

**Программа по работе с людьми пожилого возраста
в мастерской ткачества «Русская горница»
МКУК «Центр ремесел» Тулунского муниципального района**

Автор Свешникова Е.Н.

Аннотация:

Методика разработана для организации творческой и социально-реабилитационной работы с людьми пожилого возраста в условиях мастерской ткачества «Русская горница».

В основе методики — комплексный подход, сочетающий элементы арт-терапии, социально-педагогической работы и прикладного творчества. Занятия ориентированы на сохранение когнитивных функций, развитие мелкой моторики, эмоциональную разгрузку и социализацию пожилых людей через освоение традиционного русского ткачества.

1. Цели и задачи

Цели:

укрепление физического и психического здоровья через творческую деятельность;

развитие мелкой моторики, координации движений и когнитивных функций; социализация пожилых людей, создание условий для общения и взаимоподдержки;

приобщение к традициям русского ткачества и декоративно-прикладного искусства;

самореализация и повышение самооценки через создание изделий своими руками.

Задачи:

обучить основам ткачества с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;

познакомить с историей и традициями русского ткачества;

создать комфортную и безопасную среду для занятий;

обеспечить индивидуальный подход к каждому участнику;

организовать выставки и презентации работ для мотивации и демонстрации достижений.

2. Принципы работы

Доступность: задания подбираются с учётом уровня подготовки и физического состояния.

Постепенность: обучение идёт от простого к сложному.

Наглядность: активное использование образцов, схем, демонстраций.

Безопасность: соблюдение техники безопасности, адаптация рабочего места и инструментов.

Поддержка: эмоциональная поддержка, поощрение успехов, избегание критики.

Социальное взаимодействие: групповые занятия с элементами взаимопомощи.

Регулярность: систематические занятия для закрепления навыков.

3. Организация занятий

Формат:

групповые занятия (6–8 человек) — для социализации и обмена опытом;

индивидуальные консультации — для маломобильных или нуждающихся в особом подходе;

мастер-классы от опытных мастеров — для вдохновения и передачи опыта;

выездные занятия — для тех, кто не может посещать мастерскую.

Режим:

продолжительность занятия: 45–60 минут (с перерывами на гимнастику для глаз и рук);

частота: 1–2 раза в неделю;

темп: медленный, с возможностью повторения этапов.

Пространство:

хорошее освещение (естественное + дополнительное);

удобная мебель (стулья с поддержкой спины, столы оптимальной высоты);

доступность материалов и инструментов в зоне досягаемости;

наличие зоны отдыха.

4. Этапы занятия

Организационный этап (5 мин):

приветствие;

подготовка рабочих мест;

настрой на работу.

Разминка (5–7 мин):

гимнастика для пальцев и кистей рук;

упражнения для глаз.

Теоретическая часть (10–15 мин):

рассказ об истории ткачества;

демонстрация образцов и схем;

объяснение техники выполнения текущего задания.

Практическая часть (20–30 мин):

пошаговое выполнение задания с показом приёмов;

индивидуальная помощь и корректировка.

Перерыв (5 мин):

лёгкая разминка;

отдых.

Продолжение практики (10–15 мин):

завершение изделия или его части;
обсуждение возникших трудностей.

Рефлексия (5 мин):

обсуждение результатов;

обмен впечатлениями;

похвала и поощрение.

Завершение (5 мин):

уборка рабочих мест;

анонс следующего занятия.

5. Подбор заданий по уровням

Начальный уровень:

освоение простых узлов и переплетений;

ткачество тесьмы на дощечках или бердышке;

создание небольших изделий: закладки, брелоки, пояса.

Средний уровень:

работа на настольном ткацком станке;

освоение цветных узоров и простых орнаментов;

изготовление салфеток, подставок под горячее, небольших полотенец.

Продвинутый уровень:

создание сложных композиций (скатерти, большие полотенца);

работа с разными видами пряжи и текстур;

участие в выставках и ярмарках;

разработка собственных эскизов.

6. Материально-техническое обеспечение

Инструменты и материалы:

настольные ткацкие станки с простой конструкцией;

дощечки для ткачества тесьмы;

бердышки;

пряжа разных цветов и толщины;

ножницы, иглы, напёрстки;

схемы узоров и образцы изделий;

копировальная бумага, калька для эскизов.

Дидактические материалы:

старинные и современные образцы тканых изделий;

иллюстрации и фотографии традиционных узоров;

альбомы с эскизами и схемами;

видеоматериалы с мастер-классами (для дистанционного обучения).

7. Психологическая поддержка

создание доброжелательной атмосферы;

поощрение даже небольших успехов;

избегание критики, акцент на позитиве;

организация выставок работ участников;
проведение чаепитий и неформальных встреч;
вовлечение в общественную жизнь мастерской.

8. Оценка результатов

Критерии:

улучшение мелкой моторики и координации;
повышение уверенности в своих силах;
активное участие в занятиях и общение с группой;
качество выполненных изделий (с учётом индивидуальных возможностей);
отзывы участников и их близких.

Формы фиксации:

фотоотчёты работ;
дневник наблюдений педагога;
анкеты обратной связи;
выставки и презентации изделий.

9. Техника безопасности

проверка исправности оборудования перед занятием;
инструктаж по работе с ножницами и иглами;
контроль за правильной посадкой;
перерывы для профилактики усталости глаз и рук;
обеспечение безопасности маломобильных участников.

10. Дополнительные мероприятия

экскурсии в музеи народного творчества;
встречи с мастерами традиционных ремёсел;
участие в городских и региональных выставках;
мастер-классы по смежным видам рукоделия (вышивка, кружевоплетение);
создание альбома работ участников мастерской.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1



Освоение бранного ткачества, возраст участников от 65 -74 лет



Освоение чичковского плетение (полутканье)



Освоение технологии «Иркутский гобелен» (ткачество на станках кросна)







Работа участниц к/ф «Бранное ткачество»

