**Воробьева Маша 15 лет**

**Модный аксессуар для кухни**

**Прихватка «Колодец»**

**Объединение «Театр мод»**

**Педагог:Сычева Е.Д.**

**Стихотворение Тамары Куст**

Искусство пЭчворка -  лоскутное шитьё,
     Узор ложится из  кусочков ткани,
     Я жизнеописание своё
     Серебряной и золотой украшу сканью...

     Возьму кусочки цвета голубого,
     Как небо, под которым  мы живём,
     И возрождающейся всей Природы снова
     Зелёным  цветом обозначу дом...

     Цвета  шарлаховый и жёлтый мне покажут
     Цепочку длинных осеней  моих,
     ( Боюсь, друзья критически мне скажут -
     Из лоскутков каких - то вышел стих!)

     Друзья мои! Вас покажу я цветом  красным,
     От красных капель расцветёт  ковёр,
     Вокруг костра своих друзей прекрасных
     Сесть  попрошу, предвидя  долгий разговор...

     Сады свои весёлым разноцветьем
     Изображу - пусть круглый год цветут,
     Всех удивляя ярким  долголетьем,
     И всю семью  я нарисую  тут...

     Свои успехи,  достижения и "плюсы"
     Вплету серебряной и золотою нитью, -
     Немного...Скромно...Не теряя вкуса,
     Но я  бы впредь желала быть им...

     Печали, беды чёрным  цветом обозначу,
     А серым - скуку, раздражение и лень,
     А белым -каждую  свою  удачу
     И каждый солнцем  освещённый день...

     На белом фоне - цвет  коричневый с зелёным,
     Где    лунным  цветом серебрятся  нитки
     Там  два раскидистых кудрявых клёна
     И мы с тобой у старенькой  калитки..

Приложение 1

**Из истории прихватки**

(Слайд № 2) Бесспорно, что самая ранняя прихватка появилась, когда человек стал приобретать кулинарные навыки у огня.
Возможно, шкуры животных служили первым материалом.
Но все таки, текстиль и пряжа стали основными материалами для этого изделия.
 Беден стол или богат, но прихватка оставалась неизменным спутником горячего горшка. Путь прихватки можно только представить. Ими часто пренебрегали и пренебрегают, и среди прочей кухонной утвари она всегда находится на заднем плане.
Как правило, женщины редко приобретали прихватки. Они всегда шились из остатков тканей, пряжи, одежды. Но отдавая так много времени кухне, женщины всегда старались украшать повседневные предметы домашнего обихода, подчиняя общему стилю, отдавая дань моде или собственному вкусу и мастерству.
В этих вопросах женщины всегда были изобретательны.

 Так простая тряпочка превратилась в модный и стильный аксессуар.

(Слайд № 3) Рассвет пэчворка в 19 веке сделал эту безделицу более удобной и декоративной. Экономные переселенцы в Америке воплотили в прихватках всё многообразие блоков и стёжки.
Мода в 1920-х сделала прихватку просто элегантным аксессуаром кухни из трикотажных кружев.
Прихватки в 1930 г. были вязаные и содержали причудливые дизайны животных, цветов, автомобилей.

Приложение 2

**Исторические сведения о лоскутном шитье**

(Слайд № 6) Лоскутное шитье зародилось и развивалось изначально в крестьянской среде. Предметы деревенского быта чаще всего были и полезны, и красивы. Лоскутные одеяла, коврики-кругляши, дорожки, сотканные из полосок ткани, так же как расписные прялки, резные туеса, вышивка, наполняли быт и радовали глаз.

(Слайд № 7) Традиции лоскутного шитья в России начали складываться в XIX в., когда фабричные ткани стали предметом повседневного обихода. Редкая крестьянская изба не имела лоскутного одеяла, сшитого из кусочков отслужившей свой срок одежды. Лоскутки зачастую были неправильной формы, подбирались произвольно, соединяли их как придется.

В крестьянском быту у лоскутного одеяла преобладала утилитарная функция, оно служило главным образом защитой от холода. В то же время в некоторых областях России традиционно изготовление лоскутных одеял было связано со свадебным обрядом: оно было частью приданого. Лоскутное одеяло принято было дарить на рождение ребенка. Такие одеяла сочетали в себе практичность и декоративность.

