

Отдел образования Сосновоборского района Пензенской области
муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования Центр детского творчества
Сосновоборского района Пензенской области

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
МБУ ДО ЦДТ
Сосновоборского района
Протокол № 1 от 20.08.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО ЦДТ
Сосновоборского района
С.В. Федорова
Приказ № 29 от 20.08.2025 г.

СОГЛАСОВАНА

Советом МБУ ДО ЦДТ
Сосновоборского района
Протокол № 7 от 20.08.2025 г.

**Рабочая дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Фэлтинг»**

Возраст учащихся: 7-10 лет
Срок реализации: 1 год
2й год обучения
Уровень реализации: базовый.

Автор-составитель:
Крылова Анна Александровна,
педагог дополнительного образования

р.п. Сосновоборск,
2025 г

2. Пояснительная записка.

Рабочая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ФЕЛТИНГ» по своему содержанию является программой художественной направленности, по уровню освоения - базовой, по форме организации – очной.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно - правовыми документами:

- Федерального Закона РФ от 29.12.2012г. №273 «Об образовании в РФ» (со всеми изменениями и дополнениями);
- Федеральный закон 304-ФЗ, принятый 8 августа 2024 года, запрещает продажу несовершеннолетним безалкогольных тонизирующих напитков, включая энергетические, с 1 марта 2025 года;
- Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 “Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей”;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20» «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжения Правительства РФ от 29 мая 2015 года «996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден протоколом заседания комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. №3);
- Письма Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Указа Президента РФ от 07.05.2024 N 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Устава и локальных актов МБУ ДО ЦДТ Сосновоборского района.

По авторскому вкладу дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ФЕЛТИНГ» является модифицированной. В основу взята программа Лизуновой С.В. «Чудеса из шерсти» г. Домашка ГБОУ ДШИ Самарской области.

Валяние – техника непростая и довольно трудоемкая, постигая ее сложности учащиеся не только учатся приемам работы, но и учатся правильному отношению к труду: начинают ценить ручную работу, ценить свое время, уважать чужой труд, понимать важность такого творчества

Осваивая техники валяния, создавая объемные фигуры, обучающиеся знакомятся с основными канонами декоративно-прикладного творчества, а также с композицией, колористикой, перспективой и так далее. При этом развиваются творческие способности, эстетический вкус, навыки самостоятельной и коллективной работы.

На занятиях используется техника сухого и мокрого валяния и многие обучающиеся сталкиваются с этим впервые в жизни.

Внедрение разных форм творческой деятельности в курсе программы способствуют развитию художественно-образного мышления обучающихся, ассоциативно-образного, пространственного мышления, творческой интуиции, эстетического восприятия

В рамках данной программы предоставляется широкая возможность каждому реализовать себя как автору идеи, как художнику, как ремесленнику, творцу, дизайнеру. Это является сильной мотивацией данного вида деятельности.

Актуальность программы

Социокультурные процессы, происходящие в современном обществе, требуют переосмысления духовно-ценностных ориентаций личности обучающихся, положенных в основу дополнительного образования.

Особое значение приобретает формирование творческого отношения к действительности, креативных форм мышления, эмоционально-образной и познавательной активности личности ребенка.

Данный вид творческой деятельности позволяет формировать у обучающихся потребность самовыражения, саморазвития, самосовершенствования через творчество и способствует профессиональной ориентации, следовательно, поможет облегчить школьнику интеграцию в систему мировой и отечественной культуры; последующее его самоопределение во взрослой жизни.

Отличительной особенностью программы является ее тесная связь с традициями народного творчества и возможность добиваться интереснейших результатов самостоятельной творческой деятельности. Уникальным является и сам материал, с которым приходится работать. Программа интегрируется с изучением истории, географии, биологии, изобразительного искусства с трудовым воспитанием и затрагивает наиболее эмоциональные сферы ребенка.

Значительное количество тем можно рассматривать с позиции культурологического аспекта, в частности, это касается разделов программы, направленных на изучение истории наиболее известных технологий работы с войлоком и шерстью, в частности сухого и мокрого валяния.

Новизна программы заключается в комплексном и интегрированном подходе, который предполагает объединение в едином творческом процессе различных техник валяния, знакомство со свойствами исходного материала и освоения способов и средств изобразительного и декоративно-прикладного искусства.

