МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ»

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
протокол № 49
от «28» августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
директор МАОУ ДО ЦПС
_____ Давыдов Д.Г.
Приказ от «28» августа 2026 г.
№ 01-04-296

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ШЬЕМ КАК ВЗРОСЛЫЕ»

направленность: социально-гуманитарная
Уровень: базовый
Возраст обучающихся: 9-12 лет
Срок реализации: 1 год (72 часа)

Авторы:
педагог дополнительного образования
Лапышева Наталья Сергеевна,
методист
Дозорова Кристина Леонидовна

Красноярск 2026

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Шьём как взрослые» **социально-гуманитарной** направленности создаёт условия для гармоничного развития личности, сочетая творческое самовыражение с практическими навыками, необходимыми в повседневной жизни и будущей профессиональной деятельности.

В условиях цифровизации и роста пассивного потребления контента у детей наблюдается дефицит практического опыта созидательной деятельности. Программа отвечает на этот вызов, предлагая ребёнку не просто освоить ремесло, а через ручное творчество развить ключевые социальные и личностные компетенции: самостоятельность, ответственность, умение работать в команде.

Нормативные правовые документы, на основании которых разработана дополнительная общеобразовательная программа

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 08.03.2026) «Об образовании в Российской Федерации;
- Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации причиняющий вред их здоровью и развитию» (с изменениями от 29.12.2025, вступил в силу 29.12.2025);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (в редакции Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 30.08.2024 № 10, вступил в силу 01.03.2025);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. № 678-р, с изменениями на 15.05.2023));
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 (ред. от 21.04.2023) «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановление правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями

здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых и образовательных потребностей»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (новая редакция 2025г.);

- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения дистанционных образовательных технологий»);

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 "О методических рекомендациях" (вместе "Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ");

- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»;

- Методические рекомендации Регионального модельного центра дополнительного образования детей Красноярского края по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 2025 г.

- Устав, локальные акты МАОУ ДО ЦПС.

Новизна и актуальность

Новизна программы заключается в параллельном обучении кройки и шитью воспитанники осваивают различные виды рукоделия: декор изделий аппликацией, инкрустацией бисером и отделкой.

Актуальность предлагаемой программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы социально-гуманитарной направленности, материально-технические условия для реализации которой имеются на базе нашего учреждения.

Умение с ранних лет самостоятельно шить позволит обучающимся создавать свой неповторимый стиль и образ без лишних финансовых затрат, реализовывать свой творческий потенциал.

Программа учит не просто шить, а создавать ценность своими руками, и через этот процесс формировать личность, готовую к социальному взаимодействию и творческой самореализации.

Отличительные особенности

Программа включает в свое содержание основные виды швов, обработки и конструирования швейных изделий. На занятиях ребята овладевают технологией и практическими навыками выполнения швейных изделий, знакомятся с направлениями современной моды, получают знания о хлопчатобумажных, льняных, шерстяных и шелковых тканях, приобретают умения в подборе ткани для изделий. На основе изучения законов композиций и цветосочетания обучающиеся учатся выполнять эскизы изделий.

Адресат программы

Программа адресована детям 9-12 лет. Наполняемость групп – 8 человек. В состав групп могут входить дети разных возрастов и разного уровня подготовки благодаря вариативным и адаптированным заданиям. Система набора детей на обучение не предполагает наличия каких-либо обязательных знаний.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 72 часа и реализуется в течение одного учебного года.

Формы обучения

Форма обучения**:** очная.

Режим занятий

Общая недельная нагрузка составляет 2 часа. Учащиеся посещают занятия согласно установленному расписанию 1 раз в неделю. Продолжительность занятия 2 академических часа с перерывом в 10 минут. Один академический час равен 45 мин. Продолжительность и режим занятий соответствует санитарным нормам и требованиям безопасности.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цель: формирование у обучающихся устойчивых практических навыков швейного дела и творческого мышления через создание функциональных изделий своими руками.

Задачи:

Образовательные:

- изучить свойства текстильных материалов;
- освоить основы работы на швейной машине;
- научиться читать и использовать выкройки;
- познакомиться с техниками декора и отделки;
- сформировать навыки проектной деятельности.

Развивающие:

- развивать мелкую моторику и координацию;
- развить образное мышление, творческие способности, фантазию;
- развивать умение планировать и контролировать свою деятельность;
- развивать творческую самостоятельность и креативность;
- развивать умение рассказать о своём изделии, аргументировать выбор, анализировать ошибки и планировать улучшения.

