



ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ХАНТЫ-
МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ

БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО
АВТОНОМНОГО ОКРУГА - ЮГРЫ
«ХАНТЫ-МАНСИЙСКИЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ
ПОМОЩИ СЕМЬЕ И ДЕТАМ»



ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ПО РАЗВИТИЮ НАВЫКОВ
РАБОТЫ НА ШВЕЙНОЙ МАШИНКЕ В УСЛОВИЯХ КЛУБНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ **«КРОЙКА И ШИТЬЕ»**
РЕМЕСЛЕННЫЙ ЦЕНТР (ШВЕЙНЫЙ КОВОРКИНГ)

Составитель:
Луиза Эдуардовна Мискарян,
инструктор по труду отделения
дневного пребывания несовершеннолетних

Ханты-Мансийск
2021

Паспорт программы

Наименование учреждения с указанием территориальной принадлежности	БУ ХМАО-Югры «Ханты-Мансийский центр социальной помощи семье и детям» г. Ханты-Мансийск
Наименование программы	Профилактическая программа по развитию навыков работы на швейной машинке в условиях клубной деятельности «Кройка и шитье» Ремесленный центр (Швейный коворкинг)
Ф.И.О. автора (ов) / составителя (ей) с указанием должностей	Мискарян Луиза Эдуардовна, инструктор по труду отделения дневного пребывания несовершеннолетних
Должностное лицо, утвердившее программу, дата утверждения	Директор учреждения Семенихина О.В. Приказ №157-п от 01.09.2021
Направление программы	Развитие навыков работы на швейной машинке и вручную
Цель программы	Развитие навыков в области шитья и их применение в повседневной жизни
Задачи	1. Создать условия для самореализации в процессе шитья, реставрации одежды. 2. Помочь в приобретении профессиональных навыков работы на швейной машинке и шитью вручную 3. Научить применять полученный опыт в повседневной жизни 4. Сохранить семейный бюджет, изготавливая вещи самостоятельно и выполняя реставрационные работы по починке изделий и др. в домашних условиях
Целевая группа	Женщины из семей с низким материальным доходом, признанные нуждающимися в социальном обслуживании
Сроки реализации	21 день по 2 часа
Ожидаемый результат	Созданы условия для самореализации в процессе шитья, реставрации одежды. Приобретены профессиональные навыки работы на швейной машинке и вручную Полученный опыт применяется в повседневной жизни Сохранен семейный бюджет, выполняются реставрационные работы по починке изделий и др. в домашних условиях

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы

Многие девушки и женщины рано или поздно сталкиваются с потребностью сшить что-то своими руками. Покупать для этого швейную машинку не всегда целесообразно: во-первых, машинка стоит недешево, во-вторых, используется не часто, в-третьих, занимает место и требует обслуживания.

Не умеющие шить ознакомятся с навыками ручного и машинного шитья, с направлениями в моде или применению ранее полученных навыков и умения шитья.

Также на занятиях узнают о разновидностях тканей, научатся подбирать фасоны изделий в соответствии с тканью, делать эскизы моделей, реставрировать одежду в зависимости от своего желания.

Шитье — это ремесло, где на начальном этапе важно раз за разом отрабатывать множество универсальных приемов, прежде чем появится понимание, как их можно применять в тех или иных случаях.

Шитье является успокаивающим занятием, приносит положительные эмоции, является мощным толчком к воплощению новых идей, подчеркивает творческую индивидуальность, играет немалую экономическую роль в жизни человека.

Шитье вручную — это самый простой способ дать рукам почувствовать процесс создания вещи. Многие думают, что могут сшить все на швейной машинке, но на практике довольно большую часть работы приходится делать вручную. Особенно когда дело касается сложных деталей или моделей одежды. К тому же это просто необходимо для всех видов шитья таких элементов, как застёжки, пуговицы, крючки и кнопки.

И самое важное, что на первых порах приходится делать вручную, - это наметка. Те самые временные наметочные швы, которые соединяют детали изделия до того, как они будут пристроены друг к другу на машинке.

