****

**Пояснительная записка**

*«Истоки творческих способностей
 и дарований детей на кончиках их пальцев.
От пальцев, образно говоря, идут тончайшие
ручейки, которые питают источник творческой мысли.
Другими словами: чем больше мастерства
в детской ладошке, тем умнее ребенок».
Сухомлинский В.А.*

 Процесс глубоких перемен, происходящих в современном образовании, выдвигает в качестве приоритетной проблему развития творчества, креативного мышления, способствующего формированию разносторонне-развитой личности, отличающейся неповторимостью, оригинальностью. Что может быть лучше самодельного подарка? Он неповторим, уникален, от него веет теплом и любовью, особенным отношением к тому, кому он подарен. Самодельные подарки могут стать хобби, а могут открыть двери в новую профессию дизайнера-декоратора. Детский досуг - это своеобразный потенциал общества завтрашнего дня, ибо именно от того, как человек научится организовывать свой досуг в детские годы, зависит наполненность всей его дальнейшей жизни. Отличительной особенностью данной общеобразовательной программы от уже существующих  является то, что обучающиеся развивают способность дарить радость окружающим, учатся отдавать частицу своего творчества в подарке-сувенире. Поэтому планирование и подбор изделий разработан с учетом интересов обучающихся, их возможностями, современными запросами и потребностями, оснащения оборудованием и приспособлениями данного учреждения. Программа предлагает познакомить обучающихся с процессами разработки, технологиями изготовления и способами украшения и отделки различных сувениров, подарков, которые дети могут подарить своим родным, близким друзьям на память, день рождения, украсить интерьер своей квартиры. Программа обеспечивает не только обучение, воспитания, но и расширение кругозора, развитие творческих способностей воспитанников в декоративно-прикладном творчестве с учетом современных условий жизни, дизайна быта, семьи. Творчество – это неотъемлемая часть многих искусств и наук. Творческое воспитание детей необходимо для того, чтобы они могли быстро анализировать информацию, умели самостоятельно принимать решения и также, имели собственную точку зрения. На творческое развитие ребенка влияют: игра, живопись, литература,искусство, декоративно–прикладное творчество. К огромному сожалению, в мире продвинутых технологий, компьютеры заменили детям и взрослым совместные игры, чтение книг, походы на различные выставки, занятия творчеством. Это является проблемой творческого воспитания. На помощь родителям призваны прийти учреждения дополнительного образования, где ребенка приобщат к различным видам творчества. Сравнительно не сложные приемы изготовления поделок из бумаги, бисера, соленого теста, пластилина, природного материала и текстиля делает данное направление творчества необыкновенно привлекательным. Каждый имеет уникальную возможность выразить свои скрытые таланты, воплощать самые интересные и сложные замыслы. Программа разработана в соответствии с методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ, утвержденных приказом Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края от 19.03. 2015 г. № 535,Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». При разработки данной программы учитывался опыт аналогичных образовательных объединений. Предлагаемая программа ориентирована на коллектив детей 7-13 лет, предназначена для занятий декоративно-прикладным творчеством и рассчитана на 2 года обучения. По уровню освоения – программа относится к общекультурной.

Тип программы–модифицированная, направленность – художественная.

**Новизна** данной образовательной программы заключается в применении новых технологий и вариации нетрадиционных художественных техник. Она объединяет в себе систему интеграции традиционных и инновационных форм, методов и приемов обучения декоративно-прикладному искусству, которая направлена на формирование творческих способностей обучающихся, создание необходимых условий для развития мотивационной сферы и творческого потенциала личности ребенка.

**Актуальность** предлагаемой дополнительной образовательной программы определяется запросом со стороны детей и их родителей, и тем, что декоративно-прикладное творчество всегда в моде, особенно сейчас, когда растет интерес к разным техникам прикладного творчества и имеется возможность больше узнать о них через интернет. Программа «Подарки своими руками» компенсирует недостаток эмоциональной, творчески активной и продуктивной деятельности обучающихся.

 Основные идеи программы: воспитание и обучение осуществляется "естественным путем", в процессе творческой работы. Участие педагога в создании поделок и композиций осуществляется "сквозь" ребенка, т.е. обучающийся получает от педагога ту информацию, те примеры, которые необходимы ему для осуществления собственного замысла и собственных, соответствующих возрасту, представлений о мире. Одно из условий освоения программы - стиль общения педагога с детьми на основе личностно-ориентированной модели. Все поделки функциональны: ими можно играть, их можно использовать в быту, их можно подарить друзьям и родным. Особое внимание уделяется созданию в детском коллективе доброжелательной творческой обстановке, что способствует выявлению индивидуальности каждого. Программа ориентирует обучающихся на творчество, самостоятельность в поисках композиционных решений в выборе способов приготовления поделок. Педагогическая целесообразность программы обусловлена возможностью позитивного воздействия на ребенка за счет его самореализации в процессе обучения рукоделию. Занимаясь по программе, дети не только осваивают разнообразные техники, но и реализуют свой творческий потенциал, погружаясь в данный вид творчества. В дальнейшее они выберут то, что им более интересно, чем будут заниматься, что, возможно, станет их хобби в жизни. В работе с детьми применяется деятельностный подход, который учит применять в быту навыки изготовления изделий из бумаги, фоамирана, капрона, в технике канзаши, свит-дизайн, джутовая филигрань - подарки к праздникам, сувенирные украшения для дома и т.д.

**Цель программы -** создание условий для развития творческого воображения и эстетического восприятия обучающихся средствами декоративно-прикладного искусства.

**Задачи программы:**

Обучающие:

- обучить конкретным трудовым навыкам при работе с бумагой, фоамираном, нитками, тканью и другими прикладными материалами;

- углубить и расширить знания о некоторых видах рукоделия;

- формировать устойчивый интерес к изготовлению сувениров и подарков с элементами декоративно-прикладного искусства.

Воспитательные:

- привить интерес к культуре своей Родины, к истокам народного творчества;

- воспитать аккуратность, усидчивость;

- формировать чувство самоконтроля, взаимопомощи;

- воспитать толерантное отношение к окружающим.

Развивающие:

- развить образное мышление, творческие способности, моторные навыки;

- сформировать эстетический и художественный вкус, фантазию;

- содействовать формированию всесторонне развитой личности.

Возраст детей участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной программы 7-13 лет.

**Срок реализации программы:** 2 года обучения и реализуется в объёме 216 часов. Первый год обучения – стартовый уровень, второй год обучения – базовый уровень, соответственно 72 часа и 144 часа.

**Режим занятий**:  по программе продолжительность учебного занятия на «стартовом уровне» составляет 2 академических часа (1 раз в неделю по 30 минут с 10 минутным перерывом между академическими часами);

второй год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа (с 10 минутным перерывом между академическими часами, академический час – 40 минут).

Расписание занятий объединения строится из расчёта- 2 раза в неделю: первый год обучения – 2 раза в неделю по 1 часу (1 раз в неделю по 2 часа) – (72 часа); второй год обучения– 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа).

          В группы первого года принимаются дети в возрасте 7 (8) лет. В группу второго года обучения  могут поступать и вновь прибывшие после специального тестирования  и опроса при наличии определенного уровня общего развития и интереса в возрасте 9-13 лет. Недостающие навыки и умения восполняются на индивидуальных занятиях. Наполняемость групп согласно Уставу учреждения составляет 6-8 человек.

Прохождение программы предполагает овладение обучающимися комплексом **знаний, умений и навыков**, обеспечивающих в целом ее практическую реализацию. В результате обучения обучающиеся получат знания и навыки по:

* инструментам, вспомогательным материалам, аксессуарам;
* основным элементам и принципам дизайна;
* размещению цветов в букете: ритму, повторению, радиальным линиям;
* украшению праздничного стола;
* оформлению цветочных корзин;
* техникам создания флористических открыток;
* оформлению подарков.

 А также в результате реализации программы обучающиеся самостоятельно смогут воплощать свои творческие идеи для создания сувениров и подарков, оформлять их эстетически, представлять работы на конкурсах и выставках различного уровня.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1-го года обучения (стартовый уровень)**

