

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Управление образования Орджоникидзевского района
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования-
Центр детского творчества «Галактика»

Рекомендована
Методическим советом
МБУ ДО ЦДТ «Галактика»
протокол № 5 от 30.06. 2025 г.

Утверждена
Директором МБУ ДО ЦДТ «Галактика»
/ М.А. Загуменных
приказ № 18 от 30 июня 2025 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Мастерица»

Направленность: художественная
Уровень: стартовый, базовый
Возраст обучающихся: 6-12 лет
Срок реализации: 3 года, 524 часа

Составитель: Панек Надежда Константиновна,
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2025

Содержание

1. Основные характеристики образовательной программы	3
Пояснительная записка	3
Цель и задачи программы	14
2. Содержание общеразвивающей программы	26
2.1 Учебный план	26
2.2 Учебный (тематический) план 1 год обучения	26
2.3 Учебный (тематический) план 2 год обучения	31
2.4. Учебный (тематический) план 3 год обучения	35
3. Организационно-педагогические условия	38
3.1 Календарный график	38
3.2 Условия реализации программы	38
3.3 Формы аттестации/контроля и оценочные материалы	41
4. Список литературы	44
Приложение	47

Надо развивать творческое начало у всех, чтобы мир не оставался таким, какой он есть, а преображался.

Дж. Родари

1. Основные характеристики образовательной программы

1.1 Пояснительная записка

Одной из составляющей процесса эстетического воспитания и развития эстетической культуры личности является использование в педагогической практике декоративно-прикладного искусства. Данный вид творчества способствует глубокому воздействию на мир ребенка, т.к. обладает нравственной, эстетической, познавательной ценностью, воплощает в себе исторический опыт многих поколений и рассматривается как часть духовно-нравственной культуры обучающихся.

С давних времен известно влияние мануальных (ручных) действий на развитие психологических процессов, речевых функций, а также особое развивающее и оздоровительное воздействие на организм ребенка. Развитие мелкой моторики пальцев рук является одним из показателей интеллектуальности ребенка. В.А. Сухомлинский писал: «Чем больше мастерства в детской руке, тем умнее ребенок».

Направленность общеобразовательной общеразвивающей программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Мастерица» имеет художественную направленность.

Нормативно-правовая основа для разработки и реализации программы

– Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

– Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).

– Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (на плановый период до 2030 года) распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р.

– Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

– Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

– Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

– Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

– Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

– Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

– Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация

дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом».

– Требования к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам для включения в систему персонифицированного финансирования дополнительного образования Свердловской области, приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области № 219-д от 04.03.2022 «О внесении изменений в методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях», утвержденных приказом ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 01.11.2021 № 934-д.

– Устав МБУ ДО ЦДТ «Галактика».

– Положение о формах, периодичности и порядке проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования – Центр детского творчества «Галактика».

Актуальность программы определяется запросом со стороны обучающихся и их родителей на используемые в программе техники декоративно-прикладного творчества, ориентированные на овладение основами творческой деятельности, способствующие обогащению эмоционально-чувственной и эмоционально-образной сферы личности обучающегося.

Народное декоративно-прикладное искусство – результат творчества многих поколений мастеров. Творчество – актуальная потребность детства, но вместе с тем детское творчество является сложным процессом познания растущим человеком окружающего мира, самого себя и способом выражения своего личного отношения к познаваемому.

Социальная значимость дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мастерица» – это возможность адаптации детей в социуме, т.к. создание оригинальных предметов и украшений является источником эмоционального и душевного воздействия, психосоматического равновесия и раскрепощения. Программой предусмотрена возможность каждому обучающемуся удовлетворить потребность реализации своих творческих способностей, получить оценку и признание социума.

На занятиях применяется личностно-ориентированный подход к каждому ребенку. Индивидуальный подход создает наиболее благоприятные возможности для развития познавательных сил, активности, склонностей и дарований каждого ученика. Именно индивидуальный подход в обучении дает раскрыться и утвердиться «трудному подростку», болезненному ребенку, социально незащищенному, замкнутому в себе.

Педагогическая целесообразность заключается в том, что она нацелена не столько на обучение азам бисероплетения, сколько на достижение ребёнком такого уровня, который позволит ему создавать высокохудожественные изделия, но при этом в процессе обучения не используется трудоёмкая техника, недоступная для детей 6-12 лет.

Отличительные особенности программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мастерица» является модифицированной. При разработке программы использовался опыт педагогов дополнительного образования, работающих в направлении декоративно-прикладного творчества «Бисерная фантазия» Фатыховой Т.Г., «Бисероплетение и орнаментальная вышивка» Ефимовой С.В., «Художественная вышивка» Богучарской Т.Н., «Жемчужина» Полтавченко Л.Г.

Настоящая программа не дублирует ни одну из вышеперечисленных программ, призвана научить детей осваивать трудоёмкие приёмы и различные техники бисероплетения и вышивки, а также побудить творческую деятельность, направленную на постановку и решение проблемных ситуаций при выполнении работы.

Программа циклична. В ходе ее реализации поэтапно возрастает сложность теоретического материала и практических умений и навыков. Обучаемым всегда дается возможность выбора задания на практике по силам, часто используется помощь сверстников, что сплачивает коллектив. На занятиях приветствуется нетрадиционный подход к работе над изделием (например, использование различных материалов), обучающиеся вносят небольшие технологические, цветовые изменения в готовые схемы, создают несложные творческие изделия, учатся составлять схемы. Все это способствует развитию фантазии.

Новизна программы

Используется модульное построение содержания: программа состоит из отдельных тематических модулей, но специфика обучения искусству при этом не нарушается, в связи с чем, границы модулей искусственно сглаживаются. Не производится отбор детей при поступлении на занятия по программе, а опора делается на природные особенности детей, которые, в процессе занятий постепенно развиваются. Соблюдается строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами плетения, систематичность и регулярность занятий. Учебный процесс направлен на заранее запланированные результаты (предметные, метапредметные и личностные). Все содержание программы выстроено по кольцеобразной схеме, по годам обучения, взаимосвязанным между собой: в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего.

Программа «Мастерица» охватывает сразу несколько видов рукоделия (бисероплетение, вышивка нитками и лентами). Это дает возможность раскрыть обучающимся всё богатство и красоту современного рукоделия, опираясь на истоки народного творчества.

Адресат программы

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Мастерица» ориентирована на детей старшего дошкольного, младшего и среднего школьного возраста от 6 до 12 лет, проявляющих интерес к декоративно-прикладному творчеству.

Характеристика возрастных категорий

Программа включает в себя три возрастные категории:

- старший дошкольный возраст (6-7 лет);
- младший школьный возраст (7-10 лет);
- средний школьный возраст (11-12 лет).

Программа разработана с учётом психофизиологических особенностей данных возрастных категорий.

В 6-7 лет ребенок стремится к большей самостоятельности. Он хочет и может многое делать сам, но ему еще трудно долго сосредоточиваться. Игра остается основным способом познания окружающего мира. В этом возрасте возникают зачатки рефлексии - способности подвергать анализу собственную деятельность и сопоставлять действия с мнениями и оценками окружающих. Расширение и обогащение индивидуального опыта ребенка является одним из значимых условий развития самосознания в дошкольном возрасте. В этом возрасте дети продолжают активно познавать окружающий мир. Они не только задают много вопросов, но и сами формулируют ответы. Их воображение задействовано почти всегда и помогает им не только развиваться, но и адаптироваться к миру. Ребенок 6 - 7 лет желает показать себя миру, часто привлекает к себе внимание, поскольку ему нужен свидетель его самовыражения.

Возрастные особенности младшего школьного возраста (7-10 лет) характеризуются готовностью и интересом к овладению новыми знаниями, умениями и навыками. Для познавательной деятельности данной возрастной категории характерна, прежде всего, эмоциональность восприятия. Образность проявляется и в мыслительной деятельности детей. Они склонны понимать буквально переносное значение слов, наполняя их конкретными образами. В эмоциональной жизни изменяется содержательная сторона переживаний – их волнует главным образом то, что связано с обучением. Ребенка радует, что педагог и родители хвалят за успехи, поэтому важно чувство радости от труда закрепить положительным отношением. В младшем школьном возрасте закладываются основы таких социальных чувств, как любовь к Родине, патриотизм.

Возраст от 10 до 12 лет считается переходным от детства к юности. Период трудный как для самого подростка, так и для окружающих его людей. Этот возраст наиболее благоприятный для развития творческого мышления. Учитывая возможности этого периода, педагог на своих занятиях постоянно предлагает обучающимся решать проблемные задачи, сравнивать, выделять главное, находить сходные и отличительные черты. Кроме того, принимая во внимание то, что процесс обучения – это не только процесс усвоения знаний, но и процесс воспитания личности, педагог постоянно обращает свое внимание на формирование устойчивых нравственных идеалов, системы оценочных суждений, моральных принципов обучающихся. Любая жизненная ситуация, конфликтные моменты на обычных занятиях в коллективе служат поводом для обсуждения, оценки, диалога педагога с обучающимся, что особенно важно именно в этом возрасте, когда закладываются основы его нравственных и социальных качеств. Похвала, выделение позитивных моментов в деятельности подростка особенно важны, когда они совершаются в присутствии товарищей, значимых для него людей.

Принцип формирования учебных групп

На обучение по программе могут быть зачислены все желающие, соответствующие заявленной возрастной категории. Основанием для зачисления является заявление от родителей, согласие на обработку персональных данных.

Наполняемость групп 12-15 человек, группы могут быть как разновозрастные, так и разновозрастные в зависимости от подготовленности обучающихся. Возможен переход на следующий год обучения (по результатам входящего контроля) если уровень знаний и умений ребенка соответствует «базовому» уровню обучения.

При наличии свободных мест возможен дополнительный прием обучающихся на всех этапах обучения в течении учебного года.

Обучение проводится на русском языке.

Обучение детей по программе - очное, в случае экстренных обстоятельств - дистанционное.

Режим занятий

Занятия проводятся:

- 1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа;
- 2 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа;
- 3 год обучения – 3 раза в неделю по 2 академических часа.

Продолжительность 1 академического часа – 30 минут – для обучающихся 6-7 лет, 1 академического часа – 40 минут – для обучающихся старше 7 лет. Между занятиями 10 минутный перерыв для проветривания кабинета и отдыха детей.

Программа реализуется в течение 3 лет и рассчитана на 524 часа.

По учебному плану:

- первый год обучения – 144 часа;
- второй год обучения – 152 часа;
- третий год обучения – 228 часов.

Срок реализации общеразвивающей программы определяется содержанием программы – 36/38 учебных недель в течение 9 календарных месяцев, на протяжении 3 лет, необходимых для ее освоения.

Уровень программы:

1 год обучения - «стартовый», предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Цель «стартового» уровня: формирование у обучающихся интереса к декоративно-прикладному творчеству.

