викторина
47		Изготовление сувенира к празднику «8 марта»	2	Наблюдение, ПЗ
48		Изготовление сувенира к празднику «8 марта»	2	Наблюдение, ПЗ
49		Изготовление сувенира к празднику «Масленица»	2	Наблюдение
50		Куклы из подручного материала	2	Наблюдение
51		Куклы из носочков и перчаток	2	Наблюдение
52		Куклы из носочков и перчаток	2	Наблюдение
53		Куклы из носочков и перчаток	2	ПОВР
54		Изготовление бескаркасной мягкой игрушки «Собачка Соня». Обсуждение выкройки, плана работы. Подбор и подготовка ткани	2	УО, наблюдение
55		Изготовление мягкой игрушки «Собачка Соня» Крой и пошив изделия	2	УО, наблюдение
56		Изготовление мягкой игрушки «Собачка Соня»	2	Наблюдение
57		Изготовление мягкой игрушки «Собачка Соня»	2	Наблюдение
58		Изготовление мягкой игрушки «Собачка Соня» Окончательное оформление игрушки	2	ПОВР
59		Декоративно-прикладное творчество.	2	УО, наблюдение

		Основы лоскутной техники. Подготовка ткани, правила кроя		
60		Основы лоскутной техники. Композиция из полос	2	Наблюдение
61		Основы лоскутной техники. Композиция из полос	2	Наблюдение
62		Основы лоскутной техники. Композиция из треугольников	2	Наблюдение
63		Основы лоскутной техники. Композиция из треугольников	2	Наблюдение
64		Изготовление аппликации из фетра	2	Наблюдение
65		Изготовление аппликации из фетра	2	Наблюдение
66		Изготовление аппликации из ткани в стиле лоскутной техники	2	УО, наблюдение
67		Изготовление аппликации из ткани в стиле лоскутной техники	2	Наблюдение
68		Изготовление аппликации из ткани в стиле лоскутной техники	2	Наблюдение
69		Изготовление аппликации из ткани в стиле лоскутной техники	2	Наблюдение викторина
70		Участие в массовых мероприятиях	2	Наблюдение
71		Участие в массовых мероприятиях	2	Наблюдение
72		Аттестация	2	Викторина, выставка работ

Приложение 2

Примерный учебный календарный график на 2023-2024 учебный год

год обучения **Второй**

место проведения каб. № 302, время проведения _____

УО – устный опрос

ПЗ – практическое задание

ПОВР - просмотр, обсуждение выполненных работ

№ п/п	Дата	Тема и форма занятия	Кол-во часов	Форма контроля и аттестации
1		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Организация рабочего места	2	УО, наблюдение
2		Основы шитья и кроя. Знакомство с разными видами тканей (х/б, шелковыми, ворсовыми, трикотажем, кожей)	2	Беседа, ПЗ
3		Особенности кроя разных видов тканей	2	УО, наблюдение
4		Техника безопасности при работе на швейной машине. Устройство и принцип действия, выполнение основной строчки.	2	УО, наблюдение
5		Изготовление сувениров и подарков. Изготовление сувенира с проволочным каркасом «Лисички». Подготовка тканей к работе. Крой деталей изделия	2	Наблюдение
6		Изготовление каркаса из проволоки	2	Наблюдение
7		Пошив сувенира швом «вперед иголка»	2	Наблюдение
8		Соединение деталей потайным швом	2	Наблюдение
9		Крепление к подставке, окончательное оформление изделия	2	ПОВР
10		Пошив сувенира «Морозик». Подбор и подготовка тканей. Обсуждение выкройки. Крой деталей изделия. Пошив ручными швами	2	УО, наблюдение
11		Пошив сувенира «Морозик»	2	Наблюдение
12		Пошив сувенира «Морозик». Работа с набивочным материалом	2	Наблюдение
13		Пошив сувенира «Морозик». Работа с набивочным	2	Наблюдение