Мастер-классы первых шагов для тех, у кого нет опыта в шитье одежды, но есть желание начать шить самостоятельно, рекомендации для начинающих. Стоит сделать первые шаги в шитье на машине под присмотром того, кто знает хотя бы основы ее работы. Как только научатся готовить машинку к работе, можно выполнять самостоятельные упражнения, начиная с самых простых задач.

Именно с этой целью для начинающих швей заработала первая в своем роде мастерская «Кройки и шитья», представляющая из себя швейный коворкинг. Так как в настоящее время необходимые материалы, ткани, фурнитура и т.д. по стоимости достаточно дорогие, то оптимальным решением этой проблемы станет посещение швейной мастерской, где можно практиковаться, не боясь сделать ошибку, и получить желаемый результат.

Коворкинг приглашает всех, кому нужно воспользоваться швейным оборудованием, получить совет квалифицированного инструктора по труду, просто пообщаться в уютном творческом пространстве, получить необходимые знания и практику в сжатое время.

В распоряжении современные бытовые швейные машины, оверлок, раскройный стол, гладильное оборудование, примерочная, сопутствующие материалы. Коворкинг для тех, кому не удобно или нет возможности шить и кроить на дому.

Швейный коворкинг – помещение полностью оборудовано для создания продукта своими руками на базе отделения дневного пребывания. Занятия в швейной мастерской позволят приобрести профессиональные навыки в области шитья и может стать дополнительным источником дохода семей с низким уровнем дохода. Занятия будут проводить преподаватели-волонтеры.

Практическая значимость заключается в том, что любой человек, освоив навыки работы на швейной машинке, моделирования, реставрации основных видов одежды сможет самостоятельно создавать свой стиль и имидж, научиться одеваться сам и одевать других без лишних затрат.

Целевая группа: семьи с низким материальным доходом

Цель программы: развитие навыков в области шитья и их применение в повседневной жизни.

Задачи:

1. Создать условия для самореализации в процессе шитья, реставрации одежды.
2. Помочь в приобретении профессиональных навыков работы на швейной машинке и шитью вручную
3. Научить применять полученный опыт в повседневной жизни
4. Сохранить семейный бюджет, изготавливая вещи самостоятельно и выполняя реставрационные работы по починке изделий и др. в домашних условиях

Формы работы: объяснение, иллюстрация, консультация; словесные, наглядные формы и методы работы, практическая работа, индивидуальная работа.

Методы работы: объяснительно-иллюстративный, исследовательский, демонстрация.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Этапы и сроки реализации программы:

Организационный: знакомство, диагностика способностей, подбор фасона, изделия, материала, выкройки, инструментов;

Практический: вовлечение в творческую работу;

Аналитический: подведение итогов, анализ, примерка.

Продолжительность занятий 1-2 часа.

Направление деятельности: шитье «вручную»; знакомство с устройством швейной машинки и приобретение навыков шитья на ней.

Практическая значимость:

- Работа с тканью, выполнение простых чертежей, владение необходимыми инструментами и приспособлениями, необходимыми при работе: иглой, булавками, ножницами, утюгом, швейной машиной;
- Соблюдение техники безопасности при работе с инструментами, швейной машиной;
- Знакомство с чертежом (выкройкой), получение представления о разнообразии материалов, используемых в работе;
- Укрепление приобретенных навыков;
- Развитие дополнительных умений, навыков, выход на профессиональный уровень.

Принципы, лежащие в основе программы:

- доступность (простота, соответствие индивидуальным требованиям);
- наглядность (иллюстративность);
- демократичность и гуманизм (взаимодействие, реализация собственных потребностей);
- от простого к сложному.

Тематика строится с учетом интересов обращающихся за помощью, возможности их самовыражения, возможностей. Это дает возможность предостеречь от страха перед трудностями, приобщить без боязни творить и создавать. При работе приходится постоянно пользоваться ножницами, иглами, поэтому все должны хорошо знать и постоянно соблюдать правила безопасности труда и пожарной безопасности.