Для достижения данной цели поставлены следующие **задачи:**

обучающие:

- познакомить обучающихся с разными направлениями развития декоративно-прикладного творчества;
- познакомить с историей и развитием бисероплетения, вышивки лентами и нитками;
- формировать знания по основам композиции, цветоведения;
- научить детей правильному выражению своих мыслей и творческих замыслов;
- научить ребенка ценить традиции, наследие родного края;
- научить приемам работы с бисером, нитками и лентами;
- научить приемам увеличения и уменьшения рисунков;
- научить работать с различными материалами и инструментами;
- способствовать развитию ребенка как личности, мастера, художника;

развивающие:

- развивать моторные навыки, внимание, фантазию, творческие способности;
- развивать память, образное, логическое, пространственное мышление;
- развивать познавательные интересы, творческую активность, мотивацию к самовыражению;
- развивать самостоятельность и аккуратность при изготовлении поделок;

– развивать эстетический и художественный вкус, расширять общекультурный кругозор;

воспитательные:

– прививать уважительное отношение к традициям национальной культуры;

– воспитывать чувство коллективизма, трудолюбие, усидчивость, аккуратность, умение довести начатое дело до конца;

– прививать навыки экономичного отношения к используемым материалам, основам культуры труда;

– воспитывать эстетическое отношение к действительности;

– формировать целостность психического, умственного и духовного развития ребенка.

Планируемые результаты

К концу первого года обучения по программе дети должны **знать:**

– правила безопасности;

– правила безопасной работы с инструментами;

– правила подготовки материала к работе;

– виды и свойства материалов;

– названия необходимых инструментов и их назначение;

– основные приемы, способы работы с бисером;

– правила построения композиции;

– основные виды простых швов нитками и атласными лентами;

– свободно владеть основными понятиями курса;

уметь:

– правильно организовать свое рабочее место при выполнении работ;

– пользоваться инструментами и приспособлениями;

– составлять цветовое решение с помощью педагога;

– уменьшать или увеличивать, переводить рисунки на ткань;

– рассчитывать размер вышивки на канве и ткани;

– запяливать ткань в пальцы;

– технически правильно выполнять приемы вышивки и бисероплетения;

– изготовить по образцу несложные изделия в изученных техниках;

– эстетически правильно оформить изделие;

– проявлять аккуратность, бережливость, самостоятельность, фантазию, художественный и эстетический вкус при изготовлении изделий;

– работать самостоятельно, индивидуально и в коллективе.

Формы подведения результатов обучения:

- творческая работа в конце года, в любой из изученных техник;
- изготовление изделий на творческие выставки;
- участие в коллективной деятельности.

2 год обучения - «базовый», предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Цель «базового» уровня 2 год обучения: развитие у обучающихся творческих способностей путем приобщения их к декоративно-прикладному творчеству.

Для достижения данной цели поставлены следующие **задачи:**

обучающие:

- углубить и расширить знания о бисероплетении и вышивке;
- углубить и расширить знания по основам композиции, цветоведения;
- научить детей правильному выражению своих мыслей и творческих замыслов;
- научить ребенка ценить традиции, наследие родного края;
- научить приемам работы с различными материалами и инструментами;

развивающие:

- развивать моторные навыки, внимание, фантазию, творческие способности;
- развивать память, образное, логическое, пространственное мышление;
- развивать познавательные интересы, творческую активность, мотивацию к самовыражению;
- развивать самостоятельность и аккуратность при изготовлении поделок;
- развивать эстетический и художественный вкус, расширять общекультурный кругозор;
- способствовать развитию ребенка как личности, мастера, художника;

воспитательные:

- прививать уважительное отношение к традициям национальной культуры;
- воспитывать чувство коллективизма, трудолюбие, усидчивость, аккуратность, умение довести начатое дело до конца;
- прививать навыки экономичного отношения к используемым материалам, основам культуры труда;

- воспитывать эстетическое отношение к действительности;
- формировать целостность психического, умственного и духовного развития ребенка.

Планируемые результаты

К концу второго года обучения по программе дети должны

знать:

- виды простых швов нитками и атласными лентами;
- приемы и способы работы с бисером;
- правила построения композиции при вышивке;
- названия необходимых инструментов и их назначение;
- правила подготовки материала к работе;
- правила безопасной работы с инструментами;
- правила безопасности;
- свободно владеть основными понятиями курса;

уметь:

- правильно организовать свое рабочее место при выполнении работ, соблюдать технику безопасности;
- пользоваться инструментами и приспособлениями;
- составлять цветовое решение самостоятельно;
- технически правильно выполнять сложные виды вышивки и бисероплетения;
- вносить изменения в схемы, предложенные педагогом;
- оформить изделие соответственно его назначению;
- проявлять доброжелательность, чувство товарищества;
- работать самостоятельно, индивидуально и в коллективе.

Формы подведения результатов обучения:

- творческая работа в конце года, в любой из изученных техник;
- изготовление изделий на творческие выставки;
- участие в коллективной деятельности.

3 год обучения - «базовый», предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Цель «базового» уровня, 3 год обучения: совершенствование у обучающихся творческих способностей путем приобщения их к декоративно-прикладному творчеству.

Для достижения данной цели поставлены следующие **задачи:**

обучающие:

- углублять и расширять знания о бисероплетении и вышивке;
- углублять и расширять знания по основам композиции, цветоведения;
- научить детей правильному выражению своих мыслей и творческих замыслов;
- научить ребенка ценить традиции, наследие родного края;
- научить приемам работы с бисером, нитками и лентами на «базовом» уровне;
- научить работать с различными материалами и инструментами;
- способствовать развитию ребенка как личности, мастера, художника;

развивающие:

- развивать моторные навыки, внимание, фантазию, творческие способности;
- развивать память, образное, логическое, пространственное мышление;
- развивать познавательные интересы, творческую активность, мотивацию к самовыражению;
- развивать самостоятельность и аккуратность при изготовлении поделок;
- развивать эстетический и художественный вкус, расширять общекультурный кругозор;

воспитательные:

- прививать уважительное отношение к традициям национальной культуры;
- воспитывать чувство коллективизма, трудолюбие, усидчивость, аккуратность, умение довести начатое дело до конца;
- прививать навыки экономичного отношения к используемым материалам, основам культуры труда;
- воспитывать эстетическое отношение к действительности;
- формировать целостность психического, умственного и духовного развития ребенка.

Планируемые результаты

К концу третьего года обучения по программе дети должны

знать:

- все изученные виды простых швов нитками, атласными лентами;
- все изученные виды бисероплетения;
- правила построения композиции, особенности цветоведения;
- основы разработки эскизов;
- правила безопасной работы с инструментами;
- правила безопасности;

- свободно владеть основными понятиями курса;

уметь:

- правильно организовать свое рабочее место при выполнении работ, соблюдать технику безопасности;
- пользоваться инструментами и приспособлениями;
- составлять цветовое решение самостоятельно;
- в изученных техниках, изготовить поделки, состоящие из мелких и сложных деталей;
- самостоятельно составлять схемы для поделок и рисунков для вышивки;
- оформить изделие соответственно его назначению;
- проявлять доброжелательность, чувство товарищества;
- работать самостоятельно, индивидуально и в коллективе.

Формы подведения результатов обучения:

- творческая работа в конце года, в любой из изученных техник;
- изготовление изделий на творческие выставки;
- участие в коллективной деятельности
- итоговая аттестация.

1.2 Цель программы – формирование духовно-культурных ценностей через овладение обучающимися искусством бисероплетения и ручной вышивки.

Для достижения данной цели поставлены следующие **задачи:**

обучающие:

- познакомить обучающихся с основными направлениями развития декоративно-прикладного творчества;
- совершенствовать владение различными техниками работы с материалами, инструментами и приспособлениями;
- углублять и расширять знания о бисероплетении, вышивке лентами, нитками;
- формировать знания по основам композиции, цветоведения и материаловедения;
- научить работать в разных техниках бисероплетения и вышивки;
- научить детей выражению мыслей, изложению своих творческих замыслов;
- формировать творческое нестандартное мышление, ассоциативные образы, фантазию, умение решать художественно-творческие задачи;
- научить обучающихся ценить, любить традиции и наследие родного народа;

– создавать условия для развития личности каждого обучающегося, раскрытия его способностей к творчеству;

развивающие:

– развивать образное и пространственное мышление, память, внимание, воображение, творческую индивидуальность и волевые качества;

– развивать моторику рук, глазомер, художественно – конструкторские способности, чувство красоты и пропорций;

– развить творческие способности обучающихся через формирование познавательных исследовательских интересов;

– развить коммуникативные навыки культуры общения со сверстниками;

воспитательные:

– сформировать устойчивый интерес к декоративно-прикладному искусству;

– прививать навыки экономичного отношения к используемым материалам, основы культуры труда;

– воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи, ответственности;

– воспитывать уважение к национальной культуре России.

Принципы программы:

– принцип связи воспитания с жизнью, социокультурной средой;

– принцип комплексности, целостности, единства всех компонентов воспитательного процесса;

– принцип добровольности, свободного и гармоничного развития личности, самооценки ребенка, создание благоприятной атмосферы для личностного и профессионального развития каждого обучающегося (ситуация успеха и развивающее обучение);

– принцип систематичности и последовательности в приобретении опыта деятельности, придающий системный характер учебной деятельности, теоретическим знаниям и практическим умениям обучающихся;

– принцип педагогического руководства и самостоятельной деятельности (активности) обучающихся;

– принцип гуманизма, уважения к личности ребенка в сочетании с требовательностью к нему;

– принцип дифференцированности и последовательности: чередование различных видов и форм занятий, постепенное усложнение приемов работы, разумное увеличение нагрузки;

– принцип «зоны ближайшего развития» для каждого ребенка, выбор индивидуального маршрута и темпа его освоения;

– принцип воспитания в коллективе и через коллектив;

– принцип единства действий и требований к ребенку в семье, образовательном учреждении, социуме.

В основу разработки программы положены **технологии**, ориентированные на формирование общекультурных компетенций обучающихся:

- технология развивающего обучения;
- технология индивидуализации обучения;
- личностно-ориентированная технология;
- технология системно-деятельностного подхода.

Системно-деятельностный подход позволяет повысить эффективность образования по следующим показателям:

- усвоение знаний обучающимися, возможность их самостоятельного движения в творческой области;
- существенное повышение мотивации и интереса к обучению;
- обеспечение условий для общекультурного и личностного развития.

При реализации программы предполагается деление обучающихся на три уровня обучения, каждый из которых имеет свою специфику и требует особого педагогического подхода.

Применяемые методики по кругу плавно переходят одна в другую, образуя неразрывное пространство, позволяющее переходить на новый уровень реализации личностного творческого потенциала обучающихся. На каждом новом уровне программа усложняется, хотя этапы остаются прежними.

Приоритетность индивидуального подхода (даже если ребенок стабильно проходит программу, убедиться, нет ли в нем скрытого потенциала).

Здоровьесберегающие технологии

Занятия в объединении связаны с нагрузкой на мелкие мышцы рук, на мышцы плечевого пояса, на позвоночник, а также идёт большая нагрузка на глаза, поэтому очень важно на уроках использовать здоровьесберегающие технологии. Для активизации и отдыха обучающихся на занятиях, а также для предупреждения и снятия утомления предусмотрены: релаксационные упражнения, «Веселая гимнастика», пальчиковая гимнастика и гимнастика для глаз. Звучание музыки на занятиях в объединении дает возможность успокоиться, снять раздражительность и нервное напряжение.

Учебно-воспитательная работа

Цель программы воспитания

Цель программы воспитания – воспитание в детях чувства гордости за свою страну, развитие их кругозора, стимулирование любознательности, воспитание самостоятельности и самокритичности.