		материалом		
14		Оформление лица	2	Наблюдение
15		Окончательное оформление изделия пайетками, бусинками	2	ПОВР
16		Изготовление игрушек. Игрушка для интерьера «Заяц» Обсуждение выкройки и правил кроя. Подбор материала. ВТО. Крой деталей изделия	2	УО, наблюдение
17		Крой деталей изделия	2	Наблюдение
18		Пошив деталей изделия	2	Наблюдение
19		Пошив деталей изделия	2	Наблюдение
20		Пошив деталей изделия	2	Наблюдение
21		Пошив деталей изделия	2	Наблюдение
22		Выворачивание и набивка синтепоном и ароматными травами	2	Наблюдение
23		Набивка синтепоном и ароматными травами. Сборка деталей изделия	2	Наблюдение
24		Оформление мордочки	2	Наблюдение
25		Крой и пошив юбочки для зайчика	2	Наблюдение
26		Пошив юбочки для зайчика. Окончательное декорирование изделия	2	ПОВР
27		ВМ - «Новый год- семейный праздник» мастер-класс для детей и родителей.	2	Наблюдение
38		Аттестация	2	Выставка
29		Игрушки на веревочном креплении конечностей «мышки в костюмчиках» Подбор материала. ВТО. Обсуждение выкройки. Крой игрушки «Мышки в костюмчиках»	2	УО, наблюдение
30		Крой игрушки, пошив деталей	2	УО, наблюдение
31		Пошив деталей игрушки	2	Наблюдение
32		Пошив деталей игрушки	2	Наблюдение
33		Пошив игрушки. Набивка деталей синтепоном.	2	Наблюдение
34		Крепление лапок к тельцу при помощи пуговиц. Окончательная сборка изделия «Мышки в костюмчиках»	2	Наблюдение
35		Оформление мордочки	2	УО, наблюдение
36		Пошив одежды для мышки	2	Наблюдение
37		Пошив одежды для мышки, окончательное оформление игрушки. Обсуждение ошибок	2	Наблюдение
38		ВМ - Масленица: игровая программа, мастер-классы.	2	Беседа, УО, наблюдение
39		Изготовление кукол. Изготовление народной куклы «пеленашка»	2	УО, наблюдение
40		Изготовление народной куклы «птица счастья»	2	УО, наблюдение
41		Изготовление народной куклы «куколка на счастье»	2	УО, наблюдение
42		Изготовление народной куклы «куколка на счастье»	2	УО, наблюдение
43		Изготовление народной куклы «Неразлучники»	2	УО, наблюдение
44		Изготовление народной куклы «Неразлучники»	2	УО, наблюдение
45		Изготовление народной куклы «Кубышка-травница»	2	УО, наблюдение
46		Изготовление народной куклы «Кубышка-травница»	2	УО, наблюдение
47		Изготовление народной куклы «Кубышка-травница»	2	УО, наблюдение
48		Изготовление народной куклы «пасхальная голубка»	2	УО, наблюдение
49		ВМ Мероприятие совместно с родителями (игра интеллектуальная, мастер-класс по изготовлению народной куклы)	2	наблюдение
50		Пошив бескаркасной текстильной куклы Тильда. Работа с выкройками, подбор и подготовка тканей, ВТО, крой куклы	2	УО, наблюдение

51		Крой куклы, пошив деталей	2	УО, наблюдение
52		Пошив деталей куклы	2	Наблюдение
53		Пошив деталей куклы	2	Наблюдение
54		Пошив деталей куклы. Набивка деталей синтепоном, ароматными травами	2	Наблюдение
55		Сборка деталей изделия	2	Наблюдение
56		Пошив одежды для куклы	2	Наблюдение
57		Пошив одежды для куклы	2	Наблюдение
58		Оформление прически, окончательное декорирование готового изделия	2	Наблюдение
59		Декоративно-прикладное творчество. Лоскутная техника. Цветовое сочетание, подготовка ткани к работе. Работа со схемами	2	ПОВР
60		Разнообразие видов техник. Изготовление изделия в технике «Колодец»	2	Беседа, наблюдение
61		Изготовление изделия в технике «Колодец»	2	Наблюдение
62		Изготовление изделия в технике «Колодец»	2	Наблюдение
63		Изготовление изделия в технике «Колодец»	2	Наблюдение
64		Окончательное оформление готового изделия	2	Наблюдение
65		Аппликация. Изготовление аппликации с использованием машинной строчки «зиг-заг»	2	Наблюдение
66		Изготовление аппликации с использованием машинной строчки «зиг-заг»	2	Наблюдение, ПЗ
67		Изготовление цветов из ткани. Работа с фетром	2	Наблюдение, ПЗ
68		Изготовление цветов из ткани. Работа с фетром	2	Наблюдение
69		Изготовление цветов из ткани. Работа с капроновыми тканями	2	Наблюдение
70		ВМ - Посещение музея Ярославской области.	2	Наблюдение
71		ВМ - День рождения ЦДЮ	2	Наблюдение
72		Аттестация	2	Наблюдение, обсуждение
итого			144ч	