Приобретенные в процессе занятий знания и умения расширят кругозор, закрепят на практике теоретическую информацию, помогут в профессиональной ориентации.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что подходит для учащихся разных возрастов и не требует специальной подготовки. На занятиях предусматривается деятельность, создающая условия для творческого развития учащихся на различных возрастных этапах и по мере достижения определённых результатов в соревновательной деятельности повышается самооценка.

Цель программы: формирование эстетического восприятия окружающего мира через освоение технологии валяния из непряженой шерсти.

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить с историей шерстяного текстиля, традициями и технологическими приёмами его изготовления;
- обучить основным законам художественного творчества, используемым для создания валяных изделий;
- обучить методам стилизации и обобщения при передаче в фелтинге объектов живой природы.

Развивающие:

- развить художественный вкус;
- совершенствовать внимание, усидчивость, наблюдательность, трудолюбие;
- обогатить внутренний мир обучающихся через знакомство с культурным наследием различных народов и последними достижениями современных художников и дизайнеров.

Воспитательные:

- воспитывать бережное отношение к природе;
- совершенствовать целеустремленность, аккуратность и трудолюбие;
- воспитать умения разумно организовывать свой досуг.

Психологическая поддержка программы. Программа составлена с учётом психофизических и возрастных особенностей учащихся.

Возрастной диапазон 7-8 лет. Учащиеся этого возраста обладают повышенной самостоятельностью, чувством ответственности за свои поступки, расширением интересов, появлением планов на будущее.

Возрастной диапазон 9-10 лет. Учащиеся этого возраста обладают психологической гибкостью, проявляют готовность к переменам и сотрудничеству, ориентированы на самостоятельную творческую деятельность.

Возраст учащихся – 7 –10 лет.

Объём и сроки реализации образовательной программы:

2 год обучения -144ч.

Форма реализации образовательной программы

- очная

Режим занятий:

Режим занятий 2 раза в неделю по 2 часа с перерывом для подвижной деятельности. Академический час равен 45 минутам. Между занятиями - перерыв по 10 минут. Группы численностью 15 человек.

Набор в группу осуществляется при желании учащегося путем собеседования с ним и его родителями (законными представителями), на основании письменного заявления одного из родителей (законных представителей).

Уровни освоения программы:

- Базовый

Особенности содержания и форм обучения на каждом уровне:

Базовый уровень

На данном уровне закрепляются умения и навыки валяния, больше внимания уделяется практической деятельности, знанию различных способов валяния, построению композиций.

Ожидаемые результаты.

После второго года обучения

Учащиеся знают:

- основные приёмы декорирования готового изделия;
- материалы, применяемые для декорирования;

Учащиеся умеют:

- планировать работу, понятно рассказывать об основных этапах воплощения замысла;
- самостоятельно изготовить авторское изделие;
- декорировать готовое изделие;

-самостоятельно подбирать цветовую палитру, а также украшать изделие декором из бусин, бисера, шнура и лент.

Освоение метапредметных знаний и умений

По окончании обучения учащиеся проявляют:

Знания, умения, навыки:- достижение знаний, умений и навыков по программе уровня компетентности;

- способность к самообразованию;
- умение применять знания в нестандартных ситуациях.

Интеллектуальная деятельность:

- способность к анализу;
- способность к обобщению;
- интерес к новым знаниям;
- способность использовать знания на практике;
- рациональная организация труда, самообразование;
- расширение общего кругозора.

Креативность:

- способность к саморазвитию;
- способность мыслить нестандартно;
- внутренняя свобода в принятии творческих решений;
- авторская позиция в деятельности ;
- потребность в постоянном творческом поиске;
- эмоциональная сопричастность с окружающим миром;

Культура личности, жизненные и нравственные позиции:

- гуманистическое мировоззрение;
- культура самоопределения личности, стремление к самосовершенствованию;
- коммуникабельность, культура общения в обществе и семье;
- способность к формированию целей и поиску смыслов жизнедеятельности;
- позитивное отношение к общечеловеческим ценностям и наивысшим ценностям жизни;

Здоровье:

- здоровье физическое и психологическое;
- ведение здорового образа жизни.