Воспитательные:

- соблюдение правил ТБ, порядок на рабочем месте, умение работать без постоянного контроля взрослого;

- воспитывать трудолюбие и ответственность;
- воспитывать эстетический вкус и уважение к ручному труду;
- формировать навыки работы в паре, обмен опытом, конструктивная обратная связь, поддержка сверстников;
- воспитывать уверенность в себе и веру в свои силы.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. Учебный план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Тема 1. Вводный блок.	2	2	-	Устный опрос.
2	Тема 2. «Тканевая азбука»: материалы и технологии.	4	2	2	Устный опрос, практическая работа
3	Тема 3. Понятие о швейной машине. ТБ. Инструменты, нитки и дополнительные материалы.	6	2	4	Устный опрос, практическая работа
4	Тема 4. «Джинсовая мастерская».	16	2	14	Устный опрос, практическая работа
5	Тема 5. Шоппер своими руками.	16	2	14	Устный опрос, практическая работа
6	Тема 6. Аксессуары для волос: от идеи до коллекции.	10	1	9	Устный опрос, практическая работа
7	Тема 7. Подушка-игрушка.	16	2	14	Устный опрос, практическая работа
8	Итоговое занятие	2	-	2	Выставка
	Итого:	**72**	**13**	**59**	

3.2 Содержание программы

Тема 1. Вводный блок. (2 часа)

Теория. Общие сведения о программе: задачи, цели. Техника безопасности при работе с колющими и режущими предметами. Организация рабочего места. Начальная диагностика группы, с целью установления уровня детей, на котором они находятся к началу освоения курса.

Форма контроля. Устный опрос.

Тема 2. «Тканевая азбука»: материалы и технологии. (4 часа)

Теория. Виды, свойства и состав тканей. Понятие о материаловедении. Основы цветоведения. Подготовка ткани к раскрою. Декатировка. Разметка. Влажно-тепловая обработка изделий. Терминология утюженных работ. ТБ.

Практика. Работа с образцами тканей. Определение вида ткани, свойств тканей. Нахождение лицевой и изнаночной стороны. Определение направления долевой нити.

Форма контроля. Устный опрос, практическая работа.

Тема 3. Понятие о швейной машине. ТБ. Инструменты, нитки и дополнительные материалы. (6 часов)

Теория. ТБ. Устройство швейной машины. Принцип образования машинной строчки. Виды машинных строчек. Терминология. Инструменты и принадлежности, необходимые при работе с тканью.

Практика. Наматывание ниток на шпульку. Заправка верхней и нижней ниток. Установка иглы в иглодержатель, регулировка натяжения верхней и нижней ниток. Регулировка длины и ширины стежка. Создание «Карточки швов» с образцами.

Форма контроля. Устный опрос, практическая работа.

Тема 4. «Джинсовая мастерская». (16 часов)

Теория. Джинсовая ткань: особенности. Подбор игл и ниток. Работа с плотными тканями. Прохождение утолщённых швов. Выбор джинсового изделия (косметичка/органайзер). Эскиз. Декорирование джинсовых изделий. Аппликация. Апсайклинг.

Практика. Подбор иглы и ниток для образцов. Тренировочные швы на обрезках джинсы. Выбор проекта: косметичка на молнии или органайзер с карманами. Эскиз. Построение выкройки и раскрой из джинсы. Пошив изделия. Финальная ВТО. Мини-проект: декор из обрезков джинсы.

Форма контроля. Устный опрос, практическая работа

Тема 5. Шоппер своими руками. (16 часов)

Теория. Назначение и виды шопперов. Чтение выкройки: условные обозначения, линии, надписи. Припуски на швы: размеры для разных участков. Раскладка выкройки на ткани: правила экономии. Учёт направления долевой нити при раскрое. Эскиз модели и технический рисунок. Основные измерения для пошива. Построение выкройки. Подбор и подготовка ткани к раскрою, раскрой ткани. Декор изделия.

Практика. Зарисовка эскиза и технического рисунка. Подбор нужного размера шоппера. Построение выкроек самостоятельно. Раскрой ткани, пошив, декор. Финальная ВТО. Фотосъёмка готового изделия.

Форма контроля. Устный опрос, практическая работа

Тема 6. Аксессуары для волос: от идеи до коллекции. (10 часов)

Теория. Виды аксессуаров: резинки, ободки, банты, заколки, повязки. Материалы и фурнитура для аксессуаров. Безопасность: крепление деталей, отсутствие острых элементов. Основы коллекции: единство стиля, цветовая гармония. Тренды в аксессуарах для волос.

Практика. Разработка эскизов коллекции (3-5 аксессуаров). Подбор тканей и фурнитуры. Создание мудборда. Защита эскиза (презентация идеи). Корректировка по рекомендациям. Пошив коллекции. Создание этикеток (название коллекции, состав, уход). Упаковка (коробочки, пакетики, открытки). Фотосъёмка коллекции.

Форма контроля. Устный опрос, практическая работа

Тема 7. Подушка-игрушка. (16 часов)

Теория. Виды подушек-игрушек: животные, буквы, облака, звёзды. Простые формы: круг, квадрат, сердце, месяц. Моделирование: добавление

деталей (уши, хвост, лапы). Лоскутное шитье. Безопасность: набивка, крепление деталей. Расчёт размера готового изделия.

Практика. Выбор формы подушки. Эскиз с деталями. Расчёт размера. Создание/адаптация выкройки. Раскрой, пошив, декор. Финальная ВТО. Фотосъёмка готового изделия.