Таблица 1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** |
| **Общее кол-во часов** | **Теория**  | **Практика** |
| **Раздел 1. Введение в декоративно-прикладное искусство** | 4 | 4 | 0 |
| 1. | Вводное занятие. История декоративно-прикладного искусства. Материалы и инструменты. Инструктаж по технике безопасности при работе с инструментами и материалами. | 2 | 2 | 0 |
| 2. | Основы цветоведения и композиции. | 2 | 1 | 1 |
| **Раздел 2. Удивительный мир аппликации.** | **22** | **3** | **19** |
| 3. | Аппликация из природного материала. | 2 | 1 | 1 |
| 3. | Аппликация из геометрических фигур. | 2 | 0 | 2 |
| 5-6.  | Аппликация из паеток. | 4 | 0 | 4 |
| 7-8. | Аппликация из бумажных салфеток. | 4 | 0 | 4 |
| 9-10. | Обрывная (мозаичная) аппликация. | 4 | 0 | 4 |
| 11. 12. 13. | Аппликация – коллаж. | 6 | 2 | 4 |
| *Форма промежуточной аттестации* | *Выставка творческих работ* |
| **Раздел 3. «Волшебный листок» - поделки из бумаги.** | 12 | 2 | 10 |
| 14-15 | Декупаж. | 4 | 1 | 3 |
| 16-17 | Оригами- для начинающих. | 4 | 0 | 4 |
| 18-19 | Квиллинг. | 4 | 1 | 3 |
| *Форма промежуточной аттестации* | *Творческая работа.* |
| **Раздел 4. Поделки из текстиля и ниток.** | **12** | **3** | **9** |
| 20-21 | Игольница. | 4 | 1 | 3 |
| 22-23 | Кукла из ниток. | 4 | 1 | 3 |
| 24-25 | Изонить «Подарки своими руками» | 4 | 1 | 3 |
| *Форма промежуточной аттестации*  | *Выставка творческих работ* |
| **Раздел 5. «Чудеса из пластилина и солёного теста»** | 8 | 2 | 6 |
| 26-27 | Пластилинография (рисование пластилином) | 4 | 1 | 3 |
| 28-29 | «Забавные магнитики» | 4 | 1 | 3 |
| *Форма промежуточной аттестации* | *Выставка творческих работ* |
| **Раздел 6. Конструирование.** | **6** | **1** | **5** |
| 30-31. | **«**Робот» | 4 | 1 | 3 |
| 32. | «Ангел» | 2 | 0 | 2 |
| *Форма промежуточной аттестации* | *Творческая работа.* |
| **Раздел 7. Плетение.** | **8** | **2** | **6** |
| 33-34. | Плетение из бумаги. – «Коврики» | 4 | 1 | 3 |
| 35-36. | Плетение из бисера. – Бисерная миниатюра. | 4 | 1 | 3 |
| *Форма промежуточной аттестации.* | *Выставка творческих работ.* |
|  | **ВСЕГО** | **72** | **17** | **55** |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**1 год обучения**

**Раздел 1. Введение в декоративно-прикладное творчество (4 часа).**

**Тема1. Вводное занятие.**

*Теория:* История декоративно-прикладного искусства (презентация) Материалы и инструменты. Инструктаж по технике безопасности при работе с инструментами и материалами.

**Тема 2: Основы цветоведения.**

*Теория:* Основы цветоведения. Цветовой круг. Тёплые и холодные цвета.

*Практика:* Упражнения по цветоведению. Смешение цветов. Подбор цветовой мозаики.

**Тема 3: Основы композиции.**

*Теория*: Что такое композиция?

*Практика:* Упражнения по композиции.

**Раздел 2: Удивительный мир аппликации (22 часа)**

**Тема 1.Аппликация из природных материалов.**

*Теория:*Флористика —исполнение картин природными материалами: листьями, цветами, пухом. ТБ при работе с ножницами, клеем и природным материало*м.*

 *Практика:*Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Подготовка материала к работе. Основные приемы создания цветочных картин. Выполнение аппликации «Осенние фантазии».

**Тема 2.Аппликация из геометрических фигур.**

*Теория:* Виды геометрических фигур. Материалы и инструменты. ТБ при работе с ножницами, клеем. Правила вырезания исоставления из геометрических фигур изображений предметов и композиций.Техника аппликации: выбор сюжета, подбор бумаги, вырезание элементов, композиция, наклеивание.

Практика: Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Выполнение коллективной работы«Мой город (село)».

**Тема 3.Аппликация из паеток**.

*Теория:* Материалы и инструменты. Техника безопасности при работе с канцелярскими иглами. Технология выполнения аппликации.

*Практика:* Выполнение работ на сюжеты, выбранные детьми.

**Тема 4.Аппликация из бумажных салфеток**.

Теория: Материалы и инструменты. Виды и свойства салфеточной бумаги. Техника выполнения аппликации. ТБ при работе с ножницами, клеем.

*Практика:*Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Изготовление работы «Ветка мимозы».

**Тема 5. Обрывная (мозаичная)аппликация.**

*Теория:* Особенности технологии обрывной аппликации: нанесения контура рисунка на фон, подбор цветной бумаги, нарывание кусочков нужного цвета, наклеивание кусочков на основу по контуру. ТБ при работе с ножницами, клеем.

*Практика:*Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Материалы и инструменты. Выполнение аппликации «Бабочка».

**Тема 6. Аппликация –коллаж.**

*Теория:* Что такоеколлаж. Непредметные коллажи. Предметные коллажи. Материалы и инструменты. Техника выполнения коллажа: формирование «сырьевой базы», определение темы, определениекомпозиции, изготовление деталей, приклеивание деталей, оформление коллажа.

*Практика:* Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Выполнение «Новогодних открыток» в технике коллаж.

**Раздел III. «Волшебный листок» -поделки из бумаги (12 часов).**

**Тема 1.Декупаж.**

*Теория:* Что такое декупаж. Материалы и инструменты. Правила наклеивания бумажного узора.

*Практика:* Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Выполнение декупажа: подготовка основы, нанесение салфеточного элемента на основу, покрытие лаком, оформление работы.

**Тема 2. Оригами для начинающих.**

*Теория:* Что такое оригами. Материалы и инструменты. Основные приемы складывания (базовые формы).

*Практика:*Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Создание аппликаций в технике оригами «Зимующие птицы –снегири, синицы», «Дед мороз, Снегурочка на елке».

**Тема 3.Квиллинг.**

*Теория*: История возникновения технологии бумагокручения-квиллинга. Материалы и инструменты. Основные правила вырезания полосок для квиллинга. Отличительные свойства гофрированного картона.

*Практика:* Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Создание фигурок животных и птиц из гофрированного картона в технике квиллинга: эскиз работы, подготовка основы, нарезка гофробумаги необходимых цветов, выполнение фигурок, оформление работы.

**Раздел IV. Поделки из текстиля и ниток (12 часов)**

**Тема 1. «Игольница».**

*Теория:* Назначение изделия. Виды тканей. Понятие о стежках и строчках. Лицевая и обратная стороны подушечки.

 *Практика:* Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Выполнение выкройки по трафарету, соединение деталей, набивка подушечки синтепоном, декорирование изделия. Контроль качества изделия.

**Тема 2. Кукла из ниток.**

*Теория:* Традиционная тряпичная кукла.Куклы –обереги.Смысл, который несут«куклы –обереги».Материалы и инструменты. Техника безопасности. Технология изготовления куклы.

 *Практика:*просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Создание куклы без иглы для оберега домашнего очага, семейной жизни.

 **Тема 3. Изонить «Подарки своими руками».**

*Теория*: Инструменты и приспособления, используемые материалы. Инструктаж по безопасным условиям труда.Понятие об окружности, хорде разной длины и еѐ направлении,понятие о величине угла, длине сторон, правилах заполнения углов и окружностей. Приемы работы с шилом, иглой, нитью. Понятие о холодных и теплых тонах.

*Практика:* Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ).Выполнение образцов в технике «Изонить» (заполнение углов и окружностей), работа по образцу «Узор из углов и окружностей».

 **Раздел V. «Чудеса из пластилина и соленого теста» (8 часов).**

**Тема 1.Пластилинография (рисование пластилином).**

*Теория:* Пластилин как материал для творчества. Свойства пластилина. Особенности работы с пластилином. Смешение пластилина для получения новых цветов.

*Практика:*Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Выполнение композиций: «Ветка рябины», «Божья коровка», «Лукошко с грибами», «Аквариум».

**Тема 2.«Забавные магнитики».**

*Теория:* Рецепт приготовления соленого теста. Инструменты и приспособления. Сушка готового изделия. Подкрашивание теста. Роспись готового изделия. Техника безопасности при работе соленым тестом.

*Практика:*Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Выполнение работ по темам: «Наш уголок природы» (животные, насекомые, растения).

**Раздел VI.Конструирование (6 часов).**

**Тема 1. Робот.**

*Теория:* Понятие и виды конструирования. Материалы и инструменты.бъемные изделия из упаковочных коробок.

*Практика:*Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ).Выполнение «Робота» из коробок и цветной бумаги.

**Тема 2. Ангел.**

*Теория*: Рождественская сказка про ангела. Материалы и инструменты. Объемная скульптура «Ангела» на основе высокого конуса из цветной бумаги и ажурных салфеток.

*Практика:* Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Выполнение объемного «ангела» из цветной бумаги и ажурных салфеток.

**Раздел VII.Плетение (8 часов).**

**Тема 1. Плетение из бумаги «Коврики»**.

*Теория:* Материалы и инструменты. Плоское плетение из бумажных полос: шахматное плетение, плетение уголками.

*Практика:*Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Выполнение отдельных элементов плоского плетения. Панно «Коврик».

**Тема 2. Плетение из бисера«Бисерная миниатюра».**

*Теория:* Из истории бисера. Основные виды бисерного искусства. Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Материалы и инструменты. Основные приѐмыбисероплетения, используемые для изготовления фигурок животных на плоской основе: параллельное, петельное и игольчатое плетение. Техника выполнения туловища, крылышек, глаз, усиков, лапок. Анализ моделей. Зарисовка схем.

*Практика:*Выполнение фигурок по заданным схемам. Оформление работ в композицию.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**:**

Обучающиеся д**олжны знать:**

**-**правила безопасности труда и личной гигиены при обработке различных материалов;

-название, назначение, правила пользования ручным инструментом для обработки бумаги, картона, ткани и других материалов;-приемы разметки (шаблоном, линейкой, циркулем, угольником);

-свойства и возможности бумаги, бисера, пластилина, теста и текстиля, как материала для художественного творчества;

-роль декоративно-прикладного искусства в жизни человека, о некоторых народных промыслах,об истории их возникновения и развития;

-основы композиции, формообразования, цветоведения;

-основные виды работ: вырезание, плетение, складывание, наклеивание, декорирование, объемное конструирование;

-способы обработки различных материалов, предусмотренных программой.