Оценкой творческой деятельности учащихся можно считать следующие критерии:

- проявление интереса учащихся к валянию, изготовлению небольших картин из шерсти;
- умение пользоваться полученными знаниями в процессе выполнения творческих замыслов;
- стремление учащихся к самостоятельному, более глубокому изучению учебного материала;
- стремление к сотрудничеству со сверстниками и взрослыми;
- готовность к самообразованию.

Формой контроля реализации рабочей дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Фелтинг» является периодическая организация выставок в социальных сетях, участие в конкурсах, смотрах - ярмарках, что дает возможность увидеть и оценить результат своей работы, почувствовать уверенность в своих силах, ощутить радость успеха.

Обоснованность актуальности программы в рамках данной направленности обусловлена тем, что реалии жизни требуют умений и навыков в создании и совершенствовании различных техник и навыков при работе с шерстью и пряжей, созданию собственного стиля, самореализации учащихся в социуме. Помогает им сформироваться творческими и самобытными личностями, умеющими реализовать свой талант и монетизировать свои изделия на рынке онлайн и офлайн.

Обоснованность новизны данной программы строится на приоритетности воспитательной работы, направленной на воспитание самодостаточной личности, способной к самостоятельному анализу своих способностей в данной области творчества, и умение применить полученные знания в жизни. Также занятие валяние из шерсти способствует формированию таких мыслительных операций, как анализ, синтез, сравнение, обобщение.

Обоснованность цели, задач, сроков и этапов реализации программы «Фелтинг» соотнесена с планируемыми результатами, задачи сформулированы с учётом цели рабочей дополнительной общеобразовательной, общеразвивающей программы «Фелтинг», а цель конкретизирована через задачи. Знания и умения, которые приобретают учащиеся в процессе занятий, будут сформулированы и развиты у учащихся в результате освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Фелтинг».

Учебный план

№	Разделы	Количество часов
---	---------	------------------

		Стартовый	Базовый
1	Валяние как искусство.	-	144

2 модуль «Валяние как искусство»

Цель: развитие творческих способностей, совершенствование навыков валяния.

Задачи: научить основным правилам декорирования, воспитывать чувство прекрасного, аккуратность и умение доводить начатое до конца.

2 модуль разделён на 3 усложненных раздела: «Валяние плоских изделий», «Валяние объемных и полу объемных изделий в различных техниках», «Творческая работа»

Учебно-тематический план

2 модуль «Валяние как искусство»

№	Название раздела и темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
	Вводное занятие. ТБ.	2		2	Опрос.
1	Раздел 1. Валяние плоских изделий.	10	32	42	
1.1	<i>Мокрое валяние.</i>	4	12	16	Опрос. Мини-выставка.
1.2	<i>Сухое валяние</i>	2	6	8	Мини-выставка.
1.3	<i>Смешанная техника валяния</i>	2	8	10	Опрос. Обсуждение.

1.4	<i>Шерстяная акварель.</i>	2	6	8	Выставка.
2	Раздел 2. Валяние объемных и полу объемных изделий в различных техниках.	8	42	50	
2.1	<i>Сухое валяние.</i>	4	20	24	Мини-выставка. Конкурсработ.
2.2	<i>Мокрое валяние.</i>	2	10	12	Мини-выставка. Обсуждение.
2.3	<i>Смешанная техника.</i>	2	12	14	Мини-выставка. Обсуждение.
3	Раздел 3. Творческая работа.	6	42	48	Творческая работа.
4	Подведение итогов. Презентация работ.	2		2	Выставка. Презентация. Зачет.
	Итого	28	116	144	

Содержание 2 модуля обучения

«Валяние как искусство»

Организационное занятие

Вводное занятие.

Теория: История валяния. Инструктаж по технике безопасности.

Контроль: Тест: «Закрепление знаний о валянии»

1.Раздел 1. Валяние плоских изделий.

1.1.Мокрое валяние.

Теория: Цветоведение. Понятия «теплые» и «холодные» цвета, тон, полутон, оттенок цвета.

Практика: 1)Создание цветового круга по временам года, по оттенкам.

2)Гармоничный подбор цветовых сочетаний.

3) Создание цветка Анютины глазки с отдельными лепестками.

4) Декорирование цветочных горшков. Сборка деталей, работа по образцу.

5) Цветочная композиция. Создание цветочной композиции в соответствии с замыслом.

Контроль. Опрос. Мини-выставка.