Программа способствует:

- развитию разносторонней деятельности (шитью иглой и на швейной машинке)
- помощи в самоопределении,
- освоению современных видов декоративно – прикладного искусства;
- обучению практическим навыкам с идеей и замыслами,

-созданию творческой атмосферы на основе взаимопонимания;
-знакомству с техникой лоскутного шитья, декорирования, раскроя, реставрации.

Тематический план по шитью на швейной машинке (примерный):

Занятие 1. Вводное занятие.

Знакомство. Ознакомление с планом работы. Оборудование рабочего места. Инструктаж по технике безопасности швейной машиной и инструментами. Их назначение и применение в работе. Противопожарная безопасность. Рассматривание материалов и инструментов.

Инструменты и приспособления:

Техника безопасности:

- Инструменты и приспособления, используемые в работе. (Необходимость соблюдения техники безопасности при пользовании ножницами, иглами, утюгом).
- Правила и организация рабочего места.

Занятие 2. Виды ручных стежков и швов

Виды ручных стежков. Выполнение сметочного стежка, потайного и косого стежков.

Ручные стежки и швы: виды, назначение и применение:

Основные строчки на швейной машине:

- Прямую строчку;
- Сметочный шов;
- Прокладочный шов;
- Копировальный шов;
- Стачной шов;
- Обметочный шов.

Основные строчки иголкой:

- Вперед иголку.
- Назад иголку.
- Обметочный.
- Потайной.
- Тамбурный.
- Козлик.

Занятие 3. Машиноведение

Правила и основные навыки работы на швейной машинке. Сведения по технике шитья. Подготовка машины к работе. Правила заправки ниток. Уход за швейной машиной. Неисправности в швейной машине. Виды машинных швов. Пристрачивание мелких деталей к изделию. Выполнение отделочной строчки. Регулировка стежка, «закрепка». Устранение неисправностей в швейной машине. Безопасные приёмы работы со швейными инструментами и оборудованием.

Шитье на швейной машине

- Устройство швейной машинки с электроприводом. Техника безопасности. Основные и вспомогательные узлы швейной машинки. Устройство электропривода. Выполнение правил по технике безопасности.
- Подготовка швейной машины к работе. Установка машинной иглы. Наматывание нитки на шпульку. Заправка верхней и нижней ниток. Пуск, регулирование скорости и остановка машины.
- Настройка машины на холостой ход и работа на ней. Лист бумаги. Поднять и опустить лапку. Регулятор длины стежка. Маховое колесо. Ножной педальный пускатель (пуск, регулирование скорости, остановка).
- Выполнение простейших машинных швов. Стачной. Обтачной. Расстрочной. Двойной. Подрубочный. Зигзаг для обработки срезов.
- Уход за швейной машиной. Чистка. Смазка. Содержание в чистоте. Правильное хранение.

Занятие 4. Работа с тканью

Определение лицевых и изнаночных сторон. Различия в свойствах ткани.

Знакомство с технологией изготовления изделия по схеме:

- Разнообразие изделий, способов их выполнения;
- Материалы и оборудование, необходимые для работы;
- Технология выполнения, схема работы;
- Снятие индивидуальных мерок;
- Построение выкройки, если есть необходимость, выкраивание деталей.

Способы соединения лоскутов:

- Сшивание швом «назад иголку»;
- Сшивание встык зигзагообразной строчкой;
- Сшивание деталей, посаженных на бумажную основу.
-

Элементы кроя и подготовка изделия к примерке:

- Выкройка - шаблон.
- Подготовка ткани к раскрою.
- Припуск на шов и копировальный стежок.
- Сметка изделия.

Влажно-тепловая обработка (ВТО) изделий:

- Значение влажно-тепловой обработки.
- Температурный режим утюга.

Занятие 5 . Практическое

Пошив изделия. Примерка и подгонка изделия.

Обработка технологических узлов: воротник; молния; обтачка; низ; рукава и т.п.

Правила обработки низа изделия. Правила обработки застежки. Правила обработки боковых швов изделия. Обработка низа изделия машинными способами. Обработка застежки «молния». Обработка боковых швов без распарывания.