Приложение 3

Примерный учебный календарный график на 2023-2024 учебный год
 год обучения – **Третий**,
 место проведения каб. № 302, время проведения _____

УО – устный опрос

ПЗ – практическое задание

ПОВР - просмотр, обсуждение выполненных работ

№ п/п	Дата	Тема и форма занятия	Кол-во часов	Форма контроля и аттестации
1		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности. Организация рабочего места.	2	УО, наблюдение
2		Основы шитья и кроя. Оформительские приемы. Правила и особенности кроя тканей в клетку, полоску.	2	УО, наблюдение, ПЗ
3		Оформление лица, глаз, волос.	2	Беседа, ПЗ
4		Схема крепления волос к кукле для различных видов причесок. Работа на швейной машине.	2	Наблюдение, ПЗ
5		Регулировка швейной машины. Приемы выполнения строчек.	2	Наблюдение, ПЗ

6	Подбор ниток, игл, замена иглы. Выполнение декоративных строчек на швейной машине.	2	УО, наблюдение
7	Выполнение декоративных строчек на швейной машине	2	Наблюдение, ПЗ
8	Изготовление сувениров. Подготовка ткани для сувенира с проволочным каркасом. Изготовление каркаса Крой деталей	2	Наблюдение, ПЗ
9	Изготовление сувенира	2	Наблюдение, ПЗ
10	Изготовление сувенира, отделочные работы, оформление.	2	Наблюдение, ПЗ
11	Изготовление сувенира, отделочные работы, оформление.	2	УО, наблюдение
12	Изготовление сувенира, отделочные работы, оформление.	2	Устный опрос, ПЗ
13	Новогодняя мастерская. Крой деталей для сувенира- символ года.	2	Наблюдение
14	Изготовление сувенира – символ года.	2	Наблюдение
15	Изготовление сувенира – символ года.	2	УО, наблюдение, ПЗ
16	Изготовление сувенира – символ года.	2	Наблюдение
17	Изготовление сувенира – символ года.	2	Наблюдение
18	Изготовление сувенира – символ года.	2	Наблюдение
19	Изготовление сувенира – символ года.	2	ПОВР
20	Изготовление сувенира – символ года.	2	УО, наблюдение
21	Изготовление кукол. Изготовление народной куклы «Неразлучники»	2	Наблюдение
22	Изготовление народной куклы «Неразлучники»	2	Наблюдение
23	Изготовление народной куклы «Неразлучники»	2	Наблюдение
24	Изготовление народной куклы «Зернушка» Оформление.	2	Наблюдение
25	Оформление народной куклы «Зернушка»	2	ПОВР
26	ВМ - «Новый год- семейный праздник». Мастер-класс для родителей и детей.	2	Наблюдение, ПОВР
27	Аттестация	2	Тест, выставка работ, обсуждение
28	Оформление народной куклы «Зернушка»	2	Устный опрос, ПЗ
29	Изготовление народной куклы «Куклак»	2	Беседа, наблюдение
30	Изготовление народной куклы «Куклак»	2	Наблюдение
31	Изготовление народной куклы «Вепская»	2	Наблюдение
32	Изготовление народной куклы «Десятиручка»	2	УО, наблюдение
33	Изготовление народной куклы «Десятиручка»	2	Наблюдение, ПЗ
34	ВМ - Посещение музея Ярославской области	2	УО, наблюдение
35	Изготовление народной куклы «Бабушка»	2	Наблюдение, ПЗ
36	Изготовление народной куклы «Бабушка»	2	Наблюдение
37	Оформление народной куклы «Бабушка»	2	Наблюдение
38	ВМ – Масленица. Игровая программа и мастер-классы.	2	Беседа, УО, наблюдение
39	Изготовление текстильной интерьерной куклы Тильда. Подбор и подготовка тканей к работе. Обсуждение выкройки и плана работы	2	ПОВР
40	Крой деталей текстильной интерьерной куклы Тильда, пошив на швейной машине	2	Беседа, УО, наблюдение
41	Пошив текстильной интерьерной куклы Тильда	2	УО, наблюдение
42	Изготовление текстильной интерьерной куклы Тильда. Работа с набивочным материалом	2	УО, наблюдение
43	Сборка деталей изделия	2	УО, наблюдение