1.2.Сухоеваляние

Теория: Особенности создания круглой формы из комка шерсти.Плоская игрушка «Матрешка».

Практика: 1)Изготовление трафарета. Создание эскиза.

2)Изготовление матрешки по собственному эскизу.

Контроль: Мини-выставка.

1.3.Смешанная техника.

*Теория:*Виды шерсти. Технология валяния войлочного диска.

Практика: 1).Валяние диска. Изделия на основе диска (воротник).

2)Валяние плоского изделия «Символ года».

3) Валяние по шаблону–валенки.

Контроль. Опрос. Обсуждение.

1.4.Шерстяная акварель.

Теория: «Мороз рисует на стекле», «Зимующие птицы». Новогодние и рождественские символы.

Практика: 1) Создание новогодней композиции в технике шерстяная акварель.

2) Прорисовка.

Контроль: Выставка.

Раздел 2. Валяние объемных и полу объемных изделий различными техниками.

2.1. Сухое валяние.

Теория: 1) Смешарики. Мультгерои. Особенности создания объемной формы из комка шерсти.

2) Несуществующее животное.

3) Просмотр рисунков, иллюстрации.

Практика: 1) Создание мультперсонажа по эскизу.

2) Детализация и декорирование цветной шерстью с помощью тонкой иглы.

3) Придание необходимой плотности путем уваливания грубой иглой.

4) Использование «обратной» иглы.

5) Самостоятельная творческая работа.

Контроль: Мини-выставка. Конкурс работ.

2.2. Мокрое валяние. Бусина миллефиори.

Теория: Что такое бусина «Миллефиори».

Практика: 1) Технология изготовления «бусины миллефиори». 2) Разработка и создание украшения из «бусин миллефиори». 3) Изготовление технологической карты.

Контроль: Мини-выставка. Обсуждение.

2.3. Смешанная техника. Брошь.

Теория: Понятие брошь.

Практика: Создание эскиза броши. Валяние шариков, жгутиков. Соединение элементов. Нанесение рисунка иглой.

Контроль: Мини-выставка. Обсуждение.

Раздел 3. Творческая работа.

Теория: Поиск идей. Просмотр работ мастериц.

Практика: 1) Выбор темы и обоснование.

2) Подбор материалов.

3) Эскизы.

4) Изготовление основы.

5) Изготовление изделий по собственному замыслу.

6) Проработка деталей.

7) Окончательное оформление.

8) Изготовление технологической карты.

Контроль: Творческая работа.

Промежуточная аттестация. Презентация работ

Практика: Презентация изделий, изготовленных по собственному замыслу для промежуточной аттестации.

Контроль: Выставка. Презентация. Зачет.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2 год обучения	01.09.2025 г.	31.05.2026 г.	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

Планируемые результаты.

В процессе обучения дети узнают историю ремесла, познакомятся с материалом и его свойствами, освоят сухую и мокрую технику валяния. Выполняя в данной технике простые формы, обучающиеся приобретут навыки изготовления объемных фигур, украшений из шерсти, используя цветосмешение. Обучающиеся научатся правильно использовать оборудование и материалы, ставить перед собой задачи и творчески подходить к их решению.

Итогом реализации программы по валянию станет расширение кругозора детей, знакомство с другими видами волокон, используемых для валяния, их происхождением и историей их распространения, воспитание ребят в трепетном отношении к уникальному миру окружающей нас природы и к уважительному отношению ко всем проявлениям декоративно-прикладного творчества разных культур и народов.

Обучающиеся, освоившие программу «Фелтинг», будут знать правила техники безопасности, тонкости работы с колющими, горячими и режущими инструментами, технологические особенности работы с шерстью и войлоком. Освоят технологию сухого и мокрого валяния и овладеют навыками создания различных изделий в технике «Фелтинг». Обучающиеся научатся понимать композиционные приемы из истории декоративно-прикладного искусства, связанные с валянием (валяного текстиля разных областей и регионов России, а также зарубежные исторические аналоги).

Усвоят основы технологии, порядок и последовательность исполнения, изучат понятие ритма в декоративно-прикладном искусстве, колорита, цветовой гармонии.