Форма контроля. Устный опрос, практическая работа

Итоговое занятие (2 часа)

Защита проекта. Выставка готовых работ. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год.

3.3 Планируемые результаты

В процессе освоения содержания программы обучающиеся приобретут практические навыки и умения по швейному делу, а также, в процессе творческой самореализации и самовыражения, создадут функциональные изделия своими руками.

Личностные результаты:

- устойчивый интерес к практическому творчеству и ручному труду как способу самореализации;
- демонстрирует ответственность, аккуратность, умение доводить начатое дело до конца;
- осознаёт ценность вещей, созданных своими руками;
- проявляет готовность к взаимопомощи, конструктивному взаимодействию и уважению к чужому труду;
- способен к самооценке, рефлексии, принятию обратной связи и работе над ошибками;
- бережно относится к материалам, интерес к апсайклингу и вторичному использованию.

Метапредметные результаты:

- планирует этапы работы, распределяет время, контролирует качество на каждом этапе, вносит коррективы при ошибках, самостоятельно организует рабочее место;
- анализирует свойства материалов, ищет информацию, сравнивает, экспериментирует с декором и сочетаниями;
- формулирует мысли, презентует проект, аргументирует творческий выбор, работает в паре/группе, даёт и принимает конструктивную обратную связь;
- генерирует идеи, адаптирует типовые проекты под личный замысел, нестандартно сочетает материалы, техники и цветовые решения.

Предметные результаты:

- знают правила ТБ при работе с инструментами, швейной машиной, утюгом;
- знают устройство основных узлов швейной машины, принцип образования строчки, назначение регуляторов;
- умеют определять тип ткани, рассчитывать припуски, выполнять декатировку, разметку, влажно-тепловую обработку швов и деталей;
- знают последовательность сборки изделий, виды швов;
- знают основы композиции, цветоведения, техники аппликации, вышивки;

- умеют формировать портфолио, защищать авторскую работу перед аудиторией;

- знают этапы создания изделия: эскиз → расчёт → выкройка → пошив → презентация.

Планируемые результаты помогут учащимся не только в повседневной жизни, но и дадут представление о профессии, помогут в выборе дальнейшего профессионального пути.

4. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

4.1 Календарный учебный график

Год обучения	Начало занятий	Окончание занятий	Количество учебных недель	Кол-во учебных часов в неделю	Кол-во учебных часов в год	Промежуточная аттестация обучающихся
1 год	сентябрь	май	36	2	72	декабрь, май

4.2 Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение занятий

Мастерская - 97, 7кв.м

№	Наименование	Кол-во (шт.)
1	**Мебель:** Стол для ручных работ	11
2	Стул ученический	22
3	Столы для раскроя	2
4	Гладильный стол	1
5	Шкафы для оборудования	3
	Технические средства:	
6	Швейные машины электрические: - Janome; - Aurora.	6 5 1
7	Оверлок: Janome	4
8	Ножницы, сантиметровая лента, портновские булавки; Цветные портновские мелки; линейка; треугольник; швейные нитки; отделочные материалы (ленты, тесьма и т п.); напёрсток; миллиметровая бумага; калька; карандаши; ластики	По кол-ву детей
9	Атласные и репсовые ленты, джинсовая ткань, велюр, бисер (разного цвета), хлопковая ткань	По кол-ву детей
10	Парогенератор	1
11	Аптечка	1

Технические средства обучения: экран, мультимедиа проектор, ноутбук, учебные видео фильмы.

Средства для санитарии и гигиены: вата, бинт, лейкопластырь, хлоргекседин, перекись водорода.

Информационное обеспечение

Интернет-источники, содержащиеся на сайтах, рекомендованных педагогам, реализующим программу, электронные пособия.

№	Наименование	URL-адрес	Содержание и образовательный

п/п	ресурса		потенциал
1	Pinterest	https://ru.pinterest.com/search/pins/?q=шьем%20шоппер&rs=typed	Поиск идей: декор, выкройки, оформление детских работ
2	Копилка уроков	https://kopilkaurokov.ru/tehnologiyad	Банк готовых уроков, технологических карт, презентаций
3	БурдаСтайл	https://burdastyle.ru/master-klassy/aksessuary/povyazki-i-obodki-dlya-volos-svoimi-rukami-5-master-klassov-14621_14621/	Повязки и ободки для волос МК
4	БурдаСтайл	https://burdastyle.ru/master-klassy/aksessuary/kak-sshit-sumku-shopper-svoimi-rukami-2-instrukcii-s-foto-11-idej-vykrojki_34211/	Как сшить сумку-шоппер своими руками: инструкции с фото, идеи и выкройки.
5	Дзен	https://dzen.ru/a/Y1ThQKeqn2kIwqfh	Статья: подушки – игрушки. Шаблоны, выкройки.

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим опыт работы в данной сфере с детьми не менее года, образование – высшее, профильное, педагогическое.