Задачи программы воспитания:

- сформировать уважительное отношение к старшим, людям труда, педагогам, сверстникам;
- воспитывать в детях духовное начало, тягу к самосовершенствованию, нравственному развитию;
- воспитывать характер, умение стойко переносить неудачи и извлекать из них уроки, развивать такие качества как упорство, смелость, выносливость;
- познакомить обучающихся с основами начальной геометрии, черчения;
- сформировать умение работать в команде;
- сформировать способности к анализу и представлению своей нравственной позиции;
- воспитывать морально-нравственные и волевые качества обучающихся.

Планируемые результаты воспитания:

- развиты морально-нравственные качества обучающихся: честность, доброта, совесть, ответственность, чувство долга;
- развиты волевые качества обучающихся: самостоятельность, дисциплинированность, инициативность, принципиальность, самоотверженность, организованность;
- развито стремление к самообразованию, саморазвитию, самовоспитанию;
- сформирован интерес обучающихся к экологической и социальной культуре, здоровому образу жизни, рациональному и гуманному мировоззрению;
- сформировано нравственное отношения к человеку, труду и природе.

Формы проведения воспитательных мероприятий: беседа, викторина, встреча с интересными людьми, дискуссия, тренинг, посещение театра, организация конференции, экскурсия, олимпиада, смотр, конкурс и др.

Методы воспитательного воздействия:

- убеждение;
- упражнение;
- пример (заражение «личным примером»);
- опора на нравственные идеалы;
- методы поощрения, соревнования).

Метод убеждения в дополнительном образовании вполне естественен, так как посещение учреждений дополнительного образования не носит обязательного характера, и применение жестких методов приведет к потере обучающегося. Особое место занимают краткие, яркие и занимательные беседы, объяснения, рассказы о нравственном поведении. Наибольший эффект дают индивидуальные беседы авторитетных и близких к обучающемуся людей, убеждение на

собственном опыте, использование литературных произведений, притч, сказок, увлечение творческим поиском и добрым делом.

Через **метод упражнений** происходит формирование опыта поведения.

Пример, как метод педагогического воздействия основывается на стремлении обучающегося подражать человеку-педагогу, которого с ним связывает интересное дело, который является для него авторитетным помощником. Общаясь с людьми, наблюдая и анализируя живые образцы высокой нравственности, патриотизма, трудолюбия, мастерства, верности долгу и т.д., обучающийся глубже и нагляднее осмысливает сущность и содержание социально-нравственных отношений.

Метод поощрения — это стимул самоутверждения, осознание, фиксация собственного успеха. В дополнительном образовании каждый ребенок может быть более успешен, чем в основном образовании.

Воспитательный процесс обеспечивается на каждом занятии в течение всего года в ненавязчивой и доброжелательной форме: в виде бесед на темы общечеловеческих ценностей, этики межличностных отношений, недопустимости асоциальных форм поведения в обществе, необходимости уважения прав и мнения другого человека, отношений старшего и младшего поколений, творческих достижений наших соотечественников, роли России в мировом сообществе.

Дополнительные беседы педагога направлены также на формирование личностных качеств обучающегося, таких как справедливость, уважение к окружающим, коммуникабельность, патриотизм, культура поведения. В течение года педагог беседует с родителями о прошедших занятиях, рассказывает о домашних заданиях, индивидуально информирует о динамике изменения образовательных и личностных характеристик детей.

Ежемесячные беседы по правилам поведения, безопасности дома, на улице, в общественных местах, пожарной безопасности и безопасности на дорогах, личной безопасности. В данном случае работает крылатое выражение: «Предупреждён, значит вооружен».

Особенно полезно привлекать обучающихся к участию в выставках своих и коллективных творческих работ. Участие в конкурсах воспитывает в ребенке творческий дух, волю к победе, психологическую устойчивость, а также патриотизм, так как дети отстаивают честь своего учреждения, района, города, страны.

Конкурсы и выставки проходят в соответствии с планом учебно-массовых мероприятий.

Формы работы с родителями

Сотрудничество и общение с родителями является неотъемлемой частью в реализации дополнительной общеобразовательной программы. Они помогают при

выполнении творческих заданий и проектов, становятся участниками и организаторами разных мероприятий в объединении, выступают сопровождающими в различных поездках.

В течение учебного года предусматривается проведение родительских собраний, консультаций, бесед, открытых занятий, где можно наглядно проследить успехи своего ребенка, совместных праздников и творческих конкурсов.

Формы и методы организации образовательного процесса

Методы обучения:

- словесные, наглядные, практические;
- индуктивные, дедуктивные (отражают логику процесса передачи учебных сведений педагога обучающимся);
- репродуктивные, проблемно-поисковые (отражают степень самостоятельности обучающихся при усвоении учебного материала).

В учебно-воспитательном плане данная программа предусматривает мероприятия, которые направлены на повышение интереса обучающихся к данному курсу:

- встречи и беседы с родителями учащихся, совместные творческие мастерские, мастер-классы;
- сбор и систематизация наглядного материала;
- участие в конкурсах, выставках.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ и т.д.);
- наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.);
- практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам и др.).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;
- исследовательский – самостоятельная творческая работа обучающихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми обучающимися;
- индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группах;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий.

При реализации данной программы используются особые методы художественно-эстетического воспитания:

- художественного уподобления, состоящий в эмоциональном слиянии зрителя с чувствами и позицией автора работы;
- поэтапных открытий: постепенность вживания в тему, раскрытие через переживание различных ее граней;
- единства восприятия и созидания: любое эстетическое переживание по поводу воспринимаемого художественного образа можно выразить в собственной художественно-творческой деятельности;
- широких ассоциаций: направлен на творческую интерпретацию (каждый человек воспринимает художественное произведение субъективно, соотнося его с собственным жизненным опытом, общение же с искусством помогает достраивать этот опыт);
- актуализации личного опыта обучающегося - активизировать деятельность ребенка, повысить его мотивацию к общению с искусством поможет метод индивидуальной и метод коллективной поисковой работы;
- свободы в системе ограничений - необходимо направлять обучающихся на выполнение любого задания творчески, но творчество немислимо без свободы;
- сравнений - используется для активизации мышления, когда из веера возможностей разного решения проблемы ребенок может выбрать одну.

Формы обучения

Ведущая форма организации занятий - групповая. Наряду с групповой формой работы осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход к детям. Основной формой образовательного процесса является занятие, которое включает в себя часы теории и практики. Другие формы работы: выставочная деятельность, участие в конкурсах, фестивалях, выставках.

Программой предусмотрены следующие формы занятий:

- комбинированное занятие - направлено на синтез различных видов деятельности, в ходе которого решаются задачи физического, психического, умственного, нравственного развития;
- творческая мастерская - сохранение в ребенке творческого начала, оказание помощи в реализации его возможностей, способствование развитию самостоятельности и творческой инициативы.

На начальных этапах дети учатся выполнять задание по простым схемам, позже уже по более сложным схемам.

Самый сложный этап – самостоятельно создать схему поделки и по ней выполнить творческую работу.

Требования к результатам освоения образовательной программы

Предметные:

- внутренняя позиция на уровне понимания необходимости творческой деятельности, как одного из средств самовыражения в социальной жизни;
- выраженная познавательная мотивация;
- устойчивый интерес к новым способам познания;
- использование различных инструментов и приспособлений;
- овладение приемами вышивки и бисероплетения;
- знание понятийного аппарата.

Метапредметные:

- развитость умения видеть и воспринимать проявления художественной культуры в окружающей жизни (техника, музеи, архитектура, дизайн, скульптура др.);
- сформированность желания общаться с искусством, участвовать в обсуждении содержания и выразительных средств, произведений искусства;
- сформированность мотивации и умения организовывать самостоятельную деятельность, выбирать средства для реализации художественного замысла;
- сформированность способности оценивать результаты собственной художественно-творческой деятельности и других обучающихся;
- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности,
- анализировать причины успеха/неудачи.

Личностные:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- формирование интереса к новым видам прикладного творчества, новым способам самовыражения;
- формирование целостного мировоззрения;
- развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской и творческой видов деятельности.

Ожидаемые результаты соотнесены с задачами и содержанием программы, дифференцированы по годам обучения. В ходе реализации программы, обучающиеся должны **усвоить:**

- понятия о пластике и свойствах лески, проволоки;
- понятия о свойствах ниток, атласных лент;
- понятия о свойствах ткани;
- приемы работы разными инструментами и приспособлениями;
- основы композиции;
- понятия о цвете и дизайне;
- все виды изученных швов;
- техники вышивки и бисероплетения;
- свободно владеть основными понятиями курса;

приобрести умения и навыки:

- работы с иглой, проволокой, леской, ножницами, пальцами;
- работы с бисером, нитками и лентами;
- работы с копировальной бумагой, калькой.
- умение применять и сохранять учебную задачу при выполнении изделия;
- умение организовать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение слушать и понимать речь педагога;
- умение аргументировать свою точку зрения;
- самостоятельно проводить оценку этапов работы, проводить самооценку;
- проявлять интерес к творческой деятельности, позитивно относиться к труду;
- видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех.

Итогом работы объединения «Мастерица» является участие в различных выставках, конкурсах любого уровня, индивидуальные выставки работ.

Формы подведения итогов реализации программы

В качестве основных форм подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы выступают:

- тестирование (срез знаний);
- выставка работ;
- конкурсы.

Диагностика результатов освоения данной подпрограммы происходит на основе наблюдения педагога за успехами и трудностями обучающихся во время занятий, контрольных занятий, собеседования, опросника по темам программы, творческой работы, контрольных упражнений и т.д.

Оценка результативности данной программы подчиняется закономерностям образовательного процесса: имеет цели и задачи, определяемое ими содержание взаимодействия педагога с детьми, результат обучения, воспитания и развития ребенка. Важным элементом в обучении детей является контроль и мониторинг.

Основными видами контроля являются: текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговая аттестация.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются: систематичность, учет индивидуальных особенностей обучающегося, коллегиальность.

Текущий контроль успеваемости обучающихся направлен на поддержание учебной мотивации и интереса, выявление отношений обучающегося к изучаемому предмету, повышение уровня освоения программных требований.

Текущий контроль имеет воспитательные цели и учитывает индивидуальные психологические особенности обучающегося.

Промежуточная аттестация определяет уровень практической подготовки обучающегося и усвоение им образовательной программы объединения на определенном этапе обучения.

Формой подведения итогов реализации программы является выставка детских работ.

Показателями качества обучения образования являются:

- уровень познавательной мотивации образовательной деятельности обучающихся (измеряется результатами промежуточной и итоговой аттестации);
- активность участия в конкурсах;
- положительная динамика достижений обучающегося в соответствии с его способностями и познавательными интересами: положительная динамика показателей количества победителей и призёров в различных конкурсах, фестивалях в объединениях.

В качестве мотивации и стимулирования воспитанников, направленной на раскрытие творческих и интеллектуальных возможностей и способностей служат социальные мотивы, которые порождают различные виды деятельности, направленные на то, чтобы занять определённое место в обществе, получить признание и уважение со стороны окружающих, и духовные мотивы, которые связаны с самосовершенствованием человека.

В конце учебного года учащиеся выполняют творческий проект, где самостоятельно выбирают тему, материал, технику исполнения; показывают уровень овладения и навыки использования различных художественных материалов для работы в разных техниках.

Показателем успешности обучения служат: положительная динамика уровня коммуникативной культуры, результаты участия в конкурсах и желание продолжить обучение на следующем этапе подготовки.