Обучающиеся д**олжны уметь:**

-организовывать рабочее место и соблюдать порядок во время работы;

-понимать простейшие технические рисунки, эскизы (определять название детали, материал из которого она должна быть изготовлена, форму, размеры), и самостоятельно изготовлять изделия, предусмотренные программой (по образцу, рисунку, эскизу).

-последовательно вести работу (замысел, эскиз, выбор материала и способов изготовления, готовое изделие)

-создавать образ по ассоциации и воплощать образ в материале;

-работать нужными инструментами и приспособлениями;

-использовать знания и умения, полученные на занятиях для воплощения собственного замысла в объемах и плоскостных композициях.

**Механизм оценки полученных результатов:**

 •творческие работы обучающихся;

•участие в конкурсах различного уровня.

основные формы аттестации: работа по карточкам, решениекроссвордов, аукцион знаний викторина, творческая зачетная работа, анкетирование, собеседование, тематические и персональные выставки, зачетное изделие по заданной теме или по выбору. Основной формой подведения итогов реализации программы является творческий отчет, состоящий из выставки работ, созданных руками детей.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2-го года обучения (базовый уровень)**

Таблица 2

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** |
| **общее кол-во часов** | **теория** | **практика** |
| 1 | Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях. Стартовый мониторинг. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | История праздников. Мастер класс «Напоминалка». | 2 | 1 | 1 |
| **Раздел I. «Handmade открытки». (24 часов)*24 часа*** |
| 3 | Беседа ««История создания открыток» | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Изготовление поздравительной открытки к Дню Учителя. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Изготовление поздравительной открытки к Дню Учителя. | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Беседа «Какие бывают открытки». Изготовление открытки по выбору. | 2 | 1 | 1 |
| 7 | Изготовлениеоткрытки к празднику. | 2 | 1 | 1 |
| 8 | Беседа «Что такое скрапбукинг?». Изготовление открытки в технике скрапбукинг. | 2 | 1 | 1 |
| 9 | Скрапбукинг – альбомы. | 2 | 1 | 1 |
| 10 | Оформление альбома в технике скрапбукинг. | 2 | 1 | 1 |
| 11 | Окончательная отделка альбома. | 2 | 0 | 2 |
| 12 | Оформление скрапбукинг - открытки. | 2 | 1 | 1 |
| 13 | Оформление открытки в технике скрапбукинг. | 2 | 1 | 1 |
| 14 | Окончательная отделка открыток. | 2 | 0 | 2 |
| **Раздел II. «Цветы и букеты». (40 часов)** |
| 15 | Беседа «Материалы для цветов и букетов». | 2 | 0 | 2 |
| 16 | Цветы из креп-бумаги. | 2 | 1 | 1 |
| 17 | Беседа «Искусственная флористика». Изготовление букета из искусственных цветов. | 2 | 1 | 1 |
| 18 | Цветы из ткани. Изготовление украшения для штор. | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Изготовление украшения для штор. | 2 | 1 | 1 |
| 20 | Изготовление цветов из атласных лент. | 2 | 1 | 1 |
| 21 | Изготовление заколки в технике канзаши. | 2 | 0 | 2 |
| 22 | Изготовление заколки в технике канзаши. | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Беседа «Свит-дизайн». | 2 | 0 | 2 |
| 24 | Букеты из конфет к дню рождения. | 2 | 1 | 1 |
| 25 | Изготовление букетов из конфет. | 2 | 0 | 2 |
| 26 | Изготовление букетов из конфет. | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Изготовление букетов из конфет. | 2 | 0 | 2 |
| 28 | Свит – дизайн. Выставка работ. | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Технология изготовление цветов из фоамирана. | 2 | 1 | 1 |
| 30 | Изготовление розы из фоамирана. | 2 | 0 | 2 |
| 31 | Изготовление розы из фоамирана. | 2 | 0 | 2 |
| 32 | Изготовление лилии из фоамирана. | 2 | 0 | 2 |
| 33 | Изготовление листьев из фоамирана. Промежуточный мониторинг. | 2 | 0 | 2 |
| 34 | Изготовление украшения из цветов из фоамирана. | 2 | 1 | 1 |
| **Раздел III. «Топиарии». (16 часов)** |
| 35 | Беседа «Дерево счастья». Материалы для изготовления топиариев. | 2 | 1 | 1 |
| 36 | Изготовление кофейноготопиария. | 2 | 1 | 1 |
| 37 | Изготовление кофейноготопиария | 2 | 0 | 2 |
| 38 | Окончательная отделка топиария кофе. | 2 | 0 | 2 |
| 39 | Изготовление топиария подарок маме. | 2 | 1 | 1 |
| 40 | Оформление топиария цветами из фоамирана. | 2 | 1 | 1 |
| 41 | Оформление топиария цветами из фоамирана. | 2 | 0 | 2 |
| 42 | Оформление топиария цветами из фоамирана. | 2 | 0 | 2 |
| **Раздел IV. «Картины – панно в подарок». (22 часа)** |
| 43 | Беседа: «Что такое аппликация». Аппликация из разных видов бумаги. | 2 | 1 | 1 |
| 44 | Беседа: «Виды аппликаций». Аппликация из фетра. | 2 | 1 | 1 |
| 45 | Изготовление панно из фетра. | 2 | 1 | 1 |
| 46 | Изготовление панно из фетра. | 2 | 0 | 2 |
| 47 | Изготовление картины в подарок в технике канзаши. | 2 | 1 | 1 |
| 48 | Изготовление картины в подарок в технике канзаши. | 2 | 0 | 2 |
| 49 | Изготовление картины в подарок в технике канзаши. | 2 | 0 | 2 |
| 50 | Изготовление картины из природного материала. | 2 | 1 | 1 |
| 51 | Изготовление картины из природного материала. | 2 | 0 | 2 |
| 52 | Изготовление картины из природного материала. | 2 | 0 | 2 |
| 53 | Изготовление рамочки для фото. | 2 | 1 | 1 |
| **Раздел V. «Подарки бывают разные…» (38 часов)** |
| 54 | Подарки к дню рождения. | 2 | 2 | 0 |
| 55 | Изготовление подарка к дню рождения брату. | 2 | 1 | 1 |
| 56 | Изготовление подарка к дню рождения брату. | 2 | 0 | 2 |
| 57 | Изготовление подарка к дню рождения сестре. | 2 | 1 | 1 |
| 58 | Изготовление подарка к дню рождения сестре. | 2 | 0 | 2 |
| 59 | Изготовление подарка к дню рождения маме. | 2 | 1 | 1 |
| 60 | Изготовление подарка к дню рождения маме. | 2 | 0 | 2 |
| 61 | Изготовление подарка к дню рождения папе. | 2 | 1 | 1 |
| 62 | Изготовление подарка к дню рождения папе. | 2 | 0 | 2 |
| 63 | Изготовление подарка к дню рождения бабушке. | 2 | 1 | 1 |
| 64 | Изготовление подарка к дню рождения бабушке. | 2 | 0 | 2 |
| 65 | Изготовление подарка к дню рождения дедушке. | 2 | 1 | 1 |
| 66 | Изготовление подарка к дню рождения дедушке. | 2 | 0 | 2 |
| 67 | Подарки к свадьбе. | 2 | 2 | 0 |
| 68 | Изготовление подарка к свадьбе «Лебедь белый». | 2 | 1 | 1 |
| 69 | Изготовление подарка к свадьбе «Лебедь белый». | 2 | 0 | 2 |
| 70 | Подарок другу по выбору. | 2 | 1 | 1 |
| 71 | Изготовление подарка другу. | 2 | 0 | 2 |
| 72 | Итоговое занятие «Подари подарок другу». Итоговый мониторинг. | 2 | 1 | 1 |
|  | **Итого:** | **144** | **42** | **102** |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**2 год обучения**

**Тема:** **Вводное занятие**. Техника безопасности на занятиях. История праздников. **(4 часа)**

**Цель:** ознакомление обучающихся с программой по декоративно-прикладному искусству «Подарки и сувениры», заинтересовать детей деятельностью творческого объединения «Подарки своими руками».

**Содержание:** знакомство с обучающимися. Доведение до их сведения информации о специфике объединения. Решение организационных вопросов.

*Теория:* правила групповой работы, индивидуальные и общие цели посещения занятий, изучение запросов и ожиданий обучающихся. Правила безопасного поведения на занятиях. Информация история праздников.

*Практика:* введение в атмосферу тренинговых занятий. Обучение коллективной работе и выработка правил совместной деятельности. Мастер- класс «Напоминалка».

**Форма проведения:** тренинг, инструктаж, лекция с элементами беседы, демонстрационного показа материалов и инструментов.

**Раздел 1: «Handmade открытки и альбомы» (24 часа)**

**Цель:** формирование у обучающихся художественно-творческих способностей через творческие задания.

**Содержание:** знакомство с историей создания открытки. Технология изготовления открыток.

*Теория:* информация о создании открыток, какие бывают открытки. «Что такое скрапбукинг?» Технология изготовления открыток в технике скрапбукинг.

*Практика:* применения теоретических сведений на практике. Изготовление открыток ко Дню Учителя, скрапбукинг-альбомов. Изготовление открытки по шаблону с проявлением индивидуальности при оформлении изделия.

**Форма проведения:** лекция с элементами беседы, демонстрационного показа материалов и инструментов. Практикум.

**Раздел 2: «Цветы и букеты» (40 часов)**

**Цель:** формирование знаний по изготовлению искусственных цветов из ткани, лент, фоамирана; закрепление знаний обучающихся по строению цветка в природе; научить составлять технологическую карту по изготовлению цветов.

