

Федеральное казенное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа имени А.Н.Радищева
Пензенской области

Педагогический проект
Значение спортивных аксессуаров для командных игр

Маковкина Елена Васильевна

учитель технологии первой категории

Захарова Людмила Владимировна

учитель физической культуры первой категории

МЕТОДИЧЕСКИЙ ПАСПОРТ УЧЕБНОГО ПРОЕКТА

1. **Название проекта:** «Значение спортивных аксессуаров для командных игр».

2. **Информация о заказчике проектной деятельности.**

В качестве заказчика проекта выступила Захарова Людмила Владимировна – учитель физической культуры ФКОУ СОШ имени А.Н.Радищева

3. **Разработчик учебного проекта:** Маковкина Елена Васильевна, учитель технологии первой категории

4. **Название образовательного учреждения:** ФКОУ СОШ имени А.Н.Радищева Кузнецк-12 Пензенской области

5. **Год разработки учебного проекта – 2016**

6. **Опыт использования:** проводился в начале учебного года по предмету «Технология» в старших классах школы.

7. **Проблемная ситуация** – идентификация участников в командных спортивных играх в урочных и внеурочных видах деятельности.

8. **Проблема и актуальность выбора темы проекта.**

В настоящее время спорт считается неотъемлемой частью активного образа жизни. Благодаря спорту наше здоровье укрепляется, мы становимся бодрыми и энергичными. Наша фигура становится совершенной, настроение на высоте и мы в гармонии с собой.

Для занятий спортом нам необходимы спортивная одежда, обувь и аксессуары для различия по командам. Не всегда есть возможность снабдить команды одинаковой формой, поэтому игрокам покупают различительные аксессуары. Одним из таких аксессуаров являются спортивные напульсники. Они помогают организовать учебный процесс с минимальной затратой времени на разделение класса на команды.

Вышеизложенные факты определили выбор темы данного проекта.

9. **Цель** – разработка моделей и изготовление спортивных аксессуаров.

10. **Гипотеза:** практико-ориентированная направленность проекта откроет перед учащимися возможность использования остатков материала для изготовления спортивных аксессуаров.

11. **Задачи:**

Обучающая:

-проведение исследования и разработки эскиза изделий, подбор подходящей техники выполнения;

-обобщить и проанализировать информационные источники по данной теме;

-раскрыть влияние цветовых предпочтений на организм человека;

-на основе анализа специальной литературы установить, какие цвета являются нежелательными для здоровья, а какие оздоравливающими;

-исследовать, что предпочтительнее: покупные аксессуары или изделия, выполненные своими руками.

Развивающая:

- развитие самостоятельной и познавательной деятельности;

- развитие индивидуальных творческих способностей;

Воспитательная:

- формирование практических умений и навыков в области физического воспитания.

11. Обеспечение проекта:

• **материально-техническое оснащение:** швейные машины, ручные инструменты и приспособления, электрический утюг; текстильный лоскут, нетканые материалы (флизелин), отделочные материалы, швейные нитки, шнуры, скотч.

• **учебно-методическое оснащение:** натуральные образцы спортивных аксессуаров;

• **информационно-техническое обеспечение:** компьютеры, проектор; тематические презентации.

12. Участники проекта

• учащиеся старших классов;

13 Форма организации участников проекта

• индивидуальная работа

• групповая работа

14. Способ мотивации к работе – вклад каждого учащегося в дело всей организации и возможность оставить хорошую память о себе в школе

15. Дополнительно привлекаемые участники:

• учителя физкультуры, информатики

16. ЗУН и общеучебные навыки, необходимые учащимся для самостоятельной работы:

• рациональная организация рабочего места, соблюдение правил техники безопасности;

• работа с текстильными и неткаными материалами с применением ручных инструментов и приспособлений.

17. Специфические умения и навыки, необходимые учащимся для работы над проектом (с помощью учителя):

•**выдвижение идеи** (мозговой штурм), целеполагание и формулирование задачи, выдвижение гипотезы, обоснованный выбор способа или метода, пути в деятельности, планирование своей деятельности, самоанализ и рефлексия;

•**презентационные**: построение устного доклада (сообщения) о проделанной работе, выбор способов и форм наглядной презентации (продукта) результатов деятельности, изготовление предметов наглядности, подготовка отчёта о проделанной работе;

• **коммуникативные**: слушать и понимать других, выражать себя, находить компромисс, взаимодействовать внутри группы,

• **поисковые**: находить информацию в печатных источниках, в Интернете, формулирование ключевых слов;

• **информационные**: выделение главного, приём и передача информации, представление в различных формах.