Занятие 6. Отходы в доходы. Ремонт швейного изделия и реставрация старых вещей

Как можно обновить старую вещь? (беседа). Видоизменение старой вещи с частичным распарыванием. Распарывание, чистка и утюжка старой вещи. Изменение фасона. Подбор отделки и фурнитуры. Выкраивание и пошив нового изделия. Демонстрация готового изделия.

Практическое применение отходов ткани. Работа с журналами. Изготовление сувениров из лоскутков ткани (игельница, прихватка и др.). Пошив постельных принадлежностей (думочка, простынь, наволочка, пододеяльник) .

Ожидаемые умения, полученные на занятиях:

- планировать последовательность изготовления изделий;
- уметь определять лицевую и изнаночную стороны;
- уметь выполнять разнообразные виды ручных и машинных швов;
- иметь навыки работы на швейной машине и знать правила ухода за ней;

- уметь самостоятельно выкроить и сшить простую одежду;
- уметь самостоятельно изготавливать чертежи выкроек швейных изделий;
- уметь видоизменить старую вещь с частичным перекраиванием;
- уметь применять отделку изделия;
- знать неисправности швейной машины и уметь их устранять;
- уметь формировать и воплощать свои творческие замыслы в изделиях максимально самостоятельно, качественно;
- применять полученные теоретические и практические знания в повседневной жизни;
- рационально использовать материал и время;
- уметь выполнять операции влажно-тепловой обработки (ВТО).

Ресурсы

Кадровые: программу реализует инструктор по труду, контроль осуществляет заведующий отделением дневного пребывания несовершеннолетних.

Материально-техническое обеспечение, оборудование:

Таблица 1

Универсальная бытовая швейная машина	10
Краеобметочная швейная машина (оверлок, 1 на мастерскую)	1
набор ручных игл для шитья	3
набор машинных игл	10
ножницы для резки по ткани	10
набор ниток для швейных машин	3
распарыватель	10
сантиметровая лента	10
Стол для швеи	10
Стулья для швеи	10
Настольная лампа для швеи	10
Гладильная система паровая	1
Пылесос	1

Швейная мастерская по раскрою и шитью, оформленная в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованная в соответствии с санитарными нормами: столы и стулья для инструктора и обучающихся, стенд, шкафы и стеллажи для хранения наглядных пособий.

Информационные ресурсы: информационно-коммуникационная сеть Интернет, российские социальные сети, онлайн-сервис для хостинга и

просмотра видео, системы мгновенного обмена сообщениями (мессенджеры), заметки и статьи в корпоративном журнале, буклеты и др.

Методическое обеспечение программы: памятки-раздатки с алгоритмом выполнения изделий.

Контроль и управление программой:

Контроль за реализацией программы осуществляет заведующий отделением, реализацией программных мероприятий занимается инструктор по труду.

Ожидаемые результаты:

- Созданы условия для самореализации в процессе шитья, реставрации одежды.
- Приобретены профессиональные навыки работы на швейной машинке и ручную
- Полученный опыт применяется в повседневной жизни
- Сохранен семейный бюджет, выполняются реставрационные работы по починке изделий и др. в домашних условиях

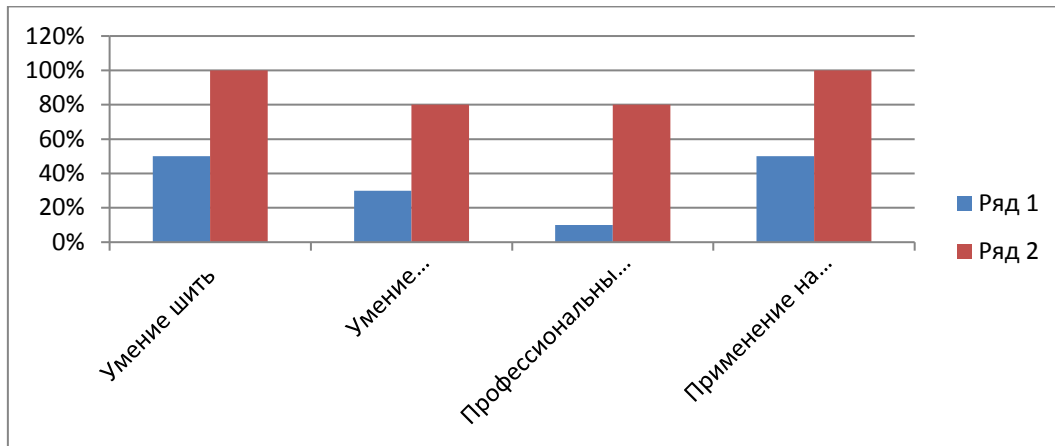
Полученные результаты:

Из 10 участников ремесленного коворкинга 100% удовлетворены полученным опытом.

Таблица 2

Диагностирование	Первичное	Заключительное
Умение шить вручную и на швейной машинке	50%	100%
Умение реставрировать одежду	30%	80%
Основы профессиональных навыков	10%	80%
Применение полученного опыта в повседневной жизни	50%	100%

Диаграмма полученные результаты



Список литературы:

1. Амирова Э. К. Конструирование одежды. М. Мастерство.2002 г.
2. Журналы мод различных изданий.
3. Информационные ресурсы сети «Интернет».
4. Труханова А. Т. Технология женской и детской одежды. М. Академия.2010г.

Наглядные пособия:

- Коллекция образцов тканей
- Образцы швейных изделий
- Образцы стежков
- Образцы различных сувениров

Раздаточный материал:

- Выкройки различных сувениров
- Выкройки различных швейных изделий
- Брошюры, буклеты

Словарная работа:

Шаблон - это образец, по которому изготавливаются какие-либо одинаковые изделия или элементы изделия.

Игольница - очень важная и полезная вещь, применяемая для хранения иголок и портновских булавок.

Правила техники безопасности при работе с электроутюгом

1. Включать электрический утюг в сеть и выключать можно только сухими руками.
2. При кратковременных перерывах в работе электрический утюг ставить на термоизоляционную подставку.
3. При работе следить за тем, чтобы горячая подошва утюга не касалась электрического шнура.
4. Во избежание ожога рук не касаться горячих металлических частей утюга и не смачивать обильно материал водой.
5. Во избежание пожара не оставлять включенный в сеть электрический утюг без присмотра.
6. Следить за нормальной работой утюга, не давать ему перегреваться.

Правила техники безопасности при работе с колющими и режущими предметами

1. Хранить ножницы необходимо в футляре или подставке.
2. Передавать ножницы можно кольцами вперед, только с сомкнутыми концами.
3. На стол ножницы кладутся кольцами к себе, нельзя оставлять их раскрытыми.
4. Булавки должны храниться в игольнице или на специальной подушечке.
5. Нельзя брать булавки в рот и вкалывать в одежду.

Комплекс упражнений физкультминуток (далее ФМ) для снятия локального напряжения

Занятия, сочетающие в себе психическую, статическую, динамическую нагрузки на отдельные органы и системы и на весь организм в целом, требуют проведения ФМ (физкультминуток) для снятия локального утомления.

ФМ для улучшения мозгового кровообращения

1. Исходное положение (и.п.) - сидя на стуле, 1 - 2 - отвести голову назад и плавно наклонить назад, 3 - 4 - голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.
2. И.п. - сидя, руки на поясе, 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.
3. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе, 1 – махом левую руку занести через правое плечо, голову повернуть налево, 2 - и.п., 3 - 4 – то же правой рукой. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

ФМ для снятия утомления с плечевого пояса и рук

1. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе, 1 - правую руку вперед, левую вверх, 2 - переменить положения рук. Повторить 3 - 4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.
2. И.п. - стоя или сидя, кисти тыльной стороной на поясе, 1 - 2 - свести локти вперед, голову наклонить вперед, 3 - 4 - локти назад, прогнуться. Повторить 6 - 8 раз, затем руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.
3. И.п. - сидя, руки вверх, 1 - сжать кисти в кулак, 2 - разжать кисти. Повторить 6 - 8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.