По окончании курса занятий будут:

- знать историю происхождения ремесла, виды материалов и их свойства, все способы получения войлока, правила и законы художественного выражения, правила безопасного пользования инструментов и оборудования, значение и ценность для человека природы и культуры;

- уметь работать с шерстью и другими натуральными волокнами в технике сухого валяния, валяния по-мокрому, уметь смешивать эти техники, валять по ткани, получать плоские и объемные работы, уметь ставить перед собой задачу и достигать цели, уметь использовать язык художественного выражения, уметь самостоятельно оценивать свою работу, находить и исправлять недоработки.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: текущий, тематический и итоговый контроль

Текущий контроль - контроль показателей развития личности ребёнка в процессе освоения им дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Формы – наблюдение, смотр ЗУН, полученных на занятиях, опрос.

Тематический контроль - уровень достижения результатов освоения учебных тем, предусмотренных образовательной программой.

Формы - мини - выставки, конкурсы, демонстрация работы готовых моделей.

Итоговый контроль - представляет собой оценку качества усвоения учащимися содержания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы за весь период обучения и проводится по окончании срока обучения.

Форма итоговой аттестации: выставки, конкурсы.

Методическое обеспечение программы

В процессе работы по данной программе используются :

- литература из прилагаемого к программе списка.

Формы организации занятий в объединении соответствуют возрасту занимающихся в объединении учащихся.

Условия реализации программы.

Для успешного обучения необходим отдельный кабинет, инструменты: - неокрашенная непряденая шерсть (сливер)

- цветная шерсть,

- иглы для фильцевания (тонкие, средние, грубые),

- паролоновая губка толщиной не менее 10 см,

- емкость для воды, мыло,

-махровое полотенце,

-пупырчатый целлофан, сетка.

Дополнительные инструменты и материалы: острые ножницы, набор игл, швейные и вышивальные нитки - для соединения деталей и отделки; а также различные вещицы для украшения и декорирования изделий.

Список литературы для педагога

Список литературы для педагога

1. Бублик В., Красникова Г., Мамонова М. Все о войлоке и фильцевании. – М.: Агентство Дистрибьютор Прессы, 2007. - 18с.
2. Зайцева А. А. Войлок и фетр: большая иллюстрированная энциклопедия. – М.: Эксмо, 2011. - 208 с.
3. Зайцева А. «Картины из войлока и фетра» М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2011 г.
4. Карейд Э. Картины из шерсти./Пер. с англ. Л. П. Яркина - М.: Ниола-Пресс, 2006. - 128 с.
5. Май Мэки «Картины из шерсти и войлока», 2012 г.
6. Мюллер Адельхайд. Войлочные игрушки. Чудесные идеи объемного валяния шерсти. - М.: «Дизайн и мода», 2001
7. Преемственные образовательные программы. // От интереса к мастерству. - №2, 2000. - стр. 31
8. Семпелс Е. Б. Энциклопедия войлока. Возвращение мастерства. - М.: «Мода и рукоделие», 2000. - 79 с.
9. Фельт. Фильцнадель. Валяние. - М.:ООО «Дизайн Кора», 2006. - 24 с.
10. Шинковская К. Художественный войлок. М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА 2011г.
11. Ширли Э. Фелтинг: стильные поделки и аксессуары из непряденой шерсти. - М.: «Дизайн и мода», 2000

Список литературы для учащихся:

1. Аксенова А. А. Войлок: лучшие поделки, игрушки, аксессуары. – Минск: Харвест, 2011. – 255с.
2. Бойко Е.А. Изделия из войлока. – М.: АСТ: Астрель, 2011. - 112с.
3. Жаннетт Кнаке. Дизайн и мода. Шерсть и войлок: практическое руководство". – М.: Ниола-Пресс, 2007. - 48 с.
4. Кокарева И. А. Живописный войлок : [техника, приемы, изделия : энциклопедия]. – М: АСТ-Пресс, 2011. – 119 с.
5. Курчак Е. Фильц. Валяные фигурки животных. – М.: Эксмо, 2012. – 64с.:ил. – (Азбука рукоделия)
6. Лаптева Т. Е. Необыкновенные украшения из бусин, фетра, пуговиц, ракушек. – Москва : Эксмо, 2011. – 80 с.
7. Маракулина Я.Я. Детям об искусстве. Декоративно – прикладное искусство.- М.: Искусство 21 век.- 2011
8. Преображенская В. Н. Фелтинг: удивительные поделки из сваленной шерсти. - М: Рипол-Классик, 2012.- 236 с.
9. Смирнова Е. Игрушки из шерсти. Шаг за шагом. – СПб.: Питер, 2013 – 128с.: ил.
10. Соколова О. Фелтинг. Экзотические поделки из шерсти. - М: Феникс, 2014. – 63 с.
11. Шинковская К. Войлок. Все способы валяния.-М.:АСТ-Пресс, 2008. – 96с.