18. Предполагаемые превращения:

Новое содержание по теме: изучение истории возникновения спортивных аксессуаров, их видов, назначение и технологии изготовления;

Новые практические приёмы: освоение техники изготовления напульсников;

• Обобщающие понятия, представления, знания, на получение которых нацелен результат проекта: важность спортивных аксессуаров для командных игр, исследование влияния цвета на психику и здоровье человека

Развитие навыков:

• самостоятельной работы с источниками информации, текстильными материалами и технологиями изготовления тряпичной куклы;

• мыслительной деятельности (при проектировании, планировании, анализе, синтезе, структурировании материала);

• самоанализа и рефлексии;

• презентации результатов своей работы;

• эмоциональной и моторной адекватности.

Воспитание толерантности.

Расширение кругозора.

19. **Время работы над проектом** – 1 месяц (средней продолжительности)

20. Режим работы

• урочно-внеурочный

21. Предметно-содержательная область – межпредметный

основная предметная область:

• Технология (обслуживающий труд)

дополнительные предметные области:

- физическая культура
- изобразительное искусство
- информатика

22. Доминирующий вид деятельности

- практико-ориентированный
- творческий

23. Характер контактов

- внутришкольный

24. Форма продуктов проектной деятельности

- натуральные образцы напульсников 10 штук
- мультимедийная презентация

25. Способ объединения результатов на презентации

- спортивная игра

Планирование проекта

№	Содержание	Исполнители
1.	Выбор объекта и модели	Все учащиеся
2.	Исследование: постановка и формулирование проблемы; нахождение путей решения проблемы; сравнение вариантов; выбор наилучшего варианта.	Залётов Максим Захаров Сергей Кузеро Кирилл Кузнецов Арсений Парымов Алексей Плахов Ярослав Тилькаев Даниил Тимощук Даниил
3.	Разработка конструкторской документации: разработка чертежа изделия; разработка технологии изготовления изделия.	Пялисова Виктория Котенко Ольга, Святова Яна, Желудкова Ирина
4.	Подбор материала, инструмента, оборудования.	Пялисова Виктория
5.	Изготовление изделия: изготовление деталей изделия; сборка изделия; отделка изделия.	Пялисова Виктория Котенко Ольга Святова Яна Желудкова Ирина Шлейникова Екатерина
6.	Подготовка материала для создания презентации к защите проекта.	Все учащиеся
7.	Защита проекта (презентация)	Янбулатова Камиля Шлейникова Екатерина
8.	Игра	Все учащиеся

ПЛАН ПРОЕКТА

- 1. Толкование слова «НАПУЛЬСНИК»**
- 2. Определение требований к изделию**
- 3. Виды и назначение напульсников**
- 4. Выбор материалов**
- 5. Определение функций изделия**
- 6. Выработка идей и вариантов.**
- 7. Оценка и выбор лучшего варианта.**
- 8. Описание модели**
- 9. Технология изготовления**
- 10. Правила техники безопасности**
- 11. Предварительный расчет себестоимости**
- 12. Концепция цвета**
- 13. Список использованной литературы и электронных информационных источников**

1. Толкование слова «НАПУЛЬСНИК»

Толковый словарь русского языка. С.И.Ожегов, Н.Ю.Шведова.

Род повязки, предохраняющий место на руке, где прощупывается пульс.

Новый толково-словообразовательный словарь русского языка, Т. Ф. Ефремова.

Повязка, покрывающая место на руке, где прощупывается пульс.

Примеры употребления слова напульсник в литературе:

В предреволюционные годы бытовало мнение, что напульсники предохраняют от простуды и ревматизма.

А Ипполит Матвеевич снял с себя шерстяные напульсники, баронские сапоги и, оставшись в заштопанном егеревском белье, посапывая, полез под одеяло.

Только мысль о вас, надежда, что, быть может, вам еще будут нужны остатки моей молодости, моего истерзанного сердца и вся моя огромная любовь, - заставляют меня жить, двигаться, делать все то же, все то же: лазарет, ночи около умирающих, вязание солдатских напульсников, чтение по утрам списков убитых.