Первые месяцы работы по программе показывают, что все обучающиеся осваивают программу. Одни - легко, у других возникают определенные затруднения. Важно знать, что именно трудно дается тому или иному обучающемуся, поэтому необходимо беседовать и анализировать деятельность каждого обучающегося. Контроль знаний и умений в группах осуществляется строго дифференцированно, исходя из возрастных особенностей развития каждого отдельного ребенка.

Анализ затруднений приводит к дифференцированному подходу к каждому обучающемуся при выборе заданий и предметной деятельности, что и характеризует уровень подхода к обучению в творческом объединении.

Проведенные исследования на начальном этапе дают нам возможность узнать способности обучающихся, уровень мотивации и определить точки их роста.

Параметры подведения итогов:

- уровень знаний, умений, навыков учащихся (высокий, средний, низкий);
- количество обучающихся, полностью освоивших образовательную программу, освоивших программу в необходимой степени (количество и проценты);
- перечень основных причин невыполнения детьми образовательной программы; перечень факторов, способствующих успешному освоению образовательной программы;
- рекомендации по коррекции образовательной программы, изменению методик преподавания.

Процесс аттестации дает возможность оценить степень сложности программного материала. Так как педагог дополнительного образования сам устанавливает себе «стандарты», то существует опасность как упрощения, так и чрезмерного усложнения программного материала. В первом случае аттестация покажет, что дети усваивают материал с трудом, а во втором - очень легко, практически без усилий. Это даст возможность педагогу найти «золотую середину» и скорректировать программу. Следует отметить, что правильно организованный и умело осуществляемый контроль помогает лучшему усвоению предмета и воспитывает сознательное отношение к учебной деятельности. В течение года, обучающиеся участвуют в выставках и конкурсах, где происходит оценка их деятельности общественностью и специалистами.

Аттестация позволяет определить эффективность обучения по данной программе, обсудить результаты, внести изменения в учебный процесс.

Анализ образовательного процесса

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся выступает сам руководитель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в художественно-эстетическую деятельность.

Механизмом оценки роста и восхождения являются: «обратная связь» обучающегося и педагога; уровень задач, которые ставит перед собой обучающийся, а также достижения не только творческого характера, но и личностного.

Полученная информация ложится в основу анализа образовательного процесса за прошедший учебный год, который используется при планировании работы объединения в новом учебном году. Проведенный анализ позволяет сформулировать рекомендации для внесения изменений, корректив в образовательную программу педагога дополнительного образования, в уточнение критериев оценки освоения обучающимися образовательных программ.

2. Содержание общеразвивающей программы

2.1 Учебный план

Уровень сложности	Год обучения	Разделы	Кол-во часов			Формы промежуточной (итоговой) аттестации
			В	Т	П	
стартовый	1	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ	2	1	1	педагогическое наблюдение
		Работа с бисером	64	12	52	анкетирование, выставка работ
		Работа с нитками и лентами	76	22	54	тестирование
		Игровая программа «Вернисаж творческих идей»	2	1	1	выставка работ
Итого на стартовом уровне: 144 часа						
базовый	2	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ	2	1	1	тестирование
		Работа с бисером	64	11	53	выставка работ
		Работа с нитками и лентами	84	21	63	творческое задание
		Игровая программа «Рукотворные чудеса»	2		2	выставка работ
	3	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ	2	1	1	тестирование
		Работа с бисером	100	30	70	выставка работ
		Работа с нитками и лентами	124	34	90	тестирование
		Игровая программа «Страна мастериц»	2		2	выставка работ
Итого на базовом уровне: 380 часов						
Всего по программе: 524 часа						

2.2 Учебный (тематический) план 1 год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Кол-во часов			Формы аттестации/контроля
		В	Т	П	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ	2	1	1	педагогическое наблюдение
2	Работа с бисером	64	12	52	выставка работ из бисера
2.1	История и основы бисероплетения	2	1	1	тестирование
2.2	Материалы и инструменты для бисероплетения	2	1	1	творческое задание
2.3	Плетение животных	12	2	10	творческое задание
2.4	Плетение украшений	10	2	8	творческое задание
2.5	Плетение букета цветов	18	2	16	творческое задание
2.6	Плетение новогодней композиции	20	4	16	выставка, тестирование
3	Работа с нитками и лентами	76	22	54	выставка работ
3.1	История вышивки	2	1	1	опрос
3.2	Основы вышивки	6	3	3	творческое задание
3.3	Изучение простых швов в вышивке	8	4	4	творческое задание
3.4	Выполнение изделий простейшими швами	12	4	8	творческое задание

3.5	Техника вышивки крестом	2	1	1	творческое задание
3.6	Изготовление закладки	12	2	10	творческое задание
3.7	Техника вышивки атласными лентами	14	2	12	творческое задание
3.8	Вышивка салфетки	12	3	9	творческое задание
3.9	Реализация индивидуальных проектов	8	2	6	промежуточная аттестация
4	Игровая программа «Вернисаж творческих идей»	2	1	1	выставка
	Итого часов	144	36	108	

Содержание учебного плана 1 год обучения

1. Вводное занятие. Инструктаж по ПБ

Теория. Инструктаж по правилам безопасности. Знакомство с программой «Мастерица». Организация рабочего места. Структура занятий.

Практика. Игровая программа «Давайте познакомимся».

2. Работа с бисером

2.1 История и основы бисероплетения

Теория. История возникновения и развития бисероплетения. Знакомство с бисером и сопутствующими материалами. Бисер, бусины и стеклярус. Способы низания бисера. Основы композиции. Основные приемы при изготовлении изделий из бисера.

Практика. Входящее тестирование.

2.2 Материалы и инструменты для бисероплетения

Теория. Инструменты необходимые для работы. Хранение рабочих инструментов и расходных материалов. Правила безопасности при работе с колющими, режущими инструментами, мелкими деталями.

Практика. Работа с проволокой (сгибание, разгибание, расправление петли).

2.3 Плетение животных

Теория. Особенности при создании животных на проволоке. Демонстрация образцов готовых работ. Правила работы в группе. Распределение работы.

Практика. Работа со схемой, подбор цветовой гаммы и размера бусин или бисера. Изготовление животных по схеме. Выполнение коллективной работы «В мире животных». Анализ результатов.

2.4 Плетение украшений

Теория. Особенности при создании плетеных украшений из бисера. Демонстрация образцов готовых работ. Особенности работы по схеме.

Практика. Подбор цветовой гаммы и размера бусин или бисера. Изготовление украшений по схеме. Анализ результатов.

2.5 Плетение букета цветов

Теория. Особенности при создании цветов из бисера. Демонстрация образцов готовых работ.

Практика. Выбор материала, подбор цветовой гаммы и размера бусин или бисера. Изготовление букета. Анализ результатов.

2.6 Плетение новогодней композиции

Теория. Особенности создания объёмных фигур. Демонстрация образцов готовых работ.

Практика. Выбор схемы новогоднего украшения, подбор цветовой гаммы и размера бусин или бисера. Изготовление новогодних украшений по схеме. Анализ результатов. Оформление выставки работ. Промежуточная аттестация.

3. Работа с нитками и лентами

3.1 История вышивки

Теория. История возникновения и развития вышивки. Особенности русской вышивки.

Практика. Просмотр презентации.

3.2 Основы вышивки

Теория. Инструменты для вышивки. Запяливание ткани. Изучение цветовой гаммы и сочетания цветов. Способы закрепления рабочей нити. Основы композиции. Виды орнамента. Составление орнамента. Увеличение и уменьшение рисунка. Выбор рисунка. Нанесение рисунка на ткань.

Практика. Запяливание ткани. Вдевание нитки в иголку. Использование инструментов (пяльцы, нитковдеватель). Разные способы закрепления нитки на канве. Особенности работы на канве и материале. Составление орнамента в тетради. Увеличение и уменьшение рисунка. Тестовое задание.

3.3 Изучение простых швов в вышивке

Теория. Виды простых швов в вышивке (шов «вперед иголку», шов «за иголку», шов «шнурок», шов петельный). Приемы работы с демонстрацией каждого шва.

Практика. Выполнение изученных швов на ткани.

3.4 Выполнение изделий простейшими швами

Теория. Создание орнамента, с помощью изученных швов.

Практика. Создание рисунка закладки в тетради. Перенос рисунка на канву. Выбор цветовой гаммы. Выполнение вышивки с использованием различных простейших швов. Оформление готового изделия. Анализ результатов.

3.5 Техника вышивки крестом

Теория. Знакомство с техникой вышивки крестом. Особенности выполнения вышивки крестом. Пендибуль, виды. Правила подбора рисунков для пендибуля. Демонстрация образцов.

Практика. Выбор схемы и цветовой гаммы, выполнение вышивки пендибуля. Оформление готового изделия. Анализ результатов.

3.6 Изготовление закладки

Теория. Изготовление сувениров для близких людей. Особенности выполнения маленьких изделий.

Практика. Выбор схемы из предложенных образцов. Подбор ниток. Выполнение вышивки в изученной технике. Обработка края изделий. Оформление готовых изделий. Анализ результатов.

3.7 Техника вышивки атласными лентами

Теория. знакомство с материалами и инструментами, основными приёмами вышивки лентами. Знакомство с основными швами при вышивке лентами («вперед иголку», «вперед иголку обвитый», «петельный», «диагональный», «петля», «полупетля», «стежок с завитком»).

Практика. закрепление узелка на ленте. Выполнение швов.

3.8 Вышивка салфетки

Теория. Особенности создания цветов из лент. Способы закрепления цветов на ткани.

Практика. Создание рисунка, перенос на ткань. Выбор материалов. Выполнение работы. Оформление готового изделия. Анализ результатов.

3.9 Реализация индивидуальных проектов

Теория. Краткий обзор всех изученных техник. Показ работ в каждой технике.

Практика. Выполнение итоговой работы в любой из изученных техник. Оформление готового изделия. Анализ результатов. Оформление работ для выставки. Промежуточная аттестация на знание основных понятий курса, техник вышивки и бисероплетения.

4 Игровая программа «Вернисаж творческих идей»

Теория. Подведение результатов обучения по программе. Достижения обучающихся.

Практика. Викторина. Оформление выставки.

Ожидаемые результаты реализации программы 1 год обучения

- развитие практических умений и навыков по бисероплетению, по работе с нитками;
- развитие познавательного интереса, включенность в активную творческую деятельность;
- развитие мышления;
- развитие личностного самообразования: активности, самостоятельности, расширение круга общения;
- развитие эстетического вкуса;
- удовлетворение образовательных потребностей через призовые места в творческих конкурсах.

Обучающиеся должны знать:

- правила пользования инструментами и приспособлениями;
- правила безопасности;

- основные приемы, способы работы с бисером;
- основные виды простых швов нитками и атласными лентами;
- правила уменьшения, увеличения рисунков;
- основы композиции;
- свободно владеть основными понятиями курса.

Обучающиеся должны уметь:

- пользоваться инструментами и приспособлениями;
- подготовить рабочее место;
- составлять цветовой рисунок изделия с помощью педагога;
- изготовить несложные поделки, правильно их оформить;
- уменьшать или увеличивать, копировать рисунки, переводить их на ткань;
- рассчитывать размер вышивки на канве;
- заправлять ткань в пяльцы;
- технически правильно выполнять приемы вышивки и бисероплетения.