Формы аттестации и оценочные материалы

Педагог дополнительного образования осуществляет персонифицированный учет результатов освоения обучающимися общеразвивающей программы по итогам текущего контроля и промежуточной аттестации.

Входной контроль - оценка стартового уровня образовательных возможностей обучающихся.

Текущий контроль обучающихся осуществляется педагогом по каждой изученной теме. Содержание материала текущего контроля определяется педагогом на основании содержания программного материала. Форма контроля указывается в итоговом занятии по теме в разделе «Содержание программы».

Промежуточная аттестация - это установление уровня освоения отдельной части объёма образовательной программы.

Промежуточная аттестация осуществляется:

- по итогам первого полугодия в декабре (конкретная дата указывается в рабочей программе согласно приказу администрации образовательного учреждения);

- по завершении изучения всего объёма дополнительной общеобразовательной программы в мае (форма проведения промежуточной аттестации указывается в итоговом занятии, завершающем обучение по программе в разделе «Содержание программы»).

Промежуточная аттестация оценивается и фиксируется по уровням:

- низкий уровень – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях;
- средний уровень – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок;
- высокий уровень – программный материал усвоен обучающимся полностью, обучающийся имеет высокие достижения.

Итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершении учебного года или всего периода обучения по программе.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются следующие способы определения результативности:

- опрос учащихся по пройденному материалу;
- наблюдение за учащимися во время выполнения практических заданий;
- мониторинг результатов по окончании курса обучения;
- контроль соблюдения техники безопасности;
- учёт личностных достижений учащихся.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: аналитическая справка, диагностическая карта, видеозапись, журнал посещаемости, портфолио, отзывы детей и родителей.

Фиксация результатов осуществляется персонифицировано в диагностике результативности освоения дополнительной общеобразовательной программы обучающимися. Персонифицированные результаты заносятся в диагностическую карту.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: конкурсы, выставки, открытые занятия, дипломы, грамоты учащихся.

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы разработано в форме образовательно-методического комплекса, который включает набор компонентов.

В их числе:

1. Дополнительная образовательная общеразвивающая программа, отвечающая федеральным и региональным требованиям.

2. Пакет методических материалов:

- учебно-методическая литература;
- дидактические материалы (фото, схемы и др.);
- контрольный блок (описание критериев и показателей качества образовательного процесса, мониторинга образовательного процесса и диагностических методик);
- инструкции по технике безопасности;
- глоссарий (перечень терминов и выражений с толкованием);

- ресурсы информационных сетей по методике проведения занятий;
- таблицы для фиксирования результатов;
- тематические подборки - демонстрационные ролики по выполнению различных изделий и т.д..

По результатам занятий будут создаваться фото- и видеоматериалы, которые можно будет использовать не только в качестве отчетности о проделанной работе, но и как учебный материал для следующих групп обучающихся.

В процессе реализации программы, воспитательно-образовательной работы с детьми планируется использование **педагогических технологий:**

- личностно – ориентированная - обучающиеся научатся реализовывать себя в творческом подходе к выполнению заданий;
- здоровьесберегающая;
- технология группового обучения;
- развивающее обучение заключается в создании условий, когда развитие ребенка превращается в главную задачу, как для педагога, так и для обучающегося.

Учитываются индивидуальные возможности и особенности ребенка при выборе форм, методов и приемов работы.

Формы организации занятий и методы обучения

Формы организации занятий: коллективная, групповая, индивидуальная.

Формы проведения занятий: беседа, творческая мастерская, мастер-класс, презентация, практическое занятие.

Основной формой организации деятельности является занятие, состоящее из теоретической и практической части.

Процесс достижения поставленных целей и задач программы осуществляется в сотрудничестве обучающихся и педагога. При этом реализуются различные методы осуществления целостного педагогического процесса.

Метод организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, анализ и т.д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстраций, показ (исполнение) педагогом, работа по образцу и др.);
- практический (выполнение заданий).

Методы уровня деятельности детей:

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

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

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
-индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;

- групповой – организация работы в группах;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий.

Методы воспитания:
- беседы;
- метод примера;
- педагогическое требование;
- создание воспитательных ситуаций;
- конкурсы, поощрение, наблюдение, анализ результатов.

Выбор метода обучения зависит от содержания занятия, уровня подготовки и опыта обучающихся.

Образовательная программа основывается на следующих методических принципах:

1. Принцип доступности. Знания, умения, навыки, включенные в программу, должны быть доступны детям. Требование доступности обучения предполагает соответствие доступности материала, возрасту, индивидуальным особенностям, уровню подготовленности обучающихся. При изучении учебного материала необходимо руководствоваться следующими правилами:
- от простого к сложному
- от известного к неизвестному
- от близкого к далекому.

2. Принцип сотрудничества. Предполагает определение общих целей педагога и обучающихся, организацию их совместной деятельности на основе взаимопонимания и сотрудничества.

3. Принцип наглядности. Предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео - и фотоматериалы, словесное описание нового приема со ссылкой на ранее изученные.