Источник: библиотека Максима Мошкова

2. Определение требований к изделию

1. Наличие материала
2. Наличие необходимых инструментов и оборудования
3. Экономичность (низкая стоимость)
4. Простота в изготовлении
5. Удобство в использовании
6. Экологичность
7. Яркий цвет изделия
8. Привлекательный внешний вид

3. Виды и назначение напульсников

▪ **Кожаные** — используются в тяжелой атлетике и в разных видах борьбы. Они фиксируют сустав, что важно при поднятии тяжести. Напульсники помогают восстановить кисть спортсмена, который недавно получил травму. Натуральный материал, из которого изготовлен аксессуар, позволяет коже дышать и не создает никакого дискомфорта. Цена аксессуара варьируется от 300 до 1 000 рублей.

▪ **Трикотажные** — используются в легкой атлетике, в баскетболе, волейболе и других видах спорта. Они изготавливаются из эластичной ткани, которая фиксирует запястье, используется в роли салфетки, убирающей пот. Стоимость трикотажных напульсников варьируется от 300 до 1 500 рублей (в зависимости от бренда).

▪ **Напульсники с карманами.** Используются чаще всего на любительских тренировках. В кармане хранятся деньги, ключи от дома или машины и другие ценные вещи. Примерная цена аксессуара — 1 000 рублей.

▪ **Вязаные** — это не спортивный аксессуар, а элемент модного образа молодых людей. Их делают в тон с шапкой или шарфом или выбирают как самостоятельный предмет гардероба. Их стоимость составляет от 200 до 1 000 рублей.

4. Выбор материалов

Напульсники могут быть трикотажными, вязаными, кожаными с фиксацией, из мягкой впитывающей ткани для вытирания пота со лба во время тренировки. Для спорта обычно выбирают напульсники из эластичной ткани, которая будет плотно обтягивать запястье, но при этом не причинять дискомфорта. Удобными считаются напульсники, изготовленные из хлопка, эластана и нейлона

5. Определение функций изделия

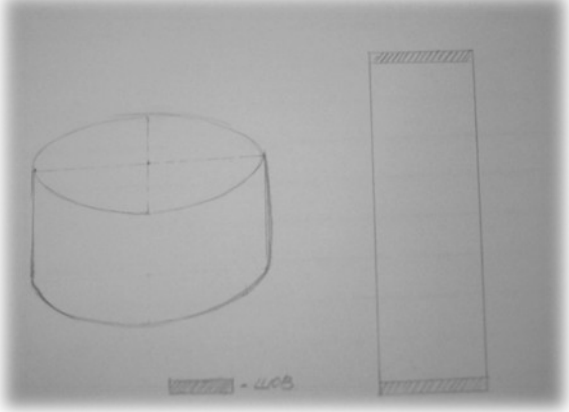

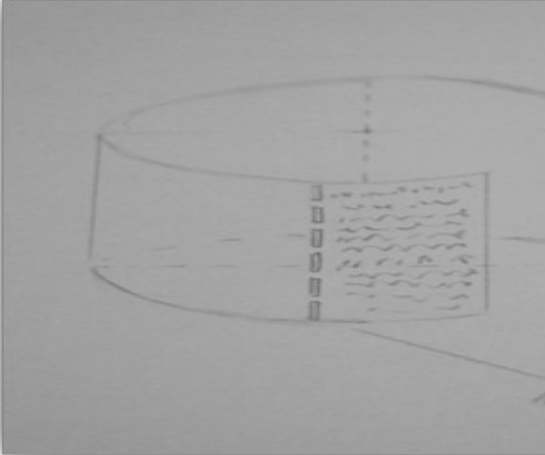
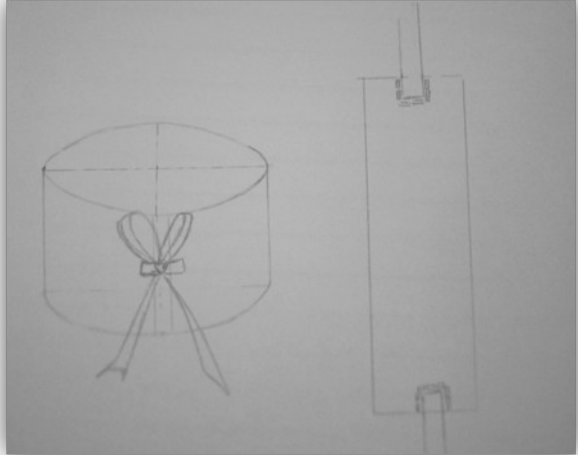
Напульсник должен:

- быть широким и сделанным из плотной и эластичной ткани;
- плотно облегал руку, не пережимая её и не болтаясь;
- хорошо впитывать влагу и поддерживать температуру;
- электронный напульсник может считать шаги, затраты энергии, считать пульс и другие параметры, т.е. оценивать состояние человека.