2.3 Учебный (тематический) план 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		В	Т	П	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ.	2	1	1	тестирование
2	Работа с бисером	64	11	53	выставка работ
2.1	Организация рабочего места.	2	1	1	опрос
2.2	Объемное параллельное плетение	8	2	6	творческое задание
2.3	Игольчатое плетение	10	2	8	творческое задание
2.4	Петельное плетение	10	2	8	творческое задание
2.5	Французское плетение	18	2	16	творческое задание
2.6	Сетчатое плетение	16	2	14	промежуточная аттестация
3	Работа с нитками и лентами	84	21	63	выставка работ
3.1	Основы вышивки.	4	2	2	тестирование
3.2	Изучение простых швов в вышивке.	6	3	3	творческое задание
3.3	Выполнение изделий простейшими швами.	6	2	4	творческое задание
3.4	Аппликация на ткани.	6	1	5	педагогическое наблюдение
3.5	Чехол с аппликацией и вышивкой.	16	2	14	творческое задание
3.6	Техника вышивки атласными лентами.	10	5	5	творческое задание
3.7	Вышивка пэнала.	14	2	12	творческое задание
3.8	Техника вышивки бисером.	2	1	1	творческое задание
3.9	Вышивка панно	8	1	7	творческое задание
3.10	Реализация индивидуальных проектов	12	2	10	промежуточная аттестация
4	Игровая программа «Рукотворные чудеса»	2	0	2	игровая программа, выставка
	Итого часов	152	33	119	

Содержание учебного плана 2 год обучения

1. Вводное занятие. Инструктаж по ПБ

Теория. Знакомство с программой второго года обучения объединения «Мастерица». Инструктаж по правилам поведения и охране труда.

Практика. Входящий контроль.

2. Работа с бисером

2.1 Организация рабочего места

Теория. Важность правильной организации рабочего места на занятиях и дома. Инструменты необходимые для работы. Хранение рабочих инструментов и расходных материалов. Правила безопасности при работе с колющими, режущими инструментами, мелкими деталями.

Практика. Презентация детей «Мое рабочее место дома».

2.2 Объемное параллельное плетение

Теория. Объемное параллельное плетение, особенности его выполнения. Демонстрация образцов готовых работ. Особенности работы по схеме.

Практика. Выбор материала, подбор цветовой гаммы. Выполнение плетения по предложенной схеме. Анализ результатов.

2.3 Игольчатое плетение

Теория. Игольчатое плетение, особенности его выполнения. Демонстрация образцов готовых работ. Основы композиции и цветоведения. Презентация «Разнообразие растительного мира». Флористическая проволока в оформлении.

Практика. Подбор цветовой гаммы и размера бусин или бисера. Выполнение плетения по предложенной схеме. Анализ результатов.

2.4 Петельное плетение

Теория. Петельное плетение, особенности его выполнения. Демонстрация образцов готовых работ. Использование ниток при оформлении готовой работы.

Практика. Работа со схемой, подбор цветовой гаммы и размера бусин или бисера. Выполнение плетения по предложенной схеме. Анализ результатов.

2.5 Французское плетение

Теория. Особенности французского плетения. Демонстрация образцов готовых работ.

Практика. Выбор материала, подбор цветовой гаммы и размера бусин или бисера. Изготовление букета. Анализ результатов.

2.6 Сетчатое плетение

Теория. Сетчатое плетение, особенности его выполнения. Оплетение объемных изделий. Демонстрация образцов готовых работ. Правила работы в группе. Распределение работы.

Практика. Выбор схемы новогоднего украшения, подбор цветовой гаммы и размера бусин или бисера. Изготовление новогодних украшений по схеме. Выполнение коллективной работы. Анализ результатов. Оформление выставки работ. Промежуточная аттестация.

3. Работа с нитками и лентами

3.1 Основы вышивки

Теория. Материаловедение. Композиция. Орнаменты у разных народов. Увеличение и уменьшение рисунка. Выбор рисунка. Нанесение рисунка на ткань. Практика. Составление орнамента в тетради. Увеличение и уменьшение рисунка. Тестовое задание.

3.2 Изучение простых швов в вышивке

Теория. Виды простых швов в вышивке (шов «тамбурный», шов «козлик», шов «узелки»). Приемы работы с демонстрацией каждого шва.

Практика. Выполнение изученных швов на ткани.

3.3 Выполнение изделий простейшими швами

Теория. Создание орнамента, с помощью изученных швов.

Практика. Создание рисунка в тетради. Перенос рисунка на канву. Выбор цветовой гаммы. Выполнение вышивки с использованием различных простейших швов. Оформление готового изделия. Анализ результатов.

3.4 Аппликация на ткани

Теория. Знакомство с техникой аппликации на ткани. Виды аппликации на ткани. Особенности закрепления аппликации на ткани. Демонстрация образцов.

Практика. Выбор схемы и цветовой гаммы, создание заготовки для последующей работы.

3.5 Чехол с аппликацией и вышивкой

Теория. Особенности выполнения аппликации. Особенности работы с шаблонами.

Практика. Выполнение вышивки и аппликации в изученной технике. Обработка края изделий. Оформление готовых изделий. Анализ результатов.

3.6 Техника вышивки атласными лентами

Теория. Знакомство с новыми швами при вышивке лентами («захват», «петля воздушная», «петля воздушная с узелком», «крестик», «бутон простой»).

Практика. Закрепление узелка на ленте. Выполнение швов.

3.7 Вышивка пенала

Теория. Особенности создания вышивки лентами. Уход за вышивкой.

Практика. Создание рисунка, перенос на ткань. Выбор материалов. Выполнение работы. Оформление готового изделия. Анализ результатов.

3.8 Техника вышивки бисером

Теория. Правила подбора ткани, ниток, игл, бисера. Счетная вышивка бисером. Ажурные вставки. Односторонние швы.

Практика. Практическое выполнение.

3.9 Вышивка панно

Теория. Особенности вышивки бисером в разных техниках.

Практика. Подбор материала. Выбор и нанесение рисунков. Практическое выполнение вышивки бисером. Оформление готового изделия. Анализ результатов.

3.10 Реализация индивидуальных проектов

Теория. Краткий обзор всех изученных техник. Показ работ в каждой технике.

Практика. Выполнение итоговой работы в любой из изученных техник. Оформление готового изделия. Анализ результатов. Оформление работ для выставки. Промежуточная аттестация на знание основных понятий курса, техник вышивки и бисероплетения.

4 Игровая программа «Рукотворные чудеса»

Практика. Викторина. Оформление выставки.

Ожидаемые результаты реализации программы 2 год обучения

К концу второго года обучения по программе дети должны **знать:**

- виды простых швов нитками и атласными лентами;
- приемы и способы работы с бисером;
- правила построения композиции при вышивке;
- названия необходимых инструментов и их назначение;
- правила подготовки материала к работе;
- правила безопасной работы с инструментами;
- правила безопасности;
- свободно владеть основными понятиями курса;

уметь:

- правильно организовать свое рабочее место при выполнении работ, соблюдать технику безопасности;
- пользоваться инструментами и приспособлениями;
- составлять цветовой рисунок самостоятельно;
- технически правильно выполнять сложные виды вышивки и бисероплетения;
- вносить изменения в схемы, предложенные педагогом;
- оформить изделие соответственно его назначению;
- проявлять доброжелательность, чувство товарищества;
- работать самостоятельно, индивидуально и в коллективе.

2.4 Учебный (тематический) план 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		В	Т	П	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ПБ	2	1	1	тестирование
2	Работа с бисером	100	30	70	выставка работ
2.1	Низание дугами	18	6	12	творческое задание
2.2	Монастырское плетение	20	5	15	творческое задание
2.3	Петельное плетение	20	6	14	творческое задание
2.4	Параллельное плетение	18	5	13	творческое задание
2.5	Плетение новогодних поделок	24	8	16	творческое задание
3	Работа с нитками и лентами	124	34	90	выставка работ
3.1	Основы вышивки	2	1	1	творческое задание
3.2	Выполнение изделий простейшими швами	14	3	11	творческое задание
3.3	Техника художественной глади	14	6	8	педагогическое наблюдение
3.4	Вышивка картины	30	8	22	творческое задание
3.5	Техника вышивки атласными лентами	18	5	13	творческое задание
3.6	Изготовление мягкой игрушки	24	7	17	творческое задание
3.7	Реализация индивидуальных проектов	22	4	18	творческое задание
4	Игровая программа «Страна мастериц»	2		2	игровая программа, выставка
	Итого часов	228	65	163	

Содержание учебного плана 3 год обучения

1. Вводное занятие. Инструктаж по ПБ

Теория. Инструктаж по правилам безопасности. Знакомство с программой третьего года обучения.

Практика. Входящий контроль

2. Работа с бисером

2.1 Низание дугами

Теория. Разные формы листьев в природе. Особенности выполнения разных форм листьев. Демонстрация образцов готовых работ. Правила работы в группе. Распределение работы.

Практика. Работа со схемой, подбор цветовой гаммы. Изготовление разных форм листьев. Выполнение коллективной работы. Анализ результатов.

2.2 Монастырское плетение

Теория. Монастырское плетение, его особенности, история. Демонстрация образцов готовых работ.

Практика. Выбор материала, подбор цветовой гаммы. Выполнение плетения по предложенной схеме. Анализ результатов.

2.3 Петельное плетение

Теория. Особенности при создании петельного плетения. Демонстрация образцов готовых работ. Бонсай, история искусства.

Практика. Подбор цветовой гаммы и размера бусин или бисера. Изготовление поделки в технике петельного плетения. Оформление работы. Анализ результатов.

2.4 Параллельное плетение

Теория. Параллельное плетение, его особенности. Правила составления композиции.

Практика. Выбор материалов, подбор цветовой гаммы, выполнение поделки в технике параллельного плетения. Анализ результатов.

2.5 Плетение новогодних поделок

Теория. Особенности создания объёмных изделий. Демонстрация образцов готовых работ.

Практика. Выбор схемы новогоднего украшения, подбор цветовой гаммы и размера бусин или бисера. Изготовление новогодних украшений по схеме. Анализ результатов. Оформление выставки работ. Промежуточное тестирование.

3. Работа с нитками и лентами

3.1 Основы вышивки

Теория. Материаловедение. Композиция. Счетная вышивка.

Практика. творческое задание.

3.2 Выполнение изделий простейшими швами

Теория. Сочетание разных швов в одной работе.

Практика. Создание рисунка в тетради. Перенос рисунка на канву. Выбор цветовой гаммы. Выполнение вышивки с использованием различных простейших швов. Оформление готового изделия. Анализ результатов.

3.3 Техника художественной глади

Теория. Знакомство с техникой художественной глади. Особенности выполнения швов гладью. Объемная гладь. Демонстрация образцов.

Практика. Выполнение швов гладью с использованием разных техник.

3.4 Вышивка картины

Теория. Особенности вышивки в технике художественной глади. Объемные элементы в вышивке.

Практика. Создание рисунка, копирование, перевод на ткань. Подбор ниток. Выполнение вышивки художественной гладью на панно или салфетках. Обработка края изделий. Оформление готовых изделий. Анализ результатов.

3.5 Техника вышивки атласными лентами

Теория. Знакомство с новыми швами при вышивке лентами («стежок перекрученный», «петля перекрученная», «узелок», «двойной стежок с нахлестом», «стежок прямой с обвивкой», «стежок витой», «петельный», «стебельчатый», «тамбурный», «витая цепочка»). Создание цветов из присборенной ленты.

Практика. Выполнение швов, создание и закрепление цветов на ткани.