Электронные образовательные ресурсы

1. Валяльщики всех стран, объединяйтесь (Электронный ресурс). – Режим доступа: <http://london-fleur.livejournal.com/10690.html>
2. Валяние войлока. Основы мокрого валяния для начинающих (Электронный ресурс). – Режим доступа: <http://inhandmade.ru/mokroe-valyanie/valyanie-vojloka-osnovy-valyaniya.html>
3. История валенок (Электронный ресурс). – Режим доступа: http://www.hnh.ru/handycraft/history_of_felt_boots
4. История валяния (Электронный ресурс). – Режим доступа: <http://www.livemaster.ru/topic/80353-istoriya-valyaniya?vr=1&inside=0>
5. История валяния войлока (Электронный ресурс). – Режим доступа: flickr.com/ingermaaike
6. Объёмные и плоские украшения в технике валяния из шерсти для начинающих рукодельниц (Электронный ресурс) – режим доступа: <http://homemyhome.ru/valyanie-iz-shersti-dlya-nachinayushhikh.html>
7. Сухое валяние для начинающих (Электронный ресурс) – Режим доступа: <http://strana-sovetov.com/hobbies/rukodelie/3169-felting.html>
8. Основные техники валяния из шерсти // Статья. — 2011. [Электронный ресурс]

Гимнастика для глаз

Отдых. Пальминг.

Сядьте прямо, расслабьтесь. Прикройте глаза таким образом: середина ладони правой руки должна находиться напротив правого глаза, то же самое с левой рукой. Ладони должны лежать мягко, не нужно с силой прижимать их к лицу. Пальцы рук могут перекрещиваться на лбу, могут располагаться рядом — как вам удобнее. Главное, чтобы не было «щелочек», пропускающих свет. Когда вы в этом удостоверились, опустите веки. В результате получается, что ваши глаза закрыты и, кроме того, прикрыты ладонями рук.

Теперь опустите локти на стол. Главное, чтобы шея и позвоночник находились почти на одной прямой линии. Проверьте, чтобы ваше тело не было напряжено, и руки, и спина, и шея должны быть расслаблены. Дыхание должно быть спокойным.

Теперь попытайтесь вспомнить что-нибудь, доставляющее вам удовольствие: как вы отдыхали на море, как вас все поздравляли с днем рождения, звездное небо... После выполнения упражнения (особенно если вы выполняли его довольно долго) постепенно приоткройте ладони, дайте закрытым глазам немного привыкнуть к свету, и лишь затем их открывайте.

Письмо носом

Это упражнение направлено как на то, чтобы расслабить мышцы ваших глаз, так и на то, чтобы расслабить вашу шею. Напряжение в этой области нарушает правильное питание глаз (иначе говоря, замедляется процесс кровоснабжения).

Расслабьтесь. Закройте глаза. Представьте, что кончик носа — это ручка, которой можно писать (или вообразите, что линию носа продолжает длинная указка-ручка, — все зависит от того, как вам удобнее, главное, чтобы вы и ваши глаза не напрягались). Теперь пишите (или рисуйте) в воздухе своей ручкой. Что именно, не важно. Напишите разные буквы, названия городов и стран, небольшое письмо любимому человеку. Нарисуйте домик с дымом из трубы (такой, как рисовали в детстве), просто кружочек или квадратик.

Словарь терминов по валянию из шерсти.

Аппрет - состав из крахмала, эфира, синтетических смол, жировых и других веществ, которым обрабатываются при отделке (аппретуре) такие текстильные материалы, как ткани и пряжа для придания им требуемых свойств: определённой эластичности или жёсткости. Ангора или мохер - (шерсть ангорской козы, с шелковистым блеском. Используется для декора и отделки изделий);

Банановые волокна - изготавливаются из мякоти дерева банана. Срезается ствол, очищается зелено-коричневая кора, мякоть высушивается, затем расщепляются волокна и завязываются в узелки. На ощупь банановые нити как шелк, мягкие, гладкие и с блестящим отливом. Отлично подходит для декорирования изделий в мокром валянии. Валяние - валка, процесс изготовления шерстяных изделий (войлока, валяной обуви, фетра, сукна) путём сцепления и переплетения между собой волокон шерсти.