44		Сборка деталей изделия	2	УО, наблюдение
45		Окончательное оформление текстильной интерьерной куклы Тильда	2	УО, наблюдение
46		Пошив одежды для кукол	2	УО, наблюдение
47		Пошив одежды для кукол	2	УО, наблюдение
48		Пошив одежды для кукол	2	УО, наблюдение
49		Пошив одежды для кукол	2	Наблюдение
50		Пошив одежды для кукол	2	Наблюдение
51		Пошив одежды для кукол	2	УО, наблюдение
52		Пошив одежды для кукол	2	УО, наблюдение
53		Декоративно-прикладное творчество. Работа с тканью. Лоскутная техника. ВТО ткани. Изучение схем.	2	Наблюдение
54		Лоскутная техника. Крой деталей	2	Наблюдение
55		Лоскутная техника. Сборка деталей в блоки	2	УО, наблюдение
56		Лоскутная техника Сборка деталей в блоки	2	УО, наблюдение
57		Лоскутная техника. Сборка деталей в блоки	2	УО, наблюдение
58		Лоскутная техника. Соединение блоков	2	Наблюдение
59		Лоскутная техника. Окончательное оформление	2	Наблюдение
60		Изготовление панно из ткани. ВТО ткани. Изучение схем.	2	УО, наблюдение
61		Изготовление панно из ткани.	2	УО, наблюдение
62		Изготовление панно из ткани.	2	Наблюдение
63		Изготовление панно из ткани.	2	Наблюдение
64		Изготовление панно из ткани.	2	Наблюдение
65		Изготовление панно из ткани.	2	Наблюдение
66		Изготовление панно из ткани.	2	Наблюдение
67		Изготовление цветов из ткани	2	Наблюдение
68		Изготовление цветов из ткани	2	УО, наблюдение
69		Изготовление цветов из лент	2	Наблюдение
70		ВМ - День рождения ЦДЮ	2	Наблюдение
71		ВМ - Итоговое занятие совместно с родителями. Мастер-класс по изготовлению народной куклы.	2	Наблюдение
72		Аттестация. Мероприятие –игра интеллектуальная, выставка работ.	2	Наблюдение, игра обсуждение выставки работ
итого			144ч	

Приложение 4

Правила техники безопасности

Правила безопасной работы с ножницами.

1. Ножницы нельзя брать без разрешения.
2. Храните ножницы в указанном месте в определённом положении.
3. При работе внимательно следите за направлением разрезания.
4. Не держите ножницы лезвием вверх.
5. Не оставляйте ножницы с открытыми лезвиями.
6. Не режьте ножницами на ходу.
7. Не подходите к товарищу во время работы.
8. Передавайте закрытые ножницы кольцами вперёд.
- 9.

Правила безопасной работы с клеем.

1. Работу выполнять за столом.

2. Подготовить свое рабочее место: аккуратно и удобно расположить необходимые материалы.
3. В процессе работы поддерживать порядок на рабочем месте.
4. Работать на клеенке, пользоваться кисточкой для набора клея.
5. Во время работы класть кисть на специальную подставку.
6. При работе с клеем необходимо быть аккуратным: не вытирать руки об одежду, не пачкать руки, лицо, костюм, не пачкать стол, за которым работаешь.
7. Нельзя: брать клей в рот, тереть грязными руками глаза.
8. По окончании работы привести в порядок рабочее место.
9. Тщательно вымыть руки с мылом.