Вывод:

Проанализировав данные, оценив бюджет, можно сделать вывод, что для различения игроков в командных спортивных играх можно самостоятельно сшить трикотажные напульсники различных цветов

6. Выработка идей и вариантов.

Модели	
<p data-bbox="225 300 491 376">Модель №1 « Непрерывная»</p> 	<p data-bbox="855 300 1134 376">Модель №2 « С пуговицами»</p> 
<p data-bbox="225 862 464 938">Модель №3 « С липучкой»</p> 	<p data-bbox="855 862 1078 938">Модель №4 « На завязке»</p> 

7. Оценка и выбор лучшего варианта.

Номер модели	Критерии оценки	
	+	-
Модель №1 « Непрерывная»	Малое количество затрачиваемых материалов	Учитываются индивидуальные критерии человека (размер запястья, руки)
Модель №2 « С пуговицами»	Удобство в использовании	Недолговечность (растяжение в местах петель и отрыв пуговиц)
Модель №3 « С липучкой»	Удобство в использовании	Недолговечность (быстрота изнашивания липучки и её засорение)
Модель №4 « На завязке»	Практичность, удобство, экономичность	Нужна помощь при одевании

Итак, рассмотрев созданные модели, наилучшим вариантом оказалась модель №4.

Здесь мы видим ряд преимуществ:

- 1) не нужно тратить на дополнительные материалы (такие как: липучки, пуговицы), поскольку завязки можно сделать из тех же остатков лоскутков ;*
- 2) практичность (мы можем отрегулировать размер напульсника);*
- 3) простота в изготовлении .*

Недостаток - помощь при одевании - в команде всегда можно исправить!

8. Описание модели

Размеры напульсника 220x60мм. Модель имеет форму прямоугольника. По боковым сторонам расположены пробивные петли, в которые вставляется шнур сквозным способом. Шнур может располагаться с внешней или внутренней стороны изделия, фиксируя напульсник на руке.



9.Технология изготовления Последовательность выполнения операций

1. Построение чертежа будущего изделия.
2. Изготовление шаблонов по чертежу
3. Перевод шаблонов на ткань.
4. Выкраивание деталей.
5. Стачивание деталей.
6. Выворачивание и ВТО деталей.
7. Вкладывание уплотнителя.
8. Застрачивание стыков.
9. Пробивание петель.
- 10.Продевание шнуров.

10. Правила техники безопасности

Правила работы с ручными инструментами

1. Осторожно пользоваться инструментами;
2. Не вкалывать во время работы иглу в одежду или не оставлять ее на рабочем месте;
3. Игла всегда должна быть с ниткой, в случае потери ее сразу же надо искать (для этого полезно иметь магнит, с его помощью можно легко найти упавшую иглу);
4. Во время перерыва в работе вкалывать иголки и булавки в игольницу, ножницы класть на стол с сомкнутыми лезвиями;
5. Иглы хранить в подушечке или игольнице, обвив их ниткой. Булавки хранить в коробке с плотно закрывающейся крышкой.
6. Сломанную иглу не бросать, а класть в специально отведенную для этого коробку.
7. Знать количество иголок, булавок, взятых для работы. В конце работы проверить их наличие.
8. Во время работы иголки и булавки вкалывать в подушечку, нельзя брать в рот, не вкалывать в одежду, мягкие предметы, стены, занавески. Не оставлять иголку в изделии.
9. Не шить ржавой иглой. Она плохо проходит в ткань, оставляет пятна и может сломаться.
10. Прикреплять выкройки к ткани острыми концами булавок в направлении от себя, чтобы при движении рук вперед или в стороны не наколоться.
11. Перед примеркой проверить, не остались ли в изделии булавки или иголки.