Приложение 3

**Секреты подготовки тканей к лоскутному шитью**

 Для шитья из лоскутков используются различные ткани и особенно полотняного переплетения. Это большая часть хлопчатобумажных тканей (ситец, бязь), а также льняные ткани, полушерстяные и др.. Достаточно широко используются ткани сатинового и атласного переплетения. Они довольно плотные и имеют блестящую поверхность, долговечны, легко стираются. Но перед тем как приступить к раскрою тканей, нужно их подготовить.

 Перед раскроем как более крупные куски тканей, так и мелкие лоскутки необходимо декатировать и, по желанию подкрахмалить. Для многих изделий, выполняемых на швейной машине, удобнее использовать накрахмаленные заготовки.

 Декатировка – это увлажнение ткани перед раскроем для усадки. Под действием горячей воды и пара все ткани, имеющие натуральные волокна, дают разную усадку. А ведь лоскутные вещи состоят из многих различных тканей, и эта деформация может испортить всю работу. Чтобы избежать этого, и нужна декатировка. При декатировке Х/Б, льняные и сатиновые ткани полощут в горячей воде, отжимают, в случае необходимости опускают в подготовленный раствор крахмала, снова слегка отжимают и развешивают для сушки. Чуть влажные ткани утюжат вдоль долевых нитей по изнаночной стороне.

 Мелкие лоскутки можно крахмалить холодным способом. В широкую миску наливают 1 л. Холодной воды и размешивают в ней 1 столовую ложку крахмала и 1 чайную ложку соли, раствор взбалтывают. Затем каждый лоскут смачивают, отжимают и сразу проутюживают. Высушивать утюгом желательно по долевой нитке…..

Продолжение стр. 75 «Технология 5 кл. II часть»

Подбор тканей по цвету

 Колорит – это совокупность всех цветов изделия, их соотношение по тону, насыщенности цвета.

 Холодные и теплые цвета расположены в цветовом круге вправо и влево от жёлтого цвета.

 Ахроматические цвета (белый, черный, серый) используются и теплыми, и с холодными. При сочетании с ними они сами будут становиться либо теплыми, либо холодными.

 Следует рассортировать ткани по цвету. Не надо стремиться к большому количеству разнообразных тканей в одном изделии. Достаточно взять 3-5. Например, однотонную ткань темно-синего цвета и 2-3 ткани с синим (голубым) цветами.

Приложение 4

 (**Слайды 11, 12, 13**) Это широко известный сегодня модуль представляет собой квадрат, собранный из отдельных полосок разного цвета и длины, нашитых вокруг малого центрального квадрата. С давних времен считалось, что подобный квадрат символизирует основу дома – очаг с уложенным вокруг него бревнами. Обычно одна половина квадрата, разделенного по диагонали, выполняется из лоскутков светлых тонов, а вторая половина из темных.

 В России такой орнамент получил название «колодец».

 Начинаем строить чертеж для шаблона выкройки прихватки.Размер нашей прихватки в готовом виде будет 15 на 15 см., а значит, квадрат 5 на 5 см., шир. полоски 2,5 см., но мы будем строить все детали чертежа с учетом припусковна швы.

1. Построим квадрат 17 на 17 см. – это основная деталь прихватки.
2. Строим маленький квадрат 6 на 6 см. – это центр узора прихватки ***(0).***
3. Полоски от центрального квадрата будут чертиться по часовой стрелке.
4. К центральному квадрату с одной стороны чертим полоску длиной равной ширине квадрата и шир. 4, 5 см. ***(№ 1)***
5. Следующая полоса ***(№2 длиной)***равной ширине квадрата + ширине полоски = 10, 5 см.
6. Следующая полоса ***(№3длиной)***равной ширине квадрата + ширине полоски = 10, 5 см.
7. Следующая полоса ***(№4длиной)***равной ширине квадрата + ширине двух полосок = 15 см.
8. Итак, далее……до ***№12***

2,5

15 на 15

2,5

5 на 5 см.

2, 5 см.

***Это детали чертежа размером в готовом виде без припусков на швы продолжение в приложении 6 .***

Приложение 5

***Физминутки***

Физминутки для глаз.

1. Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до пяти. Повторить 4-5 раз.
2. Крепко зажмурить глаза (считать до 3), открыть, посмотреть вдаль (считать до 5). Повторить 4-5 раз.
3. Вытянуть правую руку вперед. Следить глазами, не поворачивая головы, за медленными движениями указательного пальца вытянутой руки влево и вправо, вверх и вниз. Повторить 4-5 раз.
4. Посмотреть на указательный палец вытянутый руки на счет 1-4, потом перенести взгляд вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
5. В среднем темпе проделать 3-4 круговых движения глазами в правую сторону, столько же в левую сторону. Расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 1-2 раза.

***Если устала спина***

1. Стоя или сидя поочередно поднимайте правое и левое плечо до уха. Повторите не менее 10 раз
2. Стоя сделайте круговые движения тазом сначала в одну сторону, а затем в другую по 7-10 раз.
3. Сделайте 7-8 резких рывков назад согнутыми в локтях руками.
4. Положите руки на пояс, ноги широко расставьте и попеременно сгибайте в колене то правую, то левую ногу, перенося на неё центр тяжести.

***Если устали ноги***

1. Сидя, вытяните вперед ноги, упритесь в сиденье руками и поднимите ноги вверх и вниз. Повторите 5-7 раз.
2. Стоя, сделайте поочередно маховые движения расслабленными ногами по 7-10 раз.
3. Посидите или полежите несколько минут с приподнятыми ногами. Сидя, вытяните вперед ноги, упритесь в сиденье руками и поднимите ноги вверх и вниз. Повторите 5-7 раз.
4. Стоя, сделайте поочередно маховые движения расслабленными ногами по 7-10 раз.
5. Посидите или полежите несколько минут с приподнятыми ногами
6. Сядьте на стул, поставьте пятку слегка согнутой ноги на низкую скамеечку и рукой потрясите расслабленную икроножную мышцу в течение 8-10 сек. То же сделайте на другой ноге

***Релаксационные упражнения***

 Релаксация - это метод, с помощью которого можно частично или полностью избавляться от физического или психического напряжения. Релаксация является очень полезным методом, поскольку овладеть ею довольно легко - для этого не требуется специального образования и даже природного дара

1. **Штанга Ралли**

1. По команде “едем на гоночной машине” вытянуть ноги вперед, слегка подняв их, руки вытянуть и сжать в кулаки — “крепко держимся за руль”, туловище слегка отклонено назад. Сосредоточить внимание на напряжении мышц всего тела. Через 10-15 сек расслабиться, сесть прямо, руки положить на колени, голову слегка опустить*. Обратить внимание на приятное чувство расслабления*2.Сделать наклон вперед, представить, что поднимаешь тяжелую штангу, сначала медленно подтянув ее к груди, а затем, подняв над головой.
Упражнение проводить 10-15 сек. Сосредоточить внимание на состоянии напряжения в мышцах рук, ног, туловища. “Бросить штангу” — наклонившись вперед, руки при этом свободно повисают*. Обратить внимание на приятное ощущение расслабления.*

1. **Маятник**

Переносить тяжесть тела с пяток на носки при покачивании вперед-назад. Руки опущены вниз и прижаты к корпусу. Тяжесть тела переносится медленно вперед, на переднюю часть ступни, пятки от пола не отрывать. Все тело слегка наклоняется вперед. Затем тяжесть тела переносится на пятки. Носки от пола не отрываются

1. **Неваляшка.**

В положении сидя голову уронить на правое плечо, затем на левое плечо, покрутить, а затем уронить вперед. Упражнение выполняется 10-15 сек. *В конце упражнения обратить внимание на приятные ощущения расслабления, возникающие при расслаблении мышц шеи.*Все релаксационные упражнения носят игровой характер, каждому из них даётся образное название.
Переносить тяжесть тела с пяток на носки при покачивании вперед-назад. Руки опущены вниз и прижаты к корпусу. Тяжесть тела переносится медленно вперед, на переднюю часть ступни, пятки от пола не отрывать. Все тело слегка наклоняется вперед. Затем тяжесть тела переносится на пятки. Носки от пола не отрываются