3.6 Изготовление мягкой игрушки

Теория. Мягкая игрушка, история и особенности. Презентация «Игрушки от древности до наших дней». Работа с шаблонами.

Практика. Создание эскиза, перенос на ткань. Выполнение работы с использованием изученных швов. Оформление готового изделия. Анализ результатов.

3.7 Реализация индивидуальных проектов

Теория. Краткий обзор всех изученных техник. Показ работ в каждой технике.

Практика. Выполнение итоговой работы в любой из изученных техник. Оформление готового изделия. Анализ результатов. Оформление работ для выставки. Итоговая аттестация на знание основных понятий курса, техник вышивки и бисероплетения.

4 Игровая программа «Страна мастериц»

Практика. Викторина. Оформление выставки.

Ожидаемые результаты реализации программы 3 год обучения

К концу третьего года обучения по программе дети должны **знать:**

- все изученные виды простых швов нитками, атласными лентами;
- все изученные виды бисероплетения;
- правила построения композиции, особенности цветоведения;
- основы разработки эскизов;
- правила безопасной работы с инструментами;
- правила безопасности;
- свободно владеть основными понятиями курса;

уметь:

- правильно организовать свое рабочее место при выполнении работ, соблюдать технику безопасности;
- пользоваться инструментами и приспособлениями;
- составлять цветовой решение самостоятельно;
- в изученных техниках, изготовить поделки, состоящие из мелких и сложных деталей;
- самостоятельно составлять схемы для поделок и рисунки для вышивки;
- оформить изделие соответственно его назначению;
- проявлять доброжелательность, чувство товарищества;
- работать самостоятельно, индивидуально и в коллективе.

3. Организационно-педагогические условия

3.1 Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
1	Количество учебных недель	36	38	38
2	Количество учебных дней	72	76	114
3	Количество часов в неделю	4	4	6
4	Количество часов	144	152	228
5	Начало занятий	15 сентября	1 сентября	1 сентября
6	Выходные дни	31.12 – 11.01	31.12 – 11.01	31.12 – 11.01
7	Окончание учебного года	31 мая	31 мая	31 мая

3.2 Условия реализации программы

Материально–техническое обеспечение:

- отдельный кабинет с рабочими столами, стульями, шкафом, для хранения наглядного материала;
- мультимедийное оборудование;
- инструменты и материалы, используемые в технике бисероплетения (бисер, бусины, стеклярус, леска, проволока, ножницы, плоскогубцы);
- инструменты и материалы, используемые в технике вышивки (пяльцы, мулине, ленты атласные, иглы, нитковдеватель, ткань, канва, синтепон, пуговицы);
- канцелярские принадлежности (ручка, карандаш, линейка, резинка, циркуль, тетрадь, блокнот).

Родители / законные представители самостоятельно обеспечивают ребенка соответствующим комплектом оборудования индивидуального пользования.

Кадровое обеспечение: в реализации программы принимает участие педагог дополнительного образования со средне специальным или высшим педагогическим образованием любой квалификационной категории, владеющий знаниями в области бисероплетения и вышивки.

Методические материалы:

- цифровые образовательные ресурсы. Презентации и видео;
- примерные конспекты занятий;
- инструкционные карты и схемы выполнения изделий, шаблоны;
- образцы готовых изделий;
- материалы для проведения входящего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Методические материалы

№ п/п	Название раздела, темы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения. Педагогические технологии	Формы учебного занятия
1 год обучения				
1	Работа с бисером	<ul style="list-style-type: none"> • отдельный кабинет с рабочими столами, стульями, шкафом, для хранения наглядного материала; • мультимедийное оборудование; 	<p>Форма организации занятий - групповая.</p> <p>Методы обучения: словесные, наглядные, практические; индуктивные, дедуктивные; репродуктивные, проблемно-поисковые.</p> <p>Пед. технологии: технология творческих мастерских; ИКТ; технология проблемного обучения; здоровьесберегающая технология; игровая технология; технология сотрудничества</p>	комбинированное
2	Работа с нитками и лентами	<ul style="list-style-type: none"> • инструменты и материалы для бисероплетения; • канцелярские принадлежности; • презентации и видео по темам; 		творческая мастерская
3	Игровая программа «Вернисаж творческих идей»	<ul style="list-style-type: none"> • примерные конспекты занятий; инструкционные карты и схемы; • образцы готовых изделий; материалы для проведения пед. мониторинга. 		игровое
2 год обучения				
1	Работа с бисером	<ul style="list-style-type: none"> • отдельный кабинет с рабочими столами, стульями, шкафом, для хранения наглядного материала; • мультимедийное оборудование; 	<p>Форма организации занятий - групповая.</p> <p>Методы обучения: словесные, наглядные, практические; индуктивные, дедуктивные; репродуктивные, проблемно-поисковые.</p> <p>Пед. технологии: технология творческих мастерских; ИКТ; технология проблемного обучения;</p>	комбинированное
2	Работа с нитками и лентами	<ul style="list-style-type: none"> • инструменты и материалы для бисероплетения; • канцелярские принадлежности; 		творческая мастерская

3	Игровая программа «Рукотворные чудеса»	<ul style="list-style-type: none"> • презентации и видео по темам; • примерные конспекты занятий; инструкционные карты и схемы; • образцы готовых изделий; материалы для проведения пед. мониторинга. 	здоровьесберегающая технология; игровая технология; технология сотрудничества	игровое
3 год обучения				
1	Работа с бисером	<ul style="list-style-type: none"> • отдельный кабинет с рабочими столами, стульями, шкафом, для хранения наглядного материала; • мультимедийное оборудование; • инструменты и материалы для бисероплетения; • канцелярские принадлежности; • презентации и видео по темам; • примерные конспекты занятий; инструкционные карты и схемы; • образцы готовых изделий; материалы для проведения пед. мониторинга. 	Форма организации занятий - групповая. Методы обучения: словесные, наглядные, практические; индуктивные, дедуктивные; репродуктивные, проблемно-поисковые. Пед. технологии: технология творческих мастерских; ИКТ; технология проблемного обучения; здоровьесберегающая технология; игровая технология; технология сотрудничества	комбинированное
2	Работа с нитками и лентами	<ul style="list-style-type: none"> • инструменты и материалы для бисероплетения; • канцелярские принадлежности; • презентации и видео по темам; • примерные конспекты занятий; инструкционные карты и схемы; • образцы готовых изделий; материалы для проведения пед. мониторинга. 		творческая мастерская
3	Игровая программа «Страна мастериц»	<ul style="list-style-type: none"> • презентации и видео по темам; • примерные конспекты занятий; инструкционные карты и схемы; • образцы готовых изделий; материалы для проведения пед. мониторинга. 		игровое

3.3 Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

В организациях дополнительного образования педагогами реализуются преимущественно нетрадиционные формы контроля (творческие задания, импровизация и другие), что способствует раскрытию индивидуальных особенностей обучающихся, повышению уровня развития познавательных способностей и активизации их самостоятельной работы на занятиях.

В программе используется система содержательных оценок:

- доброжелательное отношение к воспитаннику как к личности;
- положительное отношение к усилиям воспитанника;
- конкретный анализ трудностей и допущенных ошибок;
- конкретные указания на то, как можно улучшить достигнутый результат.

Оценочные материалы

Для оценки эффективности реализации программы необходима система отслеживания и фиксации результатов работы учащихся.

Цель диагностики - проследить динамику развития и рост мастерства обучающихся.

Результативность усвоения дополнительной образовательной программы отслеживается путём проведения первичного, промежуточного и итогового этапов диагностики (аттестации):

этап входящий (первоначальный) - определение уровня имеющихся у обучающихся знаний, умений, навыков в начале обучения. Формы проведения: тестирование, анкетирование, наблюдение (сентябрь-октябрь);

этап промежуточный - подведение промежуточных итогов обучения, оценка успешности продвижения обучающихся. Формы проведения, показатели, критерии разрабатываются индивидуально по направлению деятельности (декабрь-январь);

этап промежуточный - подведение промежуточных итогов обучения, оценка успешности продвижения обучающихся. Формы проведения, показатели, критерии разрабатываются индивидуально по направлению деятельности (апрель-май, 1 и 2 года обучения)

этап итоговый - подведение итогов обучения по программе (апрель-май 3 год обучения).

Формы проведения: выставки, конкурсы, конференции, практическая самостоятельная работа.

Диагностика (аттестация) позволяет определить эффективность обучения по данной программе, обсудить результаты, внести изменения в учебный процесс.

Подведение итогов важный этап работы, т.к. обеспечивает формирование у детей представление о результативности своей деятельности, развивает их

самопознание. Подведение итогов проводится в течение учебного года, по окончании больших тем, а также после участия в выставках и конкурсах.

Внешним результатом деятельности будет участие в выставках и конкурсах. Внутренним результатом деятельности станет развитие устойчивых личностных качеств детей: навыки сотрудничества и стремления к самореализации, творческая активность, эмоциональная гибкость, толерантность и способность к адекватной самооценке.

При оценке результатов работы обучающихся, выделяются такие аспекты, как: критерии и форма оценки результата подготовки каждого ребёнка, и оценка общего уровня подготовки всех обучающихся творческого объединения. Очень важно продумать и форму оценки результата ребёнка. Она должна быть конкретна, понятна, отражать реальный уровень их подготовки, но не формировать у них позицию «двоечника» или «троечника». Для этого разработана уровневая система оценки (высокий, средний, низкий).

Основной задачей начального цикла занятий бисероплетением и вышивкой является стимулирование познавательного интереса детей к декоративно – прикладному творчеству. Первые месяцы работы по программе показывают, что все обучающиеся осваивают программу. Одни – легко, у других возникают определённые затруднения. Важно знать, что именно трудно даётся тому или иному обучающемуся, поэтому необходимо обязательно анализировать деятельность каждого. Анализ затруднений приводит к дифференцированному подходу к каждому обучающемуся при выборе заданий и предметной деятельности, что и характеризует уровень подхода к обучению в творческом объединении.

Анализ тестирования обучающихся позволит педагогу сделать вывод об уровне сформированности теоретических знаний у обучающихся. Если при ответе на вопросы теста воспитанник демонстрирует осознание связей между приемами деятельности, сохраняет их в памяти и самостоятельно способен их сформулировать, значит у воспитанника высокий уровень освоения теоретической части образовательной программы.

Если же воспитанник осуществляет перестройку и перенос приема в несложных ситуациях с помощью педагога, значит, речь идет о среднем уровне освоения теоретических знаний.

О низком освоении теоретических знаний и практических умений говорит отсутствие умения и навыка самостоятельного применения приемов.

Мониторинг результатов обучения проводится на основе таблицы (Приложение 1), которая позволяет увидеть набор знаний, умений и навыков, которые должен освоить ребенок в результате обучения по программе, а также определить с помощью критериев уровни и, следовательно, степень освоения программы. Полученные данные вносятся в таблицы (Приложение 2,3). Данная

система контроля и оценки результатов дает возможность определить степень освоения программы, проследить развитие личностных качеств учащихся. На итоговой аттестации общий балл ребенка переводится в показатель степени усвоения программы (низкий, средний или высокий).

4. Список литературы

Нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (на плановый период до 2030 года) распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р.
4. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «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 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
7. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
8. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
9. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

14. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

15. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом».