4. Принцип индивидуализации. Имеет значение для осуществления личностно-ориентированного подхода в процессе эстетического воспитания и творческого развития личности обучающихся.

5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература, рекомендуемая для педагога

1. Белякова О.В. 207 лучших подарков своими руками. - М.: ООО ИКТЦ “ЛАДА”, 2010. – 112 с.;
2. Бешенкова А. К. Технология. Швейные работы: практикум для обучающихся 5–7 классов – СПб.: БХВ-Петербург, 2019. – 160 с.;
3. Ерёмина Е. А. Технология. Швейное дело. 5–9 классы: методическое пособие – М.: Просвещение, 2022. – 143 с.;
4. Крючкова Г. А. Технология швейных изделий: учебник для учреждений среднего профессионального образования: в 2 ч. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2021. – 256 с.;
5. Мозговая Г. Г. Технология. Швейное дело. 5–9 классы: учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы – 3-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 2023. – 176 с.;
6. Сасова И. А. Технология. Методика обучения: учебно-методическое пособие для педагогов – 2-е изд., испр. – М.: Вентана-Граф, 2020. – 192 с.;
7. Соколова Т. В. Аксессуары своими руками: резинки, банты, ободки – М.: АСТ, 2023. – 80 с.;
8. Чудесные мгновения. Первый российский журнал по лоскутному шитью. № 9 -10, 2004;
9. Энциклопедия моды / Пер.с англ.В.Г.Литориной. –9-9г М.: Эксмо, 2009. – 160 с.;
10. Энциклопедия рукоделия / Составитель М.Ивахнова. – М: Олимп; Смоленск: Русич, 2000. – 432 с.

Литература, рекомендуемая для детей

1. Бурлака Е. А. Книга по рукоделию. Шьём вместе: простые проекты для детей – М.: Эксмо, 2024. – 112 с.;
2. Иванова М. С. Шьём игрушки: пошаговые мастер-классы для детей – СПб.: Питер, 2020. – 96 с.;
3. Корфиати А. Школа шитья. Базовые техники: иллюстрированное пособие – М.: АСТ, 2022. – 144 с.;
4. Корфиати А. Школа шитья. Декор и отделка изделий – М.: АСТ, 2023. – 128 с.;
5. Мудрагель Л. Кройка и шитьё от А до Я. Одежда для детей и подростков – М.: Эксмо, 2023. – 192 с.;
6. Петрова О. В. Детское рукоделие: развиваем творческие способности: сборник мастер-классов – М.: Эксмо, 2021. – 144 с..

Приложение

Тестовые задания по программе «Шьём как взрослые»

Тесты по каждому тематическому блоку.

Формат: 1 вопрос – 4 варианта ответа.

Уровень сложности: адаптирован для детей 9–12 лет.

Формат проведения: тесты можно использовать как устный опрос или письменную работу.

Оценивание:

9–10 правильных ответов «Отлично» (высокий уровень)

7–8 правильных ответов «Хорошо» (базовый уровень)

5–6 правильных ответов «Удовлетворительно» (требует повторения темы)

Менее 5 → индивидуальная консультация + повторный инструктаж

Результаты тестов учитываются при текущем контроле.

Тема 1. Вводный блок

1. Что необходимо сделать перед первым занятием в швейной мастерской?

А) Начать кроить ткань

Б) Пройти инструктаж по технике безопасности

В) Выбрать музыку для работы

Г) Позвать родителей

2. Как правильно передавать портновские ножницы?

А) За лезвия

Б) Бросать на стол

В) Кольцами вперёд

Г) Держать за середину

3. Где должны храниться портновские булавки во время работы?

А) В игольнице или на магнитном держателе

Б) В кармане

В) На раскройном столе

Г) В коробке с нитками

4. Какая главная цель программы «Шьём как взрослые»?

А) Научиться быстро шить на скорость

Б) Изучить историю моды XX века

В) Развить творческое мышление, самостоятельность и практические навыки шитья

Г) Научиться работать только на оверлоке

5. Что запрещено делать при работе на швейной машине?

А) Смотреть на зону прокола иглы

Б) Менять длину стежка

В) Отвлекаться на разговоры и оставлять машину включённой без присмотра

Г) Использовать прижимную лапку

6. Почему волосы должны быть убраны, а украшения сняты перед работой?

А) Чтобы они не попали в движущиеся механизмы машины

Б) Для соблюдения дресс-кода

В) Чтобы не пачкались

Г) Для удобства фотографирования

7. Какой инструмент предназначен для распарывания швов?

А) Ножницы

Б) Распарыватель

В) Резец

Г) Сантиметровая лента

8. Как правильно организовать освещение рабочего места?

А) Свет должен падать справа

Б) Работать только при искусственном свете

В) Освещение не имеет значения

Г) Свет должен падать слева или спереди

9. Что делать при обнаружении неисправности швейной машины?

А) Попытаться починить самостоятельно

Б) Продолжить работу на пониженной скорости

В) Заменить машину без разрешения

Г) Немедленно сообщить педагогу

10. Какое положение тела считается правильным при работе за швейной машиной?