**Содержание:** знакомство с историей флористики, «свит-дизайна», канзаши, с материалами и инструментами для изготовления цветов.

Обучающиеся на практике осваивают некоторые из распространенных способов работы с лентой, фоамираном, которые затем пригодятся им при изготовлении поделок и подарков.

*Теория:* информация о флористике, «свит-дизайне», канзаши, о композиции, технологии изготовления цветов из фоамирана, лент, ткани.

*Практика:* применения теоретических сведений на практике. Изготовление цветов из фоамирана, ткани, лент. Изготовление украшения для штор, заколок в технике канзаши. Составление цветочных композиций.

**Форма проведения:** лекция с элементами беседы, демонстрационного показа материалов и инструментов. Практикум. Творческая мастерская.

**Раздел 3: «Топиарии» (16 часов)**

**Цель:**развитие эстетического вкуса и творческих способностей, через изготовление топиариев.

**Содержание:** знакомство обучающихся с материалами и инструментами для изготовления топиария, изучить историю возникновения топиария.

*Теория:* знакомство с историей топиариев, технологией изготовления топиария.

*Практика:* изготовление топиария с использование кофейных зерен; топиариев украшенных цветочками из фоамирана, технике канзаши.

**Форма проведения:** лекция с элементами беседы, демонстрационного показа материалов и инструментов. Практикум. Творческая мастерская.

**Раздел 4: «Картины – панно в подарок» (22 часа).**

**Цель:** формирование умений по изготовлению картин, панно в техниках аппликация, канзаши.

**Содержание:** знакомство обучающихся с видами аппликаций, с технологией изготовления картин, панно.

*Теория:* Что такое аппликация. Виды аппликаций. Информация о разных видах бумаги.

*Практика:* изготовление панно из фетра, картин из природного материала, в технике канзаши.

**Форма проведения:** лекция с элементами беседы, демонстрационного показа материалов и инструментов. Практикум. Творческая мастерская.

**Раздел 5: «Подарки бывают разные…» (38 часов)**

**Цель:** изготовление подарков и сувениров используя ранее изученные техники, углублять познания о народном декоративно - прикладном искусстве, о домашнем рукоделии.

**Содержание:**

*Теория:* Беседа «Как правильно выбирать подарок по случаю!». Правила вручения и приема подарка

*Практика:* изготовление подарков родным и близким.

**Форма проведения:** лекция с элементами беседы, демонстрационного показа материалов и инструментов. Практикум. Творческая мастерская.

**Тема: итоговое занятие «Подари подарок другу» (2 часа).**

**Цель:** создание у каждого обучающегося чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятиях детского объединения «Подарки своими руками». Подведение итогов работы группы обучающихся по освоению 2 года обучения подополнительной образовательной программы «Подарки и сувениры».

**Содержание:** обучающиеся демонстрируют свои поделки изготовленные на занятиях (по выбору), проведение игр, чаепитие. Подведение итогов работы в объединении. Тестирование.

**Форма проведения:** Рефлексия. Тест. Показ достижений. Игра.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Обучающиеся получают основные **знания и умения**:

* познакомятся со свойствами и возможностями бумаги, фоамирана как материала для художественного творчества;
* познакомятся с основами знаний в области композиции, формообразования, цветоведения;
* овладеют основными приемами работы с бумагой, фоамираном: складывание, сгибание, вырезание, гофрирование, склеивание.
* овладеют основными приемами изготовления изделий в видах декоративно – прикладного искусства: аппликация, скрапбукинг, канзаши.
* научатся сознательно использовать знания и умения, полученные на занятиях, для воплощения собственного замысла в бумажных объемах и плоскостных композициях.

**Календарный учебный график**

**В период летних каникул (с 01 июня 2019 года по 31 августа 2020 года программа не реализуется**

Таблица 3

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Год реализации программы** | **Начало учебного года** | **1 учебный период** | **1 каникулярный период** | **2 учебный период** | **2 каникулярный период** | **3 учебный период** | **3 каникулярный период** | **IV учебный период** | **Продолжительность учебного года** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1-5 год** | **1 рабочий день сентября** | **9 недель** | **9-ая неделя** | **8 недель** | **18 неделя** | **11 недель** | **29 неделя** | **8 недель** | **Промежуточная и итоговая аттестация** | **36 недель** |

Таблица 4

**Учебно-тематический план 1-го года обучения (стартовый уровень)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** | **Форма аттестации контроля** |
| **Общее кол-во часов** | **Теория**  | **Практика** |
| **Раздел 1. Введение в декоративно-прикладное искусство** | 4 | 4 | 0 |  |
| 1. | Вводное занятие. История декоративно-прикладного искусства. Материалы и инструменты. Инструктаж по технике безопасности при работе с инструментами и материалами. | 2 | 2 | 0 | журнал посещаемости, тестирование |
| 2. | Основы цветоведения и композиции. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| **Раздел 2. Удивительный мир аппликации.** | **22** | **3** | **19** |  |
| 3. | Аппликация из природного материала. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 3. | Аппликация из геометрических фигур. | 2 | 0 | 2 | опрос, поделка |
| 5-6.  | Аппликация из паеток. | 4 | 0 | 4 | опрос, поделка |
| 7-8. | Аппликация из бумажных салфеток. | 4 | 0 | 4 | опрос, поделка |
| 9-10. | Обрывная (мозаичная) аппликация. | 4 | 0 | 4 | опрос, поделка |
| 11. 12. 13. | Аппликация – коллаж. | 6 | 2 | 4 | опрос, творческая работа |
| *Форма промежуточной аттестации* | *Выставка творческих работ* |
| **Раздел 3. «Волшебный листок» - поделки из бумаги.** | 12 | 2 | 10 |  |
| 14-15 | Декупаж. | 4 | 1 | 3 | опрос, поделка |
| 16-17 | Оригами- для начинающих. | 4 | 0 | 4 | опрос, поделка |
| 18-19 | Квиллинг. | 4 | 1 | 3 | Опрос, поделка, готовое изделие |
| *Форма промежуточной аттестации* | *Творческая работа.* |
| **Раздел 4. Поделки из текстиля и ниток.** | **12** | **3** | **9** |  |
| 20-21 | Игольница. | 4 | 1 | 3 | опрос, поделка |
| 22-23 | Кукла из ниток. | 4 | 1 | 3 | опрос, поделка |
| 24-25 | Изонить «Подарки своими руками» | 4 | 1 | 3 | опрос, поделка, выставка работ, грамота |
| *Форма промежуточной аттестации*  | *Выставка творческих работ* |
| **Раздел 5. «Чудеса из пластилина и солёного теста»** | 8 | 2 | 6 |  |
| 26-27 | Пластилинография (рисование пластилином) | 4 | 1 | 3 | опрос, поделка |
| 28-29 | «Забавные магнитики» | 4 | 1 | 3 | опрос, поделка,выставка |
| *Форма промежуточной аттестации* | *Выставка творческих работ* |
| **Раздел 6. Конструирование.** | **6** | **1** | **5** |  |
| 30-31. | **«**Робот» | 4 | 1 | 3 | опрос, готовое изделие |
| 32. | «Ангел» | 2 | 0 | 2 | опрос, творческая работа |
| *Форма промежуточной аттестации* | *Творческая работа.* |
| **Раздел 7. Плетение.** | **8** | **2** | **6** |  |
| 33-34. | Плетение из бумаги. – «Коврики» | 4 | 1 | 3 | опрос, поделка |
| 35-36. | Плетение из бисера. – Бисерная миниатюра. | 4 | 1 | 3 | опрос, поделка, выставка, Диплом |
| *Форма промежуточной аттестации.* | *Выставка творческих работ.* |
|  | **ВСЕГО** | **72** | **17** | **55** |  |