16. Требования к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам для включения в систему персонифицированного финансирования дополнительного образования Свердловской области, приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области № 219-д от 04.03.2022 «О внесении изменений в методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях», утвержденных приказом ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 01.11.2021 № 934-д.

Список литературы для педагога:

1. Артамонова Е.В. Подарки и сувениры из бисера / Е.В. Артамонова; отв. ред. Л. Ключник. - М.: Эксмо, 2015. — 288 с.
2. Божко Л.А. Бисер. Уроки мастерства / Л.А. Божко; ред. С.А. Порхаев. — М.: Мартин, 2016. - 168 с.
3. Зайцева А. Швы и стежки. Большая энциклопедия вышивки. – Изд-во: Эксмо, 2019. – 208 с.
4. Ибрагимова Е. Модная вышивка. Все актуальные виды и техники. – Изд-во: Эксмо, 2018. – 224 с.
5. Красичкова А. Энциклопедия бисероплетения. – Изд-во: Рипол Классик, 2017г. – 192 с.
6. Максимова М., Кузьмина М. Вышивка – первые шаги. – Изд-во «Эксмо», 1997. – 96 с.

7. Федотова М.В. Цветы из бисера / М.В. Федотова, Г.М. Валюх; ред. Л.Б. Мартынова. - М.: Культура и традиции, 2004. - 88 с.
8. Чиотти Д. Бисер. - М.: Ниола-Пресс, 2012. - 160с.

Список литературы для детей и родителей:

1. Зайцева А. Швы и стежки. Большая энциклопедия вышивки. - Изд-во: Эксмо, 2019. – 208 с.
2. Ибрагимова Е. Модная вышивка. Все актуальные виды и техники. - Изд-во: Эксмо, 2018. – 224 с.
3. Красичкова А. Энциклопедия бисероплетения. - Изд-во: Рипол Классик, 2017г. – 192 с.
4. Ликсо Н. Большая энциклопедия бисера. - Изд-во: АСТ, 2016. – 240 с.
5. Лындина Ю.С. Фигурки из бисера / Ю.С.Лындина; ред. Л.Б. Мартынова. - М.: Культура и традиции, 2001. - 90 с.
6. Ляукина М. В. Стильные штучки из бисера / М.В.Ляукина; гл. ред. Т. Дервянко.- М.: АСТ - Пресс, 2007. - 120 с.
7. Ткаченко Т. Б. Плетем деревья из бисера / Т.Б. Ткаченко, К.И. Стародуб; отв. ред. С.А. Осташов. – Ростов-на-Дону.: Феникс, 2006. - 64 с.
8. Чимпоеш Т.П. Плетение фенечек из бисера и ткани Т.П. Чимпоеш, Е.В. Парьева; отв. ред. Ж. Фролова. - Ростов-на-Дону.: Феникс, 2003. - 224 с.

Интернет-ресурсы:

1. Страна Мастеров. <https://stranamasterov.ru/>
2. Всемирный каталог идей –: <https://ru.pinterest.com/>
3. Мастер-классы <https://www.livemaster.ru/masterclasses/>
4. <http://patterns.3dn.ru>

Мониторинг результатов обучения ребенка по программе «Мастерица»

Показатели		Критерии	Степень выраженности		
			минимальный уровень	средний уровень	высокий уровень
Теоретическая подготовка	теоретические знания	соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	объем усвоенных знаний по программе меньше 1/2	объем усвоенных знаний по программе больше 1/2	программа освоена полностью
	владение понятийным аппаратом	осознанность и правильность использования специальных терминов	почти не пользуется специальными терминами	совмещает специальные термины и бытовые названия	осознанно и правильно использует специальные термины
Практическая подготовка	практические умения и навыки	соответствие практических умений и навыков ребенка программным требованиям	объем освоенных умений и навыков по программе меньше 1/2	объем освоенных умений и навыков по программе больше 1/2	программа освоена полностью
	владение инструментами	уровень использования оборудования	затруднения при работе с инструментами	работает с инструментами с помощью педагога	отличные навыки работы с инструментами
Творчество	творческие навыки	креативность при выполнении творческих заданий	выполняет задания только по образцу	вносит в изделие небольшие отличия от образца	вносит в изделие большие отличия от образца
	творческие достижения	участие в выставках и конкурсах	редко участвует в конкурсах и выставках внутри объединения	участвует в выставках внутри объединения, учреждения	регулярно принимает участие в выставках и конкурсах на уровне района, города и т.д.
Мотивация и интерес		позиция активности и устойчивого интереса	не активен, выполняет задания только по четким инструкциям педагога	проявляет интерес к деятельности, настойчив в достижении цели, проявляет активность на определенные темы	проявляет активный интерес к деятельности, стремится к самостоятельной творческой активности

Результаты диагностического контроля «Мастерица»: группа № _____

№п/ п	Ф.И. учащегося	Диагностическая аттестация												
		теоретические знания			практические навыки			уровень мотивации и интереса			уровень творческих способностей			
		входной контроль	промежуточная аттестация	итоговая аттестация	входной контроль	промежуточная аттестация	итоговая аттестация	входной контроль	промежуточная аттестация	итоговая аттестация	входной контроль	промежуточная аттестация	итоговая аттестация	
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														

Карта диагностики усвоения программы обучающимися 1 года обучения

№ п/п	ФИ	история бисероплетения			материалы, инструменты			плетение бисером			основы вышивки			простые швы			итоговый уровень		
		В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н

- *Высокий уровень* – делает самостоятельно
- *Средний уровень* – делает с помощью педагога или товарищей
- *Низкий уровень* – не может сделать

Карта диагностики усвоения программы обучающимися 2 года обучения

№ п/п	ФИ	работа с бисером			простые швы			аппликация			вышивка лентами			вышивка бисером			итоговый уровень		
		В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н

- *Высокий уровень* – делает самостоятельно
- *Средний уровень* – делает с помощью педагога или товарищей
- *Низкий уровень* – не может сделать

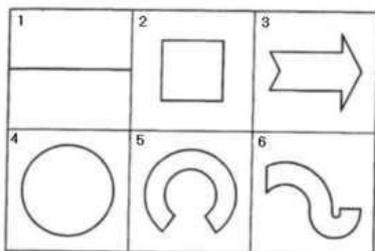
Карта диагностики усвоения программы обучающимися 3 года обучения

№ п/п	ФИ	работа с бисером			простые швы			вышивка лентами			работа с тканью			итоговый уровень		
		В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н

- *Высокий уровень* – делает самостоятельно
- *Средний уровень* – делает с помощью педагога или товарищей
- *Низкий уровень* – не может сделать

ТЕСТ на определения уровня наглядно - действенного развития.

Этот тест предназначен для определения уровня наглядно-действенного развития у детей. В процессе выполнения задания ребенку предстоит точно и быстро вырезать фигуры, нарисованные на бумаге. Разделите лист бумаги формата А-4 на шесть частей и нарисуйте в каждом квадратике фигуры, изображенные на рисунке. Рисунок 2. Фигуры для теста



Разрежьте лист бумаги на отмеченные шесть частей и пронумеруйте, как на рисунке.

Порядок действий: Дайте ребенку ножницы. Выдавайте ребенку по квадратику с фигурой, предварительно вырезанному Вами из бумаги, в порядке очереди от 1 до 6. Ребенок должен максимально быстро и аккуратно вырезать фигуры из квадратиков (первый квадратик нужно просто разрезать по линии).

Оцениваем результаты теста:

Оценивая результаты теста, учитываем скорость и точность выполнения задания.

10 баллов - Ребенок выполнил задание не более чем за 4 минуты. При этом контуры вырезанных фигур отличаются от образца не более чем на 1 мм.

8-9 баллов - Ребенок выполнил задание не более чем за 4-5 минут. При этом контуры вырезанных фигур отличаются от образца не более чем на 1,5-2 мм.

6-7 баллов - Ребенок выполнил задание не более чем за 5 минут. При этом контуры вырезанных фигур отличаются от образца не более чем на 2-3 мм.

3-4 балла - Ребенок выполнил задание не более чем за 6 минут. При этом контуры вырезанных фигур отличаются от образца не более чем на 3-4 мм.

2-3 балла - Ребенок выполнил задание за 6-7 минут. При этом контуры вырезанных фигур отличаются от образца не более чем на 5 мм.

0-1 балл - Ребенок не смог справиться с заданием за 7 минут.

Вырезанные фигуры сильно отличаются от оригинала.

Определяем уровень наглядно-действенного мышления у ребенка, исходя из результатов теста:

10баллов - максимально высокий.

8-9 баллов - очень высокий.

6-7 - выше среднего.

3-4 - средний.

2-3 - ниже среднего.

0-1 - очень низкий.

Тест на креативность Г. Дэвиса

1. Я думаю, что я аккуратен (на).
2. Я любил (а) знать, что делается в других классах школы.
3. Я любил (а) посещать новые места вместе с родителями, а не один.
4. Я люблю быть лучшим (ей) во всем.
5. Если я имел (а) сладости, то стремился(ась) их сохранить все у себя.
6. Я очень волнуюсь, когда работа, которою я делаю, не лучшая, не может быть сделана мною наилучшим образом.
7. Я хочу понять, как все происходит вокруг, найти всему причину.
8. В детстве я не был (а) особо популярен(а) среди детей.
9. Я иногда поступаю по-детски.
10. Когда я что-нибудь хочу сделать, то ничего не может меня остановить
11. Я предпочитаю работать с другими, и не могу работать один.
12. Я знаю, когда я смогу сделать что-то, по-настоящему стоящее.
13. Если я даже уверен (а), что прав (а), я стараюсь менять свою точку зрения, если со мной не соглашаются другие.
14. Я очень беспокоюсь и переживаю, когда делаю ошибки.
15. Я часто скучаю.
16. Я буду значимым и известным, когда вырасту.
17. Я люблю смотреть на красивые вещи.
18. Я предпочитаю знакомые игры, а не новые.
19. Я люблю исследовать, что произойдет, если я что-либо сделаю.
20. Когда я играю, то стараюсь, как можно меньше рисковать.
21. Я предпочитаю смотреть телевизор, чем его делать.

Ключ. Креативность в случае положительных ответов на вопросы 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 16, 17, 19 и в случае отрицательных ответов на вопросы 1, 3, 5, 11, 13, 14, 15, 18, 20, 21. За каждое совпадение с ключом – 1 балл. Чем больше сумма, тем выше креативность.

Значение утверждений:

1. принятие беспорядка
2. беспокойство о других
3. стремление к риску
4. желание выделиться
5. альтруизм
6. недовольство собой
7. любопытство
8. непопулярность
9. регресс на детство
10. отбрасывание давления
11. любовь к одиночной работе

- 12.самодостаточность
- 13.независимость
- 14.деловые ошибки
- 15.отсутствие скуки
- 16.чувство предназначенности
- 17.чувство красоты
- 18.потребность в активности
- 19.спекулятивность
- 20.стремление к риску
- 21.потребность в активности

Если сумма соответствующих ключу ответов равна или больше 15, то можно предположить наличие творческих способностей у отвечающего. Педагогу необходимо помнить, что это еще не реализованные возможности. Главная проблема – помощь в их реализации, так как часто другие особенности характера таких людей мешают им в этом (повышенное самолюбие, эмоциональная ранимость, нерешенность личностных проблем, романизм и др.). Необходим такт, общение на равных, юмор, требовательность, избегание острой и частой критики, частый свободный выбор темы работы и творческий режим деятельности.