А) Спина прямая, ноги на полу или подставке, локти на уровне стола

Б) Сидеть на краю стула, ноги поджаты

В) Наклоняться близко к игле

Г) Работать стоя

Тема 2. «Тканевая азбука»: материалы и технологии

1. Как называется нить, идущая параллельно кромке ткани?

А) Поперечная

Б) Долевая

В) Косая

Г) Уточная

2. Для чего проводится декатировка ткани?

А) Для окрашивания

Б) Для удаления загрязнений

В) Для предварительной усадки и проверки реакции на влагу и тепло

Г) Для придания блеска

3. Какой инструмент используют для временной разметки на ткани?

А) Портновский мел или мыло

Б) Фломастер

В) Ручка

Г) Маркер для досок

4. Что означает аббревиатура ВТО?

А) Важная техническая операция

Б) Влажно-тепловая обработка

В) Высокая температура отпаривания

Г) Внешняя отделка

5. Как называется приём, при котором припуски шва раскладывают в разные стороны и приутюживают?

А) Разутюживание

Б) Заутюживание

В) Отпаривание

Г) Декатировка

6. Какой температурный режим утюга выбирают для обработки хлопчатобумажных тканей?

А) «Шёлк» (низкий)

Б) «Шерсть» (средний)

В) «Хлопок/Лён» (высокий)

Г) «Синтетика» (очень низкий)

7. Как определить лицевую сторону ткани с печатным рисунком?

А) Рисунок ярче и чётче, изнанка бледнее

Б) Лицевая сторона всегда матовая

В) По направлению долевой нити

Г) По толщине ткани

8. Почему нельзя оставлять включённый утюг на ткани без присмотра?

А) Ткань может сесть

Б) Возможен пожар или повреждение ткани

В) Утюг быстро остынет

Г) Это неэкономично

9. Как называется наука, изучающая свойства, состав и строение тканей?

А) Конструирование

Б) Колористика

В) Материаловедение

Г) Технологии
10. Что такое кромка ткани?
А) Место сгиба ткани при хранении
Б) Неосыпающийся заводской край, идущий вдоль долевой нити
В) Линия отреза
Г) Декоративный край

Тема 3. Понятие о швейной машине. ТБ. Инструменты

1. Из каких нитей образуется обычная машинная строчка?

А) Только из верхней

Б) Из верхней и нижней (челночной)

В) Из трёх нитей

Г) Из специальной армированной

2. Какая деталь швейной машины прижимает ткань к игольной пластине во время шитья?

А) Игловодитель

Б) Регулятор натяжения

В) Прижимная лапка

Г) Маховое колесо

3. Для чего предназначен регулятор длины стежка?

А) Для регулировки расстояния между проколами иглы

Б) Для изменения ширины зигзага

В) Для смены иглы

Г) Для включения машины

4. Как называется приспособление для намотки нити на шпульку?

А) Моталка (намотчик)

Б) Нитковдеватель

В) Лапка для молнии

Г) Челнок

5. Что такое «закрепка» в машинной строчке?

А) Декоративный узор

Б) Место соединения двух деталей

В) Несколько стежков на месте для закрепления начала и конца шва

Г) Вид лапки

6. Какой номер машинной иглы обычно выбирают для плотных тканей (например, джинсы)?

А) №60–70

Б) №80

В) №110–120

Г) №90–100

7. Что необходимо сделать перед началом пошива основного изделия?

А) Сразу начать шить быстро

Б) Выполнить пробную строчку на лоскуте той же ткани

В) Смазать машину маслом

Г) Заменить нитки на более тонкие

8. Как правильно заправить нижнюю нить?

А) Намотать на шпульку, вставить в челночное устройство, вывести нить наверх и проверить натяжение

Б) Просто вставить шпульку в челнок

В) Продеть через иглу

Г) Намотать на маховое колесо

9. Что такое «Карточка швов»?

А) Инструкция по технике безопасности

Б) Образец с выполненными видами строчек для проверки настройки машины и навыков

В) Выкройка изделия

Г) Список необходимых инструментов

10. Какой механизм отвечает за образование петли нижней нити и переплетение её с верхней?

А) Игловодитель

Б) Регулятор прижима лапки

В) Челночное устройство

Г) Педаль

Тема 4. «Джинсовая мастерская»

1. Какая главная особенность джинсовой ткани влияет на выбор иглы и ниток?

А) Высокая эластичность

Б) Плотность и прочность переплетения

В) Прозрачность

Г) Скользкая поверхность

2. Какой приём помогает машине плавно пройти утолщённый шов?

А) Увеличить скорость шитья

Б) Подложить под заднюю часть лапки кусочек ткани или картон той же толщины

В) Снять прижимную лапку

Г) Шить только вручную

3. Что такое апсайклинг в швейном деле?