**Учебно-тематический план 2-го года обучения (базовый уровень)** Таблица 5

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** | **Форма аттестации контроля** |
| **общее кол-во часов** | **теория** | **практика** |
| 1 | Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях. Стартовый мониторинг. | 2 | 1 | 1 посещаемость, тестирование |
| 2 | История праздников. Мастер - класс «Напоминалка». | 2 | 1 | 1 | опрос,тренинг |
| **I. «Handmade открытки». (24 часов)*24 часа*** |
| 3 | Беседа ««История создания открыток» | 2 | 1 | 1 | опрос,поделка |
| 4 | Изготовление поздравительной открытки к Дню Учителя. | 2 | 1 | 1 | поделка |
| 5 | Изготовление поздравительной открытки к Дню Учителя. | 2 | 1 | 1 | поделка |
| 6 | Беседа «Какие бывают открытки». Изготовление открытки по выбору. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 7 | Изготовление открытки к празднику. | 2 | 1 | 1 | готовое изделие |
| 8 | Беседа «Что такое скрапбукинг?». Изготовление открытки в технике скрапбукинг. | 2 | 1 | 1 | Опрос, выступление |
| 9 | Скрапбукинг – альбомы. | 2 | 1 | 1 | опрос |
| 10 | Оформление альбома в технике скрапбукинг. | 2 | 1 | 1 | поделка |
| 11 | Окончательная отделка альбома. | 2 | 0 | 2 | готовое изделие |
| 12 | Оформление скрапбукинг – открытки. | 2 | 1 | 1 | опрос |
| 13 | Оформление открытки в технике скрапбукинг. | 2 | 1 | 1 | поделка |
| 14 | Окончательная отделка открыток. | 2 | 0 | 2 | творческая работа, выставка |
| **II. «Цветы и букеты». (40 часов)** |
| 15 | Беседа «Материалы для цветов и букетов». | 2 | 0 | 2 | опрос, обсуждение |
| 16 | Цветы из креп-бумаги. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 17 | Беседа «Искусственная флористика». Изготовление букета из искусственных цветов. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 18 | Цветы из ткани. Изготовление украшения для штор. | 2 | 0 | 2 | опрос, поделка |
| 19 | Изготовление украшения для штор. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 20 | Изготовление цветов из атласных лент. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 21 | Изготовление заколки в технике канзаши. | 2 | 0 | 2 | опрос, поделка |
| 22 | Изготовление заколки в технике канзаши. | 2 | 0 | 2 | опрос, поделка |
| 23 | Беседа «Свит-дизайн». | 2 | 0 | 2 | опрос |
| 24 | Букеты из конфет ко дню рождения. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 25 | Изготовление букетов из конфет. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 26 | Изготовление букетов из конфет. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 27 | Изготовление букетов из конфет. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 28 | Свит – дизайн. Выставка работ. | 2 | 0 | 2 | выставка творческих работ |
| 29 | Технология изготовления цветов из фоамирана. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 30 | Изготовление розы из фоамирана. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 31 | Изготовление розы из фоамирана. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 32 | Изготовление лилии из фоамирана. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 33 | Изготовление листьев из фоамирана. Промежуточный мониторинг. | 2 | 0 | 2 | поделка, мониторинг |
| 34 | Изготовление украшения из цветов из фоамирана. | 2 | 1 | 1 | поделка |
| **III. «Топиарии». (16 часов)** |
| 35 | Беседа «Дерево счастья». Материалы для изготовления топиариев. | 2 | 1 | 1 | аналитическая справка, опрос, поделка |
| 36 | Изготовление кофейного топиария. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 37 | Изготовление кофейного топиария | 2 | 0 | 2 | опрос, поделка |
| 38 | Окончательная отделка топиария кофе. | 2 | 0 | 2 | готовое изделие |
| 39 | Изготовление топиария подарок маме. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 40 | Оформление топиария цветами из фоамирана. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 41 | Оформление топиария цветами из фоамирана. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 42 | Оформление топиария цветами из фоамирана. | 2 | 0 | 2 | творческая работа |
| **IV. «Картины – панно в подарок». (22 часа)** |
| 43 | Беседа: «Что такое аппликация». Аппликация из разных видов бумаги. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 44 | Беседа: «Виды аппликаций». Аппликация из фетра. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 45 | Изготовление панно из фетра. | 2 | 1 | 1 | поделка |
| 46 | Изготовление панно из фетра. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 47 | Изготовление картины в подарок в технике канзаши. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 48 | Изготовление картины в подарок в технике канзаши. | 2 | 0 | 2 | опрос, поделка |
| 49 | Изготовление картины в подарок в технике канзаши. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 50 | Изготовление картины из природного материала. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 51 | Изготовление картины из природного материала. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 52 | Изготовление картины из природного материала. | 2 | 0 | 2 | готовое изделие |
| 53 | Изготовление рамочки для фото. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| **V. «Подарки бывают разные…». (38 часов)** |
| 54 | Подарки к дню рождения. | 2 | 2 | 0 | опрос, поделка |
| 55 | Изготовление подарка к дню рождения брату. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 56 | Изготовление подарка к дню рождения брату. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 57 | Изготовление подарка к дню рождения сестре. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 58 | Изготовление подарка к дню рождения сестре. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 59 | Изготовление подарка к дню рождения маме. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 60 | Изготовление подарка к дню рождения маме. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 61 | Изготовление подарка к дню рождения папе. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 62 | Изготовление подарка к дню рождения папе. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 63 | Изготовление подарка к дню рождения бабушке. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 64 | Изготовление подарка к дню рождения бабушке. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 65 | Изготовление подарка к дню рождения дедушке. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 66 | Изготовление подарка к дню рождения дедушке. | 2 | 0 | 2 | поделка |
| 67 | Подарки к свадьбе. | 2 | 2 | 0 | опрос, поделка |
| 68 | Изготовление подарка к свадьбе «Лебедь белый». | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 69 | Изготовление подарка к свадьбе «Лебедь белый». | 2 | 0 | 2 | поделка, выставка. грамота |
| 70 | Подарок другу по выбору. | 2 | 1 | 1 | опрос, поделка |
| 71 | Изготовление подарка другу. | 2 | 0 | 2 | готовое изделие |
| 72 | Итоговое занятие «Подари подарок другу». Итоговый мониторинг. | 2 | 1 | 1 | выставка, мониторинг, диплом |
|  | **Итого:** | **144** | **42** | **102** |  |

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

В процессе реализации программы используются разнообразные методы обучения:

- репродуктивный (воспроизводящий), преобладает на 1, 2 году обучения;

- иллюстративный (метод наглядности, метод словесной наглядности – объяснение сопровождается демонстрацией наглядного материала);

- проблемный (метод сравнения, исследовательские методы – педагог ставит проблему и вместе с детьми ищет пути ее решения);

- эвристический (метод проектов, модельный метод – проблема формулируется детьми, ими и предлагается способы ее решения).

Основной формой работы по программе являются учебные занятия. Это занятия: практикумы, вариации, импровизации, праздники, творческие мастерские, эксперименты, комбинированные, экскурсии и др.

Теоретическая часть дается в форме бесед, мини-лекций, эвристических бесед с просмотром иллюстрированного материала и подкрепляется к практическим освоением темы. В конце каждого занятия подводятся итоги с оценкой деятельности детей. Положительная оценка работы ребенка является для него важным стимулом. Можно и необходимо отметить и недостатки, но похвала должна завершать оценку.

Программные материалы подобраны так, чтобы поддерживался постоянный интерес к занятиям у детей. Переход одного года обучения к другому осуществляется по принципу повторения и расширения объема знаний.

**Формы выявления, фиксации и предъявления результатов.**

Занятия не предполагают отметочного контроля знаний, поэтому целесообразнее применять различные критерии для выявления, фиксации и предъявления результатов освоения программы:

- текущая оценка, достигнутого результата самим ребенком;

- оценка законченной работы;

- участие в выставках, конкурсах;

- реализация творческих идей;

- открытые и контрольные занятия;

- анализ выполнения программы.

Уровень усвоения материала выявляется в беседах, выполнении творческих индивидуальных заданий, применении полученных на занятиях знаний. В течение всего периода обучения педагог ведет индивидуальное наблюдение за творческим развитием каждого обучающегося, результатом которого может стать выполнение творческой работы.

**Ожидаемые результаты:**

По окончании курса обучения, обучающиеся творческого коллектива должны:

знать:

- сведения по истории изобретения материалов и инструментов;

- сведения о материалах и приспособлениях для изготовления изделий;

- правила техники безопасности при ручных работах;

- технологическую последовательность работы;

- русские народные праздники.

Уметь:

- делать выкройки;

- работать по шаблону;

- в процессе работы ориентироваться на форму и пропорцию изделия;

- правильно использовать в работе ножницы, иглы, булавки, клей и другие материалы;

- самостоятельно изготавливать сувениры из бумаги, ткани, нитяных материалов, фоамирана, капрона, шпагата;

- анализировать свою работу.

В течение реализации программы регулярно проводится мониторинг образовательных результатов. Мониторинг проводится 3 раза в год:

стартовый, который проводится перед началом работы и предназначен для закрепления знаний и умений по пройденным темам;

промежуточный, проводимый в ходе учебных занятий и закрепляющий знания по этой теме;

итоговый, проводимый после завершения всей программы.

**Формы подведения итогов реализации программы:**

- тестирование;

- открытое занятие;

- выставки, конкурсы, фестивали.

Для качественного проведения занятий в кабинете имеются:

- образцы практических работ;

- журналы, книги, буклеты, фотографии;

- инструкционные карты;

- шаблоны и лекала.

Результаты фиксируются в мониторинговых картах. (Приложение 1).

**Диагностика результативности образовательной программы.**

Во время реализации образовательной программы большое внимание уделяется диагностике наращивания творческого потенциала детей: на вводных, заключительных занятиях и во время промежуточного мониторинга с целью определения интересов ребенка, мотивации к занятиям в данном объединении, уровня развития знаний, умений и навыков.

     В качестве диагностики используются:

- устный опрос;

- тестирование;

- выставки:

- однодневные, которые проводятся после каждого занятия с целью обсуждение,

- постоянная, которая представляет лучшие работы обучающихся;

- по итогам года, на которой определяется полнота реализации образовательной программы по данному направлению.

**Материально-технические условия:**

1. Кабинет: соответствующий санитарно-гигиеническим нормам освещения и температурного режима.
2. Оборудование: столы для теоретических и практических занятий, шкафы для хранения материалов, оборудования, литературы.
3. ТСО: компьютер.
4. Инструменты и материалы: ножницы, кисти, термоклей, фоамиран, капрон, мешковина и т.п.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

**Нормативно-правовое обеспечение образовательной программы:**

Закон Алтайского края от 04.09.2013 №56-ЗС «Об образовании в Алтайском крае»

 Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ, утвержденные приказом Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края от 19.03.2015 г. № 535;

 Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 №196 «Об утверждениипорядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (зарегистрировано в Минюсте РФ 20.08.2014, рег.№33660;

распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;

 Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

 Гурская И.В. Радуга аппликации. –СПб.: Питер, 2007. –212 с.

 Давыдова Г.Н. Соленое тесто. –М.: АРТ, 2005. –256 с.