12. Передавать ножницы друг другу только кольцами вперед.
Не размахивать ими.
13. Ножницы хранить в определенном месте - в подставке или рабочей коробке.
14. Класть ножницы сомкнутыми лезвиями от работающего; передавая, держать их за сомкнутые лезвия.
15. Работать хорошо отрегулированными и заточенными ножницами.
16. Не оставлять ножницы с раскрытыми лезвиями.
17. Следить за движением и положением лезвий во время работы.
18. Использовать ножницы только по назначению.
19. Не брать в рот нитку, ткань, иголки;
20. Для шитья и вышивки вдевать в иглу нить не длиннее локтя;
21. По окончании занятий привести свое рабочее место в порядок.

Правила работы на швейной машине.

1. Маховое колесо вращать только на себя.
2. Толщину нитей и иглы подбирать в соответствии с тканью.
3. Проверять степень натяжения верхней нити, величину стежка, вид машинной строчки.
4. Заправлять нити в точном соответствии с инструкцией к швейной машине (нити верхней и нижней заправки должны быть одного номера и желательно одного цвета).
5. Помнить, что при шитье деталь изделия должна находиться с левой стороны от работающего, а припуски на швы — с правой стороны.
6. Под лапку подкладывать ткань, делать прокол иглой, опускать лапку, выводить нити за лапку с концами длиной 8—10 см.
7. По окончании работы поднимать иглу и лапку, отодвигать ткань в сторону, подтягивать нити и обрезать их, используя нож, расположенный на рукаве швейной машины.
8. Не допускать работу швейной машины, когда ткань сошла с зубцов ее рейки.
9. По окончании работы подложить кусочек ткани под лапку и выключить электрическую швейную машину.

Правила работы с утюгом

1. Перед работой утюгом проверить исправность шнура.
2. Утюг включать и выключать сухими руками, берясь за корпус вилки.
3. Ставить утюг на подставку.
4. Следить за тем, чтобы подошва утюга не касалась шнура.
5. По окончании работы утюг выключить.

11. Предварительный расчет себестоимости

№п/п	Наименование	Цена за единицу, руб.	Расход материалов на изделие	Затраты на материалы, руб.
1.	Лоскуты хлопчатобумажного трикотажа	-	2 дм ²	-
2.	Дублерин клеевой	295	12 см	24.60
3.	Вспененный полипропилен для уплотнения	-	1 дм ²	-
4.	Шнурки яркие	30	6 пар	180
5.	Нитки х/б №40	4	4	16
Итого		220.40		

Вывод:

Стоимость одного напульсника составит: $220.40/10=22.4$ рубля

Цена одного напульсника в магазине составляет 99 рублей и выше, что в 4 раза дороже.

12. Концепция цвета

Каждый цвет влияет на наше психологическое состояние. Одни цвета притягивают внимание, другие, напротив, отталкивают. Поэтому цвет одежды, которую мы надеваем, формирует у окружающих определенные психологические ощущения. Разбираясь в значениях цветов можно управлять впечатлением и создавать [необходимый эффект](#).

Из цветов и оттенков можно составить множество вариаций, как гармоничных, так и тех, в которых наблюдается дисбаланс. Раскроем смысл некоторых комбинаций.

- **Синий-серый** – отражает спокойствие, отсутствие обязательств и вовлеченности.
- **Синий-коричневый** – намекает на заботу, ласку и нежное обращение.
- **Синий-фиолетовый** – такие люди стремятся к тонкости и нежности чувств, идеализируют отношения.
- **Синий-желтый**. Этот микс выбирают девушки, которые хотят найти любовь окружающих, стараются быть полезными для людей, а также быть понятыми.
- **Синий-красный** – символ взаимного сотрудничества, говорит об эмоциональной удовлетворенности.
- **Серый-зеленый** – демонстрирует превосходство, самоутверждение, престиж. В некоторых случаях выступает в роли осторожности в делах.
- **Синий-зеленый** – аккуратность, логичность, точность, педантичность.