А) Покупка новых тканей

Б) Стирка джинсовой ткани

В) Создание новых изделий из старых вещей или обрезков с повышением их ценности

Г) Утилизация текстильных отходов

4. Какой шов чаще всего используют для обработки открытых срезов джинсовой ткани в домашних условиях?

А) Потайной

Б) Ручной шов «вперёд иголку»

В) Клеевая лента

Г) Зигзаг или оверлок

5. Почему в джинсовых изделиях важно делать надёжные закрепки в начале и конце швов?

А) Для красоты

Б) Чтобы нитки не линяли

В) Джинса подвергается высоким нагрузкам, швы должны быть максимально прочными

Г) Это требование ГОСТа

6. Какой элемент конструктивно отличает органайзер от простой косметички?

А) Наличие молнии

Б) Использование только джинсовой ткани

В) Отсутствие дна

Г) Наличие внутренних карманов и отсеков для организации пространства

7. Какая нить лучше всего подходит для отделочной отстрочки джинсовых изделий?

А) Армированная полиэстеровая повышенной прочности

Б) Тонкая хлопковая

В) Шёлковая

Г) Мулине

8. Что такое технический эскиз изделия?

А) Художественный рисунок в цвете

Б) Чертёж изделия с указанием конструктивных линий, швов и деталей без художественных излишеств

В) Фотография готовой вещи

Г) Выкройка в натуральную величину

9. Зачем проводят финальную ВТО готового джинсового изделия?

А) Чтобы ткань стала тоньше

Б) Для удаления мела

В) Для фиксации швов, придания формы и товарного вида

Г) Чтобы изделие село по фигуре

10. Какой тип лапки рекомендуется использовать при работе с джинсовой тканью?

А) Лапка для вышивки

Б) Лапка для потайной подшивки

В) Универсальная или специальная лапка для джинсы/плотных тканей

Г) Лапка для штопки

Тема 5. Шоппер своими руками

1. Что такое припуск на шов?

А) Лишняя ткань, которую нужно отрезать

Б) Декоративная оборка

В) Дополнительная ткань за пределами линии шва, необходимая для соединения деталей

Г) Место для нанесения разметки

2. Почему важно раскладывать выкройку шоппера строго по направлению долевой нити?

А) Для экономии ткани

Б) Чтобы изделие не перекашивалось при носке и стирке

В) Чтобы рисунок совпал

Г) Это не имеет значения

3. Какой стандартный припуск обычно оставляют на основные конструктивные швы шоппера?

А) 1–1,5 см

Б) 0,5 см

В) 3–4 см

Г) 5 см

4. Для чего нужны ручки шоппера и как их обычно делают прочнее?

А) Для декора; обшивают кружевом

Б) Для переноски; используют прокладку, отстрочку или несколько слоёв ткани

В) Для регулировки размера; делают на резинке

Г) Для вентиляции; делают из сетки

5. Что такое подгибка края в технологии пошива?

А) Отрезание лишней ткани

Б) Наклеивание флизелина

В) Подворачивание среза ткани внутрь и подшивание его для аккуратной обработки

Г) Нанесение принта

6. Какой инструмент помогает точно перенести контуры выкройки на ткань?

А) Ножницы

Б) Утюг

В) Линейка

Г) Портновский мел, маркер или копировальное колёсико

7. Почему шоппер считается экологичным изделием?

А) Он яркий

Б) Он многоразовый и заменяет одноразовые полиэтиленовые пакеты

В) Он сделан из синтетики

Г) Он лёгкий

8. Что проверяют после финальной ВТО и перед сдачей готового шоппера?

А) Только цвет ткани

Б) Вес изделия

В) Ровность швов, симметрию, качество строчек, отсутствие перекосов и торчащих ниток

Г) Звук при сминании

9. Что такое «раскладка выкройки»?

А) Сшивание деталей

Б) Расположение бумажных лекал на ткани с учётом долевой, рисунка и экономии материала

В) Глажка ткани

Г) Перенос выкройки на кальку

10. Какой шов чаще всего используется для соединения основных деталей шоппера?

А) Потайной

Б) Обмёточный

В) Стачной (вразутюжку или взаутюжку)

Г) Ручной петельный

Тема 6. Аксессуары для волос: от идеи до коллекции

1. Что такое скранч?

А) Твёрдый ободок

Б) Мягкая резинка для волос, обтянутая тканью

В) Заколка-автомат

Г) Декоративная лента

2. Какое главное требование к фурнитуре и декору для детских аксессуаров для волос?

А) Яркость цвета

Б) Низкая стоимость

В) Безопасность: отсутствие острых краёв, надёжное крепление, гипоаллергенность

Г) Блестящая поверхность

3. Что такое «единство стиля» в коллекции аксессуаров?

А) Использование общей цветовой гаммы, материалов или декоративных элементов во всех работах

Б) Все изделия одного размера

В) Пошив только из одной ткани

Г) Одинаковая форма всех аксессуаров

4. Для чего создаётся мудборд перед пошивом?