 Давыдова М.А., Агапова И.А. Поделки из бумаги: оригами и другие игрушки из бумаги и картона. М.: ООО ―ЛАДА‖, 2008. –214 с.

 Евсеев Г.А. Бумажный мир. –М.: АРТ, 2006. –107 с.

Кеттелл Дж. Секреты холодного фарфора. –М.: Дизайн CJ, 2008. –156 с. Симмонс К.К. Текстильная кукла. –М.: Пресс, 2006. –198 с.

Сержантова Т.Б. 100 праздничных моделей оригами. –М.: Айрис-пресс, 2006. –150 с.

Сержантова Т.Б. Оригами для всей семьи. 4-е издание. –М.: Айрис-пресс, 2005 г.

Тарабарина Т.И. Оригами и развитие ребенка. –Я.: Академия развития, 2007. –224 с.

 Чернова Г.Н. Чудеса из соленого теста. –М.: Скрипторий, 2005. –217 с.

 Черныш И.И. Удивительная бумага. –М.: АСТ-ПРЕСС, 2000. –160 с.3.

*(к 2 году обучения)*

Борта Ч. «200 моделей для умелых рук», Санкт-Петербург, «Кристалл», 1997г.

Гомозова Ю.Б. «Калейдоскоп чудесных ремесел», Ярославль, «Академия развития», 1998 г.

Горонимус Т.М. «150 уроков труда в 1-4 классах», «Родничок», «Арктоус», 1998г.

Городкова Т.В., Нагибина М.И. «Мягкие игрушки-мультяшки и зверюшки», 2-е издание, Ярославль, «Академия развития», 2001г.

Гудилина С.И. «Чудеса своими руками», Москва, «Аквариум», 1998г.

Гульянц $$Э.К., И.Я.Базик «Что можно сделать из природногоматериала.», Москва «Просвещение»,1984г.

Гуляева, Т. Геронимус « Волшебная паутинка»,1991г.

Жокова О., Данкевич Е. «Тряпичные куклы», Санкт-Петербург, «Кристалл», 1998г.

Кузнецов В.П., Рожков Я.А. «Методика трудового обучения с практикумом в учебных мастерских», Москва, «Просвещение», 1981г.

Мотоборова О.С. «Кружок изготовления игрушек-сувениров», Москва, «Просвещение», 1990г.

Новикова И.В., Бозулина Л.В. «100 поделок из кожи», Ярославль,

Нагибина М.И. Чудеса для детей из ненужных вещей», Чудеса из ткани своими руками»,Ярославль, Академия развития», 1997 г.

Нагибина М.И. «Природные дары для поделок и игры», Ярославль, «Академия развития», 1997г.

Нагибина М.И. «Из простой бумаги мастерим как маги», Ярославль, «Академия развития», 1997г.

Пипер А. «Потешные фигурки из всякой всячины», Москва Айрис Пресс 2006г.

Рудакова И. « Подарки к Новому году», Москва, АСТпресс 1996г.

Соколова Ю. «Уютный дом», издательство «Литература», Санкт-Петербург, 1998 г.

Цомуталина Е. Е. 100 поделок из ненужных вещей», Ярославль, Академия развития», 1999г.

Интернет сайт:

1. Мастер-классы для Вас. –http://masterclassy.ru

2. Страна Мастеров. –http://stranamasterov.ru

3.http://pmrpruo.edu.tomsk.ru/wp-content/uploads/2012/07/Programma-Kogda-tvorim-myi-chudesa.doc

4. <http://stranamasterov.ru/technics>

5.http://www.happy-giraffe.ru/community/24/forum/post/42260/

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Приложение 1

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** **п/п** | **ФИО****учащегося** | **Стартовый контроль** | **Промежуточный контроль** | **Итоговый контроль** |
| Уровень мотивации и интереса | Уровень творческих способностей | Уровень воспитанности | Отношение к труду | Уровень мотивации и интереса | Уровень творческих способностей | Уровень воспитанности | Отношение к труду | Уровень мотивации и интереса | Уровень творческих способностей | Уровень воспитанности | Отношение к труду |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1 балл – необходимый уровень (базовый)

2 балла - повышенный уровень (программный)

з балла – максимальный уровень (творческий)

*Приложение 2*

**Терминологический словарь**

**к программе «Подарки своими руками»**

Айрис-фолдинг эта техника появилась в Голландии. «Радужное складывание» только кажется сложным, на самом деле, эта техника требует внимания и аккуратности, но при этом позволяет без труда делать эффектные открытки или украшать странички памятного альбома (скрапбукинг) интересными декоративными элементами.

*Бумага* (предположительно, от итал. *bambagia* «хлопок») — материал в виде листов для письма, рисования, упаковки и т. п., получаемый из целлюлозы  растений, а также из вторсырья (тряпья и макулатуры).

Декоративность – общая художественная выразительность. Красота изделия в целом.

Задача – то, что требует исполнения,  разрешения. Это работа или часть ее, выполненная определенным способом в определенный период.

Инструкция — содержащий правила, указания или руководства, устанавливающих порядок и способ выполнения или осуществления чего-либо. Технология – совокупность приемов, применяемых в каком – либо деле, мастерстве, искусстве.

Интерьер – художественно оформленное убранство помещения.

Капрон — синтетическое полиамидное волокно, отличающееся прочностью, упругостью, износостойкостью. Отличительной чертой всех синтетических волокон, в том числе и капрона, является устойчивость к воздействию микроорганизмов, хорошо держат форму но при этом у них низкая светостойкость, а еще они сильно  электризуется.

Картины, панно - это варианты оригинальных украшений интерьера. Модные тенденции в дизайне, действительно, предписывают в качестве декора выбирать вещи, создающие в помещении композиционную целостность. Картины, панно - это по-настоящему изысканное декорирование и элегантное настенное украшение. Декоративные панно, оригинальные настенные композиции для интерьера можно изготовить из самых разнообразных материалов.

Композиция – строение, соотношение и взаимное расположение частей.

Мешковина — грубая прочная ткань, вырабатываемая из толстой пряжи полотняным переплетением нитей. Пряжа для мешковины изготовляется из грубостебельных (жестких лубяных) волокон: конопли (материала, из которого производят крепкие веревки и канаты), джута, кенафа и т.п. Мешковинаиспользуется для изготовления мешков, грубой одежды, грубых фильтров для воды и технических жидкостей, холстов для картин, как упаковочная ткань. Также ее используют в хозяйстве (тряпки для мытья полов), в производстве мягкой мебели.

Мозаика (  фр. mosaque,     итал. mosaico от   лат. (opus) musivum — (произведение) посвященное   музам) —     декоративно-прикладное и   монументальное искусство разных жанров, произведения которого подразумевают формирование изображения посредством компоновки, набора и закрепления на поверхности (как правило — на плоскости) разноцветных камней, смальты, керамических плиток и других материалов.

Народная игрушка – неотъемлемый элемент каждой этнической культуры, специальный предмет, использующийся в детских играх.

Открытка — это художественно оформленная почтовая карточка для открытого письма (без конверта).  На лицевой стороне открытки имеется какое-либо изображение, а ее обратная часть предназначена для написания сообщения и адресов получателя и отправителя, а также для наклеивания почтовой марки.

Символ – то, что служит условным знаком какого – либо понятия, явления, идеи.

Скрапбукинг (от англ. «scrap» — вырезка и «book» — книга, вносить в книгу) — это искусство оригинального, декоративного оформления не просто альбома, а альбома-истории, дневника, записной книжки, панно… Аналог в русском языке найти сложно. Скорее, это своего рода «живая книга», «узелки на память», красиво оформленное воспоминание, рассказ о значимом событии…Одним словом, скрапбук — «это маленькая жизнь»!

Сувенир (  фр. souvenir - воспоминание, память) — предмет, предназначенный напоминать о чем-то.

Топиарий – это не имитация какого-то конкретного дерева в природе, а фантазийно-сказочное деревце, декоративная авторская работа, в которой крона может приобретать самые разнообразные формы (шар, сердце, конус и т. д.)

Традиция — набор     представлений,     обычаев,   привычек и     навыков   практической   деятельности, передаваемых из     поколения в поколение, выступающих одним из регуляторов общественных отношений.

Фоамиран (*сокр.* фом, фоам от *англ.* foam [fəum] — пена) — уникальный по своим свойствам материал, в просторечии также называют: *пористая резина, вспененная резина, искусственная замша*. Предназначен для изготовления искусственных цветов, игрушек, небольших изделий. Слово *фоамиран* происходит от названия иранской компании *FoamIranCompany*, которая является мировым лидером по производству этого материала. Химическое название материала —этиленвинилацетат (*сокр.* ЭВА). Эластичность и прочность материала обусловлены тем, что в его состав входят этилен и винилацетат.

Шпагат (бечевка) — тонкая прочная нить для упаковки, сшивания и т. п., изготавливаемая скручиванием бумаги, лубяных волокон, химических волокон или нитей, а также их сочетаний.

Бумагопластика

• Торцевание - вид бумажного творчества, заключающийся в создании аппликативной мозаики, создаваемой из небольших кусочков гофрированной (креповой) бумаги.

• Мозаика - одно из самых древних искусств. Это способ создания изображения из маленьких элементов. Собирание мозаики очень важно для психического развития ребенка.