АНКЕТА «Мои интересы»

Дорогой друг! Ответь, пожалуйста, на вопросы:

1. Меня зовут _____
2. Мне _____ лет
3. Я узнал об объединении (из интернета, от учителя, от друзей)
4. Я пришел в это объединение, потому что (хочу заниматься любимым делом, надеюсь найти новых друзей, хочу узнать новое, интересное о том, чего не изучают в школе)
5. Думаю, что занятия помогут мне (с пользой проводить учебное время, приобрести новые умения, участвовать в конкурсах)
6. Мои любимые занятия в свободное от учебы время _____.
7. Мои любимые предметы в школе _____.
8. Мои увлечения (хобби, занятия) _____.
9. В будущем я мечтаю стать _____.
10. Какие традиции есть в твоей семье (Катание на лыжах, подготовка праздников, помощь бабушкам и дедушкам) _____.
11. Что тебе больше нравится – работа с бумагой или работа с тканью и нитками?
12. Назови 2 любимых цвета
13. Какие книги твои самые любимые

Качество обучения АНКЕТА

«Удовлетворённость детей занятиями в творческом объединении»

Цель: Исследовать удовлетворённость детей от посещения занятий в творческом объединении

Ребята, ответьте, пожалуйста, на вопросы, предложенные в анкете. Вы можете выбрать один из предложенных ответов, подчеркнув его, или дать свой ответ, вписав его в пустую графу

1. Приносят ли занятия в объединении пользу и какую?

– развиваются способности, знания, качества необходимые для обучения в данном детском объединении;

– интересно учиться;

– занятия дают возможность выступать на различных выставках, конкурсах;

– на занятиях нравится общаться со сверстниками;

– обучение на занятиях даст пользу в будущей взрослой жизни;

– занятия повышают уверенность в себе;

– затрудняюсь ответить;

– свой ответ

2. С каким настроением вы приходите на занятия?

– с весёлым, радостным, счастливым настроением;

– со спокойным настроением;

– с серьёзным настроением;

– с раздражённым настроением;

– с грустным настроением;

– с сердитым настроением;

– свой ответ

3. С каким настроением вы уходите с занятий?

– с весёлым, радостным, счастливым настроением;

– со спокойным настроением;

– с серьёзным настроением;

– с раздражённым настроением;

– с грустным настроением;

– с сердитым настроением

– свой ответ

4. Какие взаимоотношения в группе преобладают?

– тёплые, дружественные взаимоотношения;

– нейтральные взаимоотношения;

– проблемные взаимоотношения;

– свой ответ

5. В чём вы видите смысл посещения занятий?

- в развитии своих способностей;
- в познании и понимании окружающего мира;
- в самопознании и самосовершенствовании;
- в подготовке к профессиональной деятельности.

6. Поддерживают ли вас родители и друзья?

- поддерживают и родители, и друзья;
- поддержка только со стороны родителей;
- поддержка только со стороны друзей;
- бывает по-разному;
- никто не поддерживает;
- препятствуют моему посещению занятий;
- свой ответ

Упражнения для глаз (здоровьесберегающие технологии)**Правила выполнения упражнений для глаз**

Упражнения для глаз, как и любой вид гимнастики, идут на пользу, только если выполняются регулярно с учетом всех правил и на протяжении длительного времени. Они направлены на тренировку, укрепление и расслабление глазных мышц, либо находящихся в состоянии покоя, либо, наоборот, испытывающих большие нагрузки (например, при работе за компьютером). Можно воспользоваться нашими советами по улучшению зрения или найти множество эффективных бесплатных упражнений для глаз онлайн. Это поможет Вам в профилактике заболеваний глаз. Помните, что не следует за один раз делать много повторений: выполнение зрительной гимнастики за 2–3 подхода в течение дня будет намного более полезным. В перерывах между повторениями рекомендуется быстро моргать, это способствует уменьшению нагрузки на глазные мышцы.

Упражнения для расслабления глаз**Упражнение 1 - «Письмо носом»**

Подобное упражнение для глаз помогает расслабить мышцы и шею. Их перенапряжение ведет к нарушению правильного кровоснабжения, что вредно для здоровья. Данное упражнение для зрения рекомендуется выполнять в положении сидя. Но это необязательное требование. Сначала необходимо расслабиться, закрыв глаза. Представьте, что к кончику Вашего носа прикреплена ручка. Важно, чтобы при этом Вы не напрягали глаза. Начинайте двигать воображаемой ручкой в воздухе, будто Вы рисуете или пишете.

Упражнение 2 - «Пальминг»

Для выполнения этого зрительного упражнения необходимо расслабиться и сесть прямо. Прикройте глаза руками так, чтобы центр правой ладони находился на уровне правого зрачка. Это же условие необходимо соблюсти и для левой стороны. Не стоит сильно прижимать ладони к лицу. Пальцы можно перекрестить на лбу или расположить рядом — делайте так, как Вам удобно. Только важно, чтобы отсутствовали «щелочки», пропускающие свет. Проверьте, что Вы соблюдаете все правила. Теперь опустите веки. Ваши глаза не только закрыты, но и дополнительно защищены ладонями, что способствует полному расслаблению.

Упражнение 3 - «Сквозь пальцы»

Для выполнения подобной гимнастики для зрения согните руки в локтях, при этом ладони с вытянутыми разомкнутыми пальцами должны располагаться ниже уровня глаз. Затем плавно поворачивайте головой влево и вправо, при этом смотрите вдаль сквозь пальцы. Не задерживайте взгляд на конкретных предметах. При правильном выполнении упражнения создается впечатление, будто Ваши руки движутся. Сделайте по 3 поворота, попеременно открывая и закрывая глаза. Повторите 20–30 раз. При этом дышите свободно и расслаблено. Детям можно

устроить небольшую физминутку для глаз, которая поможет в игровой форме быстро снять напряжение.

Упражнение 4 – «Движения глазами в стороны»

При выполнении данного зрительного упражнения необходимо по 7 раз проделать глазами движения в следующих направлениях: вверх-вниз, влево-вправо, прямо-вверх-прямо-вниз, прямо-влево-прямо-вправо. Далее направьте взгляд на верхний левый угол комнаты и плавно переведите глаза к нижнему правому и наоборот. Повторите каждое движение по 7 раз. Вы можете делать это не очень быстро. Для лучшего эффекта, проявите фантазию, выполняя это упражнение для зрения – описывайте взглядом полукруги, разнообразные геометрические фигуры или просто хаотично поворачивайте глазные яблоки, добиваясь при этом того, чтобы Вы видели четкое изображение. Также можно воспользоваться онлайн-схемами тренировок для зрения с подробными иллюстрациями.

Упражнение 5 - «Большой круг»

Этот комплекс гимнастики для глаз заключается в выполнении круговых движений. Во время упражнения для зрения необходимо держать голову в неподвижном состоянии. Представьте перед собой большой циферблат. Не торопясь проведите взглядом по его кругу сначала по часовой стрелке, а затем против нее, отмечая каждую цифру. Важно, чтобы проводимая взглядом линия не обрывалась и получалась ровной. С каждой тренировкой радиус воображаемого круга необходимо постепенно увеличивать. В завершение спокойно поморгайте.

Упражнение 6 - «Восьмерка»

В данном случае необходимо соблюдать обязательное условие: держите голову в неподвижном состоянии и двигайте только глазами. Плавно опишите взглядом горизонтальную «восьмерку» или вопросительный знак так, чтобы создаваемый в воздухе рисунок имел максимально большой размер. Однако глазные мышцы при этом не должны перенапрягаться. Выполняйте движения по несколько раз, поочередно меняя направления.

Упражнение 7 – «Напряжение взгляда»

Для выполнения этого упражнения для улучшения зрения поднесите как можно ближе к глазу любой небольшой предмет (например, кончик шариковой ручки). Сделайте так, чтобы все его детали были ясно и четко видны. Задержите взгляд на предмете некоторое время. При этом кольцевая и косые мышцы глаза предельно напряжены, при правильном выполнении этого упражнения выпуклость хрусталика и удлинение глазного яблока должны достичь максимального значения. Теперь расслабьте органы зрения.

Упражнение 8 «Взгляд в окно»

Наклейте на оконное стекло круг диаметром 3–5 мм. Его нужно расположить на расстоянии 30–35 см от лица на уровне глаз. Найдите любой удаленный предмет (столб, дерево и т. д.), входящий в область круга, и попеременно переводить взгляд

с него на этот предмет и обратно. Еще один вариант подобной зрительной гимнастики для глаз: в течение 10 секунд смотрите пристально на расположенный вдали предмет в окне, после чего переведите взгляд на ладонь или запястье. Повторите 15 раз.

Упражнение 9 – «Изменение фокусного расстояния»

При выполнении такого упражнения для тренировки глаз, нужно сосредоточить взгляд на пальце, находящемся на расстоянии 40–50 см от лица. Затем поочередно приближать и отдалять его на расстояние вытянутой руки. Важно приближать палец настолько близко, чтобы рисунок на поверхности кожи был отчетливо виден. Такой комплекс упражнений для глаз необходимо повторить 10 раз. При этом палец нужно перемещать в следующих направлениях: влево-вправо, по диагонали справа налево и слева направо.

Комплекс упражнений при близорукости

Существуют также различные упражнения для зрения, которые рекомендованы людям, страдающим близорукостью. Бесплатно гимнастику для глаз при близорукости можно проводить дома, руководствуясь нашими советами. Сядьте и зажмурьте глаза на 3–5 секунд. Откройте их и примерно столько же времени подержите в таком состоянии. Упражнение следует повторить 6–8 раз. С помощью указательного, среднего и безымянного пальца нажмите на верхнее веко обоих глаз. Нужно посидеть так 1–2 секунды. Затем повторите действия еще 3–4 раза.

Немного приподнимите область, расположенную вдоль надбровных дуг, с помощью указательного пальца, медленно закрывая веки. Данное зрительное упражнение для глаз сделайте 8–10 раз. Положите указательный палец на область у внешнего угла глаза, средний — в центр верхней части глазной орбиты, а безымянный — у внутренней зоны глаза, после чего опустите веки. Повторите это упражнение для зрения 8–10 раз.

Комплекс упражнений при дальнозоркости

Какие упражнения нужны для глаз при дальнозоркости? Мы выбрали наиболее популярные из них, чтобы помочь Вам справиться с этой проблемой. Сядьте так, чтобы Вам было удобно, и расслабьте мышцы. Смотрите прямо. Поверните голову направо, при этом перемещая взгляд. Затем вернитесь в исходное положение. Данное упражнение для зрения следует повторять по 5–10 раз в каждую сторону.

Расположитесь на стуле, поднимите правую руку до уровня глаз. Рисуйте пальцем воображаемый круг, двигаясь по часовой стрелке, и следите за ним взглядом. Это упражнение, направленное на восстановление зрения, следует выполнить 7 раз.

Для тренировки глаз можно также использовать текст, написанный мелким шрифтом: ежедневно читайте его в течение нескольких минут. Делайте это сначала при нормальном освещении, а затем приглушите его. Нужно выбрать такую

яркость света, чтобы для чтения текста приходилось незначительно напрягать глаза.

Заботьтесь о здоровье своих зрительных органов и старайтесь ежедневно делать хотя бы некоторые из этих простых и эффективных упражнений для глаз.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 589308906995863556254771095540604331751941992916

Владелец Загуменных Мария Андреевна

Действителен с 15.09.2025 по 15.09.2026