Верблюжья - (расчесанная шерсть верблюда, используется для валяния игрушек и др. изделий без использования шерсти-основы);

Войлок - плотный материал из валяной шерсти. Изготавливается обычно в виде полотнищ, которые имеют различную толщину.

Выбеленка- (чес овечьей шерсти, вытянутая и выбеленная, используется в качестве светлого тона, и для домашнего окрашивания);

Гребенная лента, или топс- это расчесанная шерсть, в которой все волокна вытянуты в одном направлении и уложены в ленту. Бывает разных цветов.

Ламинирование - получение объёмных декоративных эффектов в нуновойлоке (натуральный каучук) - млечный сок каучуконосных растений. Основным источником натурального каучука - культивируется в тропических странах.

Латекс -войлоковалении используется для придания изделиям износостойкости долговечности.

Меринос - порода тонкорунных овец, наибольшее поголовье которых находится в Австралии. Мериносы отличаются от остальных пород овец высоким качеством, они состоят из тонких (15-25мк) мягких пуховых волокон.

Мокрое валяние шерсти - способ сваливания непряденой шерсти в войлочное полотно, с помощью воды, мыла (мыльный раствор) силы трения и температуры. Мокрое валяние незаменимо при создании шарфов, шапок, одежды, сумок, украшений.

Непсы - комочки шерсти. Шаровидные утолщения, придающие фасонной пряже характерный эффект шероховатости. В войлоковальнии используются для получения фактурной поверхности. Нуновойлок (нунофелтинг) — это одна из техник мокрого валяния, которая заключается в приваливании непряденой шерсти к ткани, чаще всего шелковой. На непряденую натуральную шерсть раскладывается шелк (или другая ткань), которая в процессе валяния приваливается и образует текстурную поверхность. Полученную ткань используют при изготовлении одежды, шарфов и аксессуаров.

Ость, остиной волос - грубые длинные волокна.

Очес - мелкие или крупные короткие волокна, оставшиеся после расчесывания шерсти в гребенную ленту. Используется как основа для изделий. Выпускается разных цветов.

Полутонкая шерсть - шерсть, состоящая из пуховых волокон или переходного ворса (средняя тонина 25-40мкм).

Префельт- лёгкое иглопробивное полотно из натуральной шерсти. Благодаря своей равномерности и тонкости, используется для изготовления валяной одежды и аксессуаров. Готовый префельт можно купить в магазине, он бывает разного размера, цвета и состава. Так же термин префельт в мокром валянии - это 2-3 слоя шерсти, свялянные до полуготовности.

Пробивная игла- это специальная металлическая игла, имеющая зазубрины, сделанные под небольшим наклоном. Когда игла проходит сквозь слой шерсти, она увлекает за собой попавшие в насечки волоски. Таким образом, при многократном протыкании комка шерсти волокна переплетаются нужным образом, и получается войлочное изделие. Иглы бывают разных форм и размеров.

Ровница - чистошерстяная нить слабого кручения. Используется как для вязания, так и для валяния.

Сальвитоза - текстильный клей, использующийся для придания изделиям жесткости и эластичности. Применяется для пропитки шляп, брошей и т. д. Растворяется в воде при температуре 25 °С, образуя вязкую массу. Смесь 1 ч.

л. сальвитозы с 250 мл воды оставляют на один-два часа, затем размешивают и процеживают.

Слапсы - шерстяные шарики, кусочки, отрезки. В войлоковальнии используются для получения фактурной поверхности. Отличное добавление к войлочным изделиям. Они придают текстуре необычность и красоту

Сливер- это расчесанная, светлая, но не отбеленная овечья шерсть, без остевых волосков. Прошла первичную очистку и может содержать мелкий сор. Используется как основа для валяния. Сухое валяние шерсти (фильцевание) - способ сваливания, в результате которого происходит уплотнение непряденой шерсти, с помощью специальных пробивных игл. Используется сухое валяние, в основном, для изготовления игрушек и техники аппликации.