• Может быть из разных материалов: бутылочные крышки, бусины, пуговицы, пластмассовые фишки, деревянные спилы веточек или спички, магнитные кусочки, стекляшки, керамические кусочки, мелкие камешки, ракушки, монетки, кусочки ткани или бумаги, зёрно, крупа, семена клёна, макароны, любой природный материал (чешуйки шишек, хвоя, арбузные и дынные семечки), стружки от карандаша, птичьи пёрышки и т.д.

Бисероплетение

• Бисер (бусины) — маленькие декоративные объекты с отверстием для нанизывания на нитку, леску или проволоку.

• Бисероплетение — вид декоративно-прикладного искусства, рукоделия - создание украшений, художественных изделий из бисера, к которой , в отличие от других техник где он применяется ( ткачество с бисером , вязание с бисером , плетение из проволоки с бисером - так называемых бисерных плетений , бисерной мозаики и вышивки бисером ) бисер является не только декоративным элементом , но и конструктивно-технологическим .

• Горельеф – вид рельефа, в котором фигуры выступают более чем на половину своего объема.

• Декоративность – общая художественная выразительность. Красота изделия в целом.

• Задача – то, что требует исполнения, разрешения. Это работа или часть ее, выполненная определенным способом в определенный период.

• Инструкция — содержащий правила, указания или руководства, устанавливающих порядок и способ выполнения или осуществления чего-либо.

• Интерьер – художественно оформленное убранство помещения.

Лепка (работа соленым тестом, гипсом)

• Каоли́н — очень чистая глина белого цвета (из минерала каолинита), возможны оттенки желтоватого или сероватого цвета.

• Кожетвердое состояние — такое состояние глины, когда она теряет пластичность, становится твердой, но сохраняет еще такую степень влажности, которая позволяет обрабатывать ее поверхность.

• Композиция – строение, соотношение и взаимное расположение частей.

• Моза́ика (mosaïque, mosaico от (opus) musivum — (произведение) посвящённое музам) — декоративно-прикладное и монументальное искусство разных жанров, произведения которого подразумевают формирование изображения посредством компоновки, набора и закрепления на поверхности.

• Панно - декоративная композиция, часто заключенная в раму. Служит эмоциональным и композиционным центром интерьера.

• Пластичность — специфическое свойство глины, которая при смешивании с водой сохраняет приданную ей форму.

• Сувенир (фр. souvenir - воспоминание, память) — предмет, предназначенный напоминать о чём-то.

• Технология – совокупность приемов, применяемых в каком – либо деле, мастерстве, искусстве.

• Гипс — тонкомолотый порошок белого цвета — является самым распространенным материалом для отливки вылепленных изделий. Гипс получается из гипсового камня, который обжигают при температуре не свыше 150 градусов. Гипс разделяется на медицинский, формовочный и штукатурный. Медицинский гипс — самый чистый, тонкомолотый и быстросхватывающийся. Формовочный гипс почти такой же чистый и тонкомолотый, но с более медленным сроком схватывания. Начало схватывания — после 4 минут, а конец схватывания — не позднее 20 минут.

Приложение 3

**Удивительный мир аппликации.**

 *Удивительный мир аппликации*-это раздел программы, который включает в себя выполнение аппликаций (картин, открыток, панно) из разных материалов (природного, бумаги, яичной скорлупы, ткани, бисера, пряжи и др.) различными способами и приемами.

 *Аппликация в* переводе с латинского обозначает «прикладывание». В его основе лежит вырезание различных деталей иналожение их на фон в определенном порядке. Детали закрепляют на основе с помощью различных клеев, ниток. В настоящее время в аппликации можно использовать самые разнообразные элементы: различные виды бумаги, ткани, нитки, соломку, мех, скорлупу, песок, бересту, высушенные растения, листья, семена и другие природные материалы. Аппликация как одна из изобразительных техник зародилась довольно давно. Ее с незапамятных времен использовали для украшения одежды, обуви, орудий труда, домашней утвари. В настоящеевремя аппликация прочно вошла в нашу жизнь. Ею занимаются люди разных возрастов. Занятия аппликацией очень полезны для детей. Они развивают усидчивость, аккуратность, терпение, самостоятельность у ребят. Аппликация учит их работать с мелкими предметами, совершенствует мелкую моторику рук. Также она оказывает огромное влияние на развитие их творческих и умственных способностей. Дети знакомятся с понятиями формы, цвета, величины, учатся находить одинаковые предметы, выделять главное из множества объектов, видеть целое, составленное из деталей, развивают свое воображение.

 Существуют несколько видов аппликации: плоскостная, объемная, мозаика, декоративная, предметная. С помощью аппликации доступно выполнить картину, панно, открытку к празднику, детскую игрушку, миниатюру. Благодаря ей можно оформить детскую комнату, украсить подарок.

 *Накладная аппликация -* создание панно и картинок из природного материала, не требующих вырезания из листьев никаких деталей, а создаваемых с помощью наложения листьев. Таких картинок можно придумать очень много: бабочки, грибочки, цыплята и другие птички... Недостающие элементы пририсовываются фломастером или создаются из других природных материалов. В этой технике создаются многоярусные изображения, где листочки наклеивают друг на друга слоями. Аппликация получится яркой и веселой. *Силуэтная аппликация*.В этом виде аппликации лишние части листочка отрезаются, чтобы получилось именно то, что задумал маленький художник. *Модульная аппликация*(мозаика). С помощью этой техники картинкасоздается путем наклеивания множества одинаковых или близких по форме и размеру листочков (или, например, семян клена). Так можно сделать чешую рыбки, хвост петушка или жар-птицы. *Симметричная аппликация*.Используется для создания отдельных образов или целых картин, имеющих симметричное строение, а также для получения двух совершенно одинаковых изображений (например, отражение в воде). Для этого нужно подбирать похожие листочки, чтобы получить изображение с его «отражением» или

симметричное само по себе («Бабочка», «Стрекоза», «Пейзаж с озером», «Лодочка на реке»).

 *Ленточная аппликация*-разновидность симметричной аппликации. Ее отличие в том, что она позволяет получить не одно или два, а много одинаковых изображений -орнаментов. Получаются целые «хороводы» деревьев, цветов, грибов, бабочек и т. д.

 *Сюжетные композиции*.Просмотр работ в этой технике (демонстрация презентации и готовых работ). Изготовление работы «Животный мир»Работа над аппликацией помогает ребѐнку проявить свою индивидуальность, воплотить замысел, ощутить себя художником, дизайнером, конструктором.

 *Декупаж -* от французского «вырезать» -это аппликация, это техника украшения, декорирования предметов с помощью вырезанных бумажных мотивов (из трехслойных салфеток, иллюстраций из журналов, оберточной бумаги, этикеток, декупажных карт, в последнее время широко распространяется применение принтерных распечаток). Сами же декорируемые поверхности могут быть из самых различных материалов –дерева, металла, керамики, бумаги, стекла, ткани, кожи, пластика. Декупаж является одним из древнейших направлений декоративно-прикладного искусства. Сегодня эта очень старинная техника снова вошла в моду. Самостоятельно сделанные изделия в технике декупаж все чаще входят в разряд современных сувениров. Простота изготовления и яркая декоративность изделий завоевали симпатии детей и взрослых.

 *Коллаж—*техника достаточно специфическая, но вместе с тем мощная и эффектная. Очень похожа на детскую аппликацию, но вместо цветной бумаги используются самостоятельные элементы: части рисунков, фотографий, газет.

 *Торцевание*. Этот вид бумажного творчества переживает второе рождение. Ребята окунутся в мир необычной аппликативной мозаики, создаваемый из небольших кусочков гофрированной (креповой) бумаги.

*Квиллинг* (бумагокручение, бумажная филигрань) —искусство скручивать длинные и узкие полоски бумаги в спиральки, видоизменять их форму и составлять из полученных деталей объемные или плоскостные композиции. На английском языке называется quilling —от слова quil (птичье перо). Возникло оно в средневековой Европе, где монахини создавали медальоны, закручивая на кончике птичьего пера бумажные полоски с позолоченными краями, что создавало имитацию золотой миниатюры.

 *Киригами* представляет собой вырезанную из простой бумаги композициюна любую тему. Это искусство пришло к нам из Китая –родины бумаги. Из Востока вырезание бумажных изделий попало и в Европу, в том числе и в славянские страны. Для вырезания понадобиться сразу несколько видов ножниц. Они должны быть разной величины, в том числе фигурные и согнутые. Если необходимо вырезать очень мелкие детали, то можно воспользоваться и маникюрными ножницами.

 *Изонить*(нитяная графика) -получение изображения нитками на картоне или другом твѐрдом основании. Нитки могут быть обычные швейные, шерстяные, мулине или шѐлковые. Техника "Изонить" несложна для освоения. В ней всего два приема: заполнение угла и заполнение окружности. На основе этих приемов создаются разнообразные сюжетные и декоративные композиции (любой элемент рисунка можно разбить на уже знакомые нам -угол и окружность). И даже первые пробные работы получаются очень красивыми.

 Пластилинография—новый вид декоративно-прикладного искусства. Представляет собой создание лепных картин с изображением более или менее выпуклых, полу объемных объектов на горизонтальной поверхности. По сути своей, это редко встречающийся, очень выразительный вид «живописи». Вы практически «рисуете» пластилином. Изготовление пластилиновых картин ярких расцветок с применением различных изобразительных приѐмов —увлекательное занятие, дающее радостное и эстетическое удовлетворение от подобного творчества, делая его оригинальным и декоративным.