Правила безопасной работы с иглой, портновскими булавками.

1. Хранить иглы и булавки следует воткнутыми в специальные игольницы, с вдетыми нитками для более легкого обнаружения в случае потери.
2. Нельзя втыкать иголки и булавки в одежду, мебель, брать их в рот.
3. До и после работы пересчитывай иголки и булавки.
4. При уколе пальца иглой следует выдавить две-три капли крови и смазать ранку.
5. Не отвлекайся во время работы с иглой.

Правила безопасной работы с швейной машиной

1. Свет. Рабочее место должно быть хорошо освещено, лучше чтобы свет падал слева или спереди.
2. Прическа. Обязательно собираются волосы в пучок или в хвост и надежно их заколоты.
3. Посадка. Сидеть обязательно прямо, на удобном стуле. Корпус и голову слегка наклоняйте вперед.
4. Расстояние. Ни в коем случае не наклоняйтесь близко к движущимся частям машины.
5. Булавки и иголки. Внимательно следите за тем, чтобы они не оказались на линии шва во время стачивания.

Приложение 5

Гимнастика для глаз

Каждый день мы «поглощаем» большой объем информации. Многие проблемы со зрением возникают от перенапряжения, поэтому мы испытываем дискомфорт, сухость, усталость. Эти, казалось бы, незначительные симптомы и есть первые признаки ухудшения зрения.

Упражнение №1 “Большие глаза”:

Крепко зажмурить глаза на 3-5 сек., а затем открыть глаза 3-5 сек., повторить 6-8 раз. Данное упражнение укрепляет мышцы век. Способствует кровообращению и расслаблению мышц глаз.

Упражнение №2:

Смотреть прямо перед собой 2-3 сек. Поставить палец правой руки на средней линии лица на расстоянии 25-30 см. от глаза, перевести взгляд на конец пальца и смотреть на него 3-5 сек. Опустить руки. Повторить 10-12 раз. Упражнение снимает утомление, облегчает зрительную работу на близком расстоянии.

Упражнение №3 “Шторки”:

Быстро моргать в течении 1-2 минут. Способствует улучшению кровообращения.

Упражнение №4:

Вытянуть руки вперед, смотреть на конец пальца вытянутой руки, положенной на средней линии лица, медленно приближать палец, не сводя с него глаз до тех пор, пока палец не начнет двоиться. Повторить 6-8 раз. Облегчает работу на близком расстоянии.

Упражнение №5:

Поставить палец правой руки по средней линии лица на расстоянии 25-30 см. от глаза, смотреть обоими глазами на конец пальца 3-5 сек., прикрыть ладонью левой руки глаз на 3-5 сек., убрать ладонь, смотреть двумя глазами на конец пальца 3-5 сек. Поставить палец левой руки по средней линии на расстоянии 25-30 см., прикрыть ладонью правой руки правый глаз на 3-5 сек., убрать ладонь, смотреть обоими глазами на конец пальца 3-5 сек. Повторить 5-6 раз. Упражнение укрепляет мышцы обоих глаз (бинокулярное зрение).

Упражнение №7 “Стреляем глазами”:

1. Смотрим вверх-вниз с максимальной амплитудой.
2. Чертим круг по часовой стрелке и обратно.
3. Рисуем глазами диагонали.
4. Рисуем взглядом квадрат.
5. Взгляд идет по дуге — выпуклой и вогнутой.
6. Обводим взглядом ромб.
7. Рисуем глазами бантики.
8. Рисуем букву S — сначала в горизонтальном положении, потом в вертикальном.
9. Чертим глазами вертикальные дуги, сначала по часовой стрелке, потом — против.
10. Переводим взгляд из одного угла в другой по диагоналям квадрата.
11. Сводим зрачки к переносице изо всех сил, приблизив палец к носу.
12. Часто-часто моргаем веками — как бабочка машет крылышками.