Тонина - основной показатель качества шерсти. Тонину определяют по диаметру поперечного сечения шерстянки в микронах. В зависимости от тонины однородную шерсть делят на классы. От тонины шерсти зависит тонина пряжи и качество шерстяных тканей.

Тонкая шерсть - шерсть, которая состоит из пуховых волокон. Тонина этих волокон составляет 18-25мкм.

Топс- (пуховые волосы до 19 микрон в диаметре (тонине) используется для сухого и мокрого валяния, самая дорогая шерсть);

Фелтинг - (валяние шерсти, фильцевание, фильц, набивание) это особая техника рукоделия, в процессе которой из шерсти для валяния создается рисунок на ткани или войлоке, объемные игрушки, панно, декоративные элементы, предметы одежды или аксессуары.

Фетр - натуральный, синтетический или полусинтетический материал, полученный методом валяния, прессования, склеивания коротких (до 2.5 мм) натуральных или синтетических волокон. Выпускается в виде полотнищ.

Шибори - техника окрашивания ткани, путём резервирования поверхности механическим образом (закладывание складок, прошивание, завязывание узелков). В войлоковальнии - получение объёмных эффектов.

Приложение №3

Работа по сохранению и поддержанию здоровья: - Соблюдение гигиенических требований (проветривание перед началом занятий, соблюдение температурного режима); - Чередование учебной деятельности, проведение на каждом занятии динамических пауз, эмоциональных разрядок;

Приложение №4

- Проведение бесед о здоровом образе жизни с детьми (лектории); - Проведение в соответствии с планом воспитательной работы мероприятий, направленных на сохранение здоровья учащихся:

Техники безопасности: - «Инструктаж техники безопасности на занятии»; - «Правила поведения на осенних каникулах»; - «Правила поведения на зимних каникулах»; - «Техника безопасности ранней весной на улице»; - «Правила поведения на весенних каникулах»; - «Правила поведения на летних каникулах».

Лектории: - «О вреде сотовых телефонов»; - «О пользе и вреде утренней зарядки»; - «О вреде курения»; - «Профилактика употребления курительных (ароматических) смесей»; - «О вреде алкоголя»; - «О пользе сна»; - «О вреде телевизора»; - «О вреде наушников»; - «О вреде пива»; - «О вреде компьютерных игр».

Работа по развитию интересов, способностей и склонностей воспитанников. Мероприятия: - «Посвящение в первоклассники»; - «День осени»; - «Новогодняя ёлка»; - «Снежная скульптура» (конкурс); - «День защиты детей»; - Тематические выставки.

Приложение №5

Работа с родителями :

1. Индивидуальные беседы, консультации. Учет мнения родителей об образовательном процессе, помощь родителям и приобщение их к увлечению ребенка
2. Организации выставок работ воспитанников, показ работ для родителей
3. Отчеты о работе детского объединения
4. Анкетирование родителей
5. Выработка совместного подхода к воспитанию

Вот несколько советов, как ограничить вред компьютера для детей.

Совет 1. Для начала нужно ограничить время игры. Если Вашему ребенку 6-7 лет продолжительность игры должна составлять всего 10 минут. Для 8-11

лет – 15-20 минут, и для более старших – полчаса. Таковы минимальные санитарные нормы. Постарайтесь объяснить ребенку, что в игре главное точность и быстрота, но никак не время.

Совет 2. Обязательный закон расстояния: 30-40 см до экрана, обязательное проветривание комнаты, ионизаторы – все это поможет снизить вредное воздействие.

Совет 3. Обязательное соблюдение временного закона. Не играть, если не сделаны уроки, ни в коем случае не играть перед сном и после еды.

Совет 4. С Вашей стороны должен быть контроль за содержанием игр. Игры с насилием, жестокостью нужно исключить.

Совет 5. САМЫЙ ГЛАВНЫЙ. Сами больше играйте со своими детьми. Не пытайтесь переложить это на какого-то или на что-то. Ведь сколько существует замечательных добрых игр вашего детства: и игры в слова, и на внимание, и подвижные игры и еще много-много других игр. Постарайтесь, чтобы игра на компьютере была вытеснена полноценным общением с Вами.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460074995

Владелец Федорова Светлана Владимировна

Действителен с 28.03.2025 по 28.03.2026