 *Тестопластика.* Соленое тесто в последние годы стало очень популярным материалом для лепки – это очень «теплый» и эластичный материал, легко приобретает форму и изделия из него достаточно долговечны, а работа с соленым тестом доставляет удовольствие и радость. Конечно, сама по себе техника тестопластики богата и разнообразна, но в последствии при накоплении опыта многие не ограничиваются одной лепкой, стараясь придать изделиям большую выразительность насыщенность законченность, расписывают изделия красками, покрывают лаком, создают комбинированные картины, используя в работах наряду с тестом другие материалы, такие как дерево, стекло, ткань, бисер, либо уже готовые элементы.

 *Конструирование из* бумаги зародилось на основе оригами. Суть конструирования заключается в том, чтобы создать определенные трехмерный объект с помощью бумаги, ножниц, клея, и других вспомогательных материалов. Создавать можно как максимально простые роботы, что будет идеальным при работе с детьми, так и сложные творческие конструкции.

 *Оригами*-это увлекательная техника создания объѐмных фигур из модулей, например, из треугольных модулей оригами, придуманных в Китае. Целая фигура собирается из множества одинаковых частей (модулей). Каждый модуль складывается по правилам классического оригами из одного листа бумаги, а затем модули соединяются путем вкладывания их друг в друга. Появляющаяся при этом сила трения не даѐт конструкции распасться.

 *Плетение из бумаги*.Из полосок бумаги можно выполнять самые разнообразные изделия плоской формы и даже объемные предметы. Обычно это коврики с орнаментами и узорами, всевозможные закладки, елочные украшения с элементами плетения. Для этого используют различные виды плетения: шахматное, фигурное,плетение уголками.

 *Плетение из бисера*.Бисер—это мелкие стеклянные бусины, которые издавна использовались для отделки одежды и изготовления украшений.Бисероплетение известно с глубокой древности как вид художественных ремесел. Из поколения в поколение передавались его лучшие традиции. Бисероплетение сохраняет свое значение и в наши дни. Занятия бисероплетением вызывают у школьников большой интерес. Кружковые занятия по обучению учащихся бисероплетению направлены на воспитание художественной культуры школьников, развитие их интереса к народному творчеству, его традициям и наследию.

Приложение №4

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ**

 Формирование здоровья - это становление поведенческих навыков, направленных на самооздоровление, диагностику.

Игры и упражнения способствуют созданию здорового об­раза жизни, так необходимого сегодня - в век стрессов, физиче­ских и психических нагрузок. Только активный отдых может без особого труда противостоять утомлению.

Это игры и упражнения, с которых можно начинать день ин­тенсивного обучения. Это игры, которые можно «вкрапливать» в процесс интенсивной образовательной деятельности. Эти игры и уп­ражнения направлены на укрепление физического здоровья ре­бенка и морального его состояния.

Такие игры и упражнения хороши между занятиями интен­сивного обучения, когда обучающимся так необходима физиче­ская разминка, разрядка, резкая смена деятельности.

**Упражнения для глаз**

**«Пчела».** Сели удобно. Вообразим перед собой летящую пчелу. Вам нужно сфокусировать свой взор на движущейся пче­ле и выполнять таким образом круговые движения глазами, по­стоянно фиксируя на ней свой взор. Теперь пчела перебралась вам на поясницу. Не упускайте ее из вида.

Регулярное выполнение этих упражнений поможет вам со­хранить и улучшить зрение.

**«Звезда».** Встали прямо. Голова, шея, спина - на одной линии.

Давайте вообразим, что стены прозрачные, и вы можете ви­деть перед собой звездное небо. Выберите на небе, у горизонта, самую красивую звезду, зафиксируйте на ней свой взор. После того как вы хорошенько рассмотрите ее в течение нескольких секунд, перенесите свой взор в точку, расположенную на вашей переносице.

Вообразите, что звезда, которую вы только что рассматрива­ли, мгновенно переместилась в область переносицы, и вы може­те рассмотреть свою звезду уже в этой области переносицы, пе­реместите звезду обратно на линию горизонта и рассматривайте ее теперь на бесконечно удаленном расстоянии. Так переносите попеременно фиксацию вашего взгляда с линии горизонта, с бесконечности, в точку переносицы и обратно.

Теперь усложним упражнение. Будем фиксировать не только два крайних положения звезды, но и промежуточное ее положе­ние. Для этого представим себе, что звезда будет останавливать­ся и отдыхать на прозрачной стене.

Итак, фокусировка взгляда будет сейчас идти в такой после­довательности: горизонт, затем прозрачная стена, затем область переносицы, затем снова прозрачная стена и снова линия гори­зонта.

**«Восьмерка».** Встали прямо. Голова, шея, спина - на одной линии. Зафиксируем взгляд на противоположной стене. Представим себе, что на ней нарисована большая горизонталь­ная восьмерка. Сейчас мы будем вести свой взор по этой вооб­ражаемой восьмерке, стараясь проделывать это мягко. Несколь­ко раз в одном направлении, затем в другую сторону.

Теперь давайте увеличим размер воображаемой восьмерки, захватывая все поле зрения. Пожалуйста, в одну сторону зрения. Спасибо. В другую сторону.

**«Углы»**. Встать прямо или сесть на стул, чтобы спина не касалась спинки. Сядьте так, чтобы вы могли видеть противопо­ложную сторону комнаты. Зафиксируйте взгляд на верхнем ле­вом углу комнаты. Вообразите, что в нем сидит большая, краси­вая стрекоза. Рассмотрите ее хорошенько. Теперь переведите взгляд в правый верхний угол. Там тоже сидит стрекоза.

Какая она красивая! Рассмотрели стрекозу! Теперь переве­дите взгляд в правый нижний угол. Там тоже спряталось какое-то насекомое. Какое же, интересно? Рассмотрите его получше! Рассмотрели? Тогда переведите взгляд в последний левый ниж­ний угол. Рассмотрите, какое насекомое забралось туда. Сейчас вы будете переводить взгляд в такой последовательности, рас­сматривая в каждом из углов сидящее там насекомое.

Пожалуйста, а теперь то же самое в обратном направлении.

**Упражнения для рук**

**«Ворона».** Встали прямо. Сейчас мы вообразим себя во­ронами и будем махать руками вверх-вниз. Прямые в локтях ру­ки, как крылья, поднимаются через стороны - вертикально вверх и с силой опускаются вниз. Старайтесь выполнять эти упражне­ния энергично, а вдруг вы и вправду сейчас взлетите.

Ваши руки хорошо поработали и разогрелись.

**«Скачки».** Встали, ноги на ширине плеч. Наклоняемся вниз и упираемся руками в пол. При этом руки и ноги должны быть прямые.

Для разминки идем шагом как бы на четырех конечностях.

Скачки тоже проходят на месте.

Ведущий смотрит за скакунами, оценивает их резвость, вы­носливость и грациозность, радует всех участников, что в этом забеге они могли основательно помассировать и протрясти внутренние органы и укрепить костно-мышечную систему ко­нечностей.

**«Аист».** Встали прямо, ноги вместе. Сейчас мы попробуем проделать полный наклон вперед. Для этого надо поднять вытя­нутые руки вверх, и из этого положения, сгибаясь в пояснице, наклониться вниз, не меняя положения рук. Наклон должен быть полным, грудь При этом прижата к бедрам, а руки достают до пола.

 Вы сейчас как аист, который наклонил голову в поисках ля­гушки.

Желательно при этом упереться в пол ладонями. В этом по­ложении нужно задержаться некоторое время. Сначала давайте попробуем просто дотянуться до пола ладонями, не сгибая ног. Теперь попробуем выполнить все упражнения целиком.

Это упражнение делает гибким ваш позвоночник, делает вас стройным. Кроме того, задержка в наклонном положении тони­зирует внутренние органы, а также укрепляет мышцы ног.

**Упражнения для позвоночника**

**«Водокачка».** Встали прямо, сейчас мы будем делать наклоны корпусом вправо-влево. Руки при этом можно поста­вить на пояс, можно держать за спиной, а можно поочередно поднимать и опускать, сообразуясь с характером движения. На­клоны выполняйте энергично, представляйте себе, что с каждым наклоном вы накачиваете воду в водокачке. Наклоны корпуса влево и вправо.

Надеемся, что вы как следует размялись, разогрели позво­ночник в области поясницы.

**«Танец змеи».** Все сели на стулья так, чтобы спина была прямая. Будем вращать головой в горизонтальной плоскости, но так, чтобы воображаемая ось головы все время оставалась на­правленной снизу вверх вертикально. Темп движения может ме­няться, амплитуду движения старайтесь делать максимальной. И так вращать головой в горизонтальной плоскости, голова при этом все время остается в вертикальном положении. Теперь в дру­гую сторону.

Ваши шейные позвонки стали гибкими. Вы освежили себя и готовы к умственной работе.

**«Ножницы».** Сядьте на краешек стула. Руками можно придерживаться за спинку стула.

Вытягиваем ноги прямо перед собой. По сигналу вытяните ноги в горизонтальной плоскости. Вы будете совершать ногами движения, напоминающие движения ножниц. Ноги не сгибать. В течение 1 минуты вы будете совершать движения прямыми ногами параллельно полу.

Это упражнение способствует укреплению мышц брюшного пресса, массирует и стимулирует внутренние органы полости живота.

**«Шлепки»**. Встали прямо. Поочередно каждой ногой по­пытаемся шлепнуть себя сзади пятками по ягодицам. При этом ноги нужно отбрасывать как можно сильнее назад, чтобы удар пяткой по ягодицам был ощутим и слышен.

Тонизирует весь организм, развивает мышцы рук, ног, дела­ет гибкой поясницу, позвоночник.