А) Для отчёта перед родителями

Б) Для визуализации идеи, подбора сочетаний цветов, фактур и вдохновения

В) Для расчёта себестоимости

Г) Для хранения выкроек

5. Какой элемент часто добавляют на внутреннюю сторону пластикового ободка для удобства ношения?

А) Клей

Б) Металлические шипы

В) Резиновые зубчики или мягкую подкладку

Г) Нитки

6. Как правильно крепить декор (стразы, бусины, цветы) на аксессуары для волос?

А) На двусторонний скотч

Б) Прикалывать булавками

В) Оставлять свободными

Г) Прочно пришивать частыми стежками или использовать специальный текстильный клей, без выступающих острых частей

7. Какая информация обязательно указывается на авторской этикетке handmade-изделия?

А) Название коллекции, состав ткани, рекомендации по уходу, имя автора

Б) Цена и скидка

В) Инструкция по стирке джинсов

Г) Рекламный слоган

8. Что такое «защита эскиза» в рамках проектного метода?

А) Ламинирование рисунка

Б) Презентация идеи коллекции, обоснование выбора материалов и получение обратной связи

В) Сдача выкроек в архив

Г) Фотосъёмка в студии

9. Какой приём помогает создать пышный, объёмный бант из ткани?

А) Простое складывание пополам

Б) Намокание ткани

В) Растягивание в разные стороны

Г) Сборка ткани на нить, использование прокладки или наложение нескольких ярусов

10. Зачем проводится подгонка размера резинки или ободка перед финальной сборкой?

А) Для красоты

Б) Чтобы ткань не линяла

В) Для комфортной и безопасной посадки на голову

Г) Для экономии ниток

Тема 7. Подушка-игрушка

1. Какой современный наполнитель чаще всего используют для подушек-игрушек благодаря лёгкости и гипоаллергенности?

А) Вата

Б) Холлофайбер или синтепух

В) Пух птицы

Г) Поролон

2. Почему при стачивании деталей мягкой игрушки обязательно оставляют незашитое отверстие?

А) Для экономии ниток

Б) Чтобы игрушка «дышала»

В) Для выворачивания изделия на лицевую сторону и последующей набивки

Г) Для вшивания молнии

3. Что такое «утяжка» в оформлении мягкой игрушки?

А) Стягивание ткани прочной нитью для придания формы (мордочке, лапам, ушам)

Б) Взвешивание изделия

В) Утяжеление дна

Г) Сшивание двух слоёв

4. Какое правило безопасности важно при оформлении мордочки игрушки для детей до 3 лет?

А) Использовать только вышитые элементы или безопасные пластиковые глаза на шайбах, без мелких пришивных деталей

Б) Рисовать лицо маркером

В) Использовать стеклянные глаза

Г) Оставлять мордочку пустой

5. Что такое лоскутное шитьё (пэчворк)?

А) Пошив из одного цельного куска ткани

Б) Техника соединения разноцветных лоскутов ткани в единое полотно или узор

В) Аппликация из бумаги

Г) Вышивка крестиком

6. Зачем делают надсечки (высечки) на припусках швов вогнутых и выпуклых участков выкройки?

А) Для красоты

Б) Чтобы ткань не стягивалась и изделие ложилось ровно без складок при выворачивании

В) Для уменьшения веса

Г) Чтобы было легче шить

7. Какой шов используется для аккуратного потайного зашивания отверстия набивки в готовой игрушке?

А) Ручной потайной шов

Б) Машинный прямой

В) Зигзаг

Г) Шов «через край»

8. Как правильно распределить наполнитель при набивке игрушки?

А) Плотно в центр, оставив края пустыми

Б) Только в голову

В) Равномерно, постепенно добавляя небольшими порциями и формуя детали руками

Г) Спрессовать в один ком

9. Что такое технический рисунок подушки-игрушки?

А) Цветная картина

Б) Схема изделия с указанием линий швов, мест крепления деталей, направления долевой и конструктивных особенностей

В) Фотография с выставки

Г) Выкройка без припусков

10. Зачем перед набивкой необходимо тщательно вывернуть игрушку и расправить все швы?

А) Чтобы проверить качество ткани

Б) Для аккуратного внешнего вида, расправления углов и равномерной укладки наполнителя

В) Чтобы удалить мел

Г) Для усадки ткани

Сводная таблица ответов на тесты

№ вопроса →	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**
Тема 1. Вводный блок	Б	В	А	В	В	А	Б	Г	Г	А
Тема 2. Тканевая азбука	Б	В	А	Б	А	В	А	Б	В	Б
Тема 3. Швейная машина	Б	В	А	А	В	Г	Б	А	Б	В
Тема 4. Джинсовая мастерская	Б	Б	В	Г	В	Г	А	Б	В	В
Тема 5. Шоппер своими руками	В	Б	А	Б	В	Г	Б	В	Б	В
Тема 6. Аксессуары для волос	Б	В	А	Б	В	Г	А	Б	Г	В
Тема 7. Подушка-игрушка	Б	В	А	А	Б	Б	А	В	Б	Б