- **Зеленый-красный** – инициативность, активная деятельность, ведущая к получению авторитета и власти.
- **Зеленый-желтый** – честолюбие, корыстные чувства.
- **Зеленый-фиолетовый** – тяга к признанию и уважению окружающих, без связывания себя какими-либо обязательствами.
- **Красный-желтый** – признак жажды к освоению нового.
- **Зеленый-черный** – упрямство и порицание вмешательств извне
- **Желтый-черный** – неожиданный кризис, неожиданные решения.
- **Красный-черный** – чрезмерные желания.
- **Серый-красный** – необдуманные действия.
- **Красный-фиолетовый** – возбуждающая эротичность.
- **Желтый-фиолетовый** – буйство фантазий, очарованность, желание быть втянутым в приключения.
- **Фиолетовый-коричневый** – любовь к удовольствиям – вкусной пище, дорогим одеждам, автомобилям и т.д.
- **Серый-фиолетовый** – прекрасно развитое чувство всего прекрасного, эстетическая восприимчивость.
- **Красный-коричневый** – потакание собственным мечтам.
- **Желтый-коричневый** – отсутствие ограничений в свободе, отсутствие обязательств.
- **Фиолетовый-черный** – стремление стать признанным.
- **Серый-желтый** – неуверенность в себе.
- **Зеленый-коричневый** – потребность в покое и душевном равновесии, терпеливость.
- **Серый-коричневый** – истощение.
- **Коричневый-черный** – отказ от высших идеалов, самоунижение.
- **Желтый-красный** – активная жизненная позиция.
- **Черный-синий** – демонстрирует гармонию и покой.

Чтобы определиться с выбором цвета ткани, мы не только учитывали свои предпочтения цвета, но и познакомились с информацией о влиянии цвета на психику и здоровье человека:

❖ **Бирюзовый цвет** - сочетает в себе положительные свойства как синего, так и зеленого цвета. Обладает способностью укреплять все системы организма, рождает уверенность в себе.

❖ **Оттенок красного цвета** - поможет установить контакт и расположить к себе собеседников, привлечь внимание, поможет подчеркнуть смелость и энергичность.

Вывод: эти цвета подходят для спортивных соревнований

13. Самооценка проекта

Самооценка проекта учащимися:

Напульсники были выполнены по этапам, соответствующим технологическому проекту. При выполнении практико-ориентированного проекта мы научились составлять и разрабатывать проекты по технологии. Получили навыки в области обработки нетканых материалов, пошива напульсников, научились организованно работать в группе.

Обязанности в группе были распределены таким образом, что каждый поучаствовал в проекте по мере способностей и желания.

В результате выполнения проекта мы сшили 10 напульсников, опробовали их функциональность в игре в баскетбол и сделали следующие выводы по их использованию:

ИНСТРУКЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ НАПУЛЬСНИКОВ

1. Фиксировать напульсники на участнике игры можно в двух положениях – на запястье или на предплечье
2. Способ фиксации предпочтительнее, когда шнур находится с внешней стороны изделия, потому что обеспечивается полное прилегание и цвет шнура дополнительно акцентирует внимание.



Мы довольны своей работой.

Этот практико-ориентированный проект имеет большую практическую значимость. Теперь в спортивном зале есть спортивные аксессуары для различия команд в спортивных играх. Нам очень приятно, что о нас в школе останется хорошая память, благодаря выполненному проекту.

Самооценка проекта педагогами:

Проект «Значение спортивных аксессуаров для командных игр» в школе был реализован полностью согласно установленным срокам проведения.

Все учащиеся 11Б класса были вовлечены в творческий процесс и выполняли различные виды деятельности: интеллектуальную, эмоционально-волевою, коммуникативную, практическую, презентативную. Была проведена спортивная игра, в ходе которой ребята анализировали продукты своей работы. Охват учащихся в данном проекте составил 14 человек.

В результате проектной деятельности были созданы следующие продукты: напульсники в количестве 10 штук, инструкция по использованию напульсников, тематические мультимедийные презентации.

Результаты общешкольного проекта дают основания считать, что цель проекта достигнута, поставленные задачи решены, гипотеза подтверждена, а результаты могут быть использованы в педагогической деятельности учителей школ.

14. Список использованной литературы и электронных информационных источников

1. Толковый словарь русского языка. С.И.Ожегов, Н.Ю.Шведова.
2. Новый толково-словообразовательный словарь русского языка, Т. Ф. Ефремова.
3. Источник: библиотека Максима Мошкова
4. <http://www.google.ru/>
5. <http://www.mail.ru/>
6. <http://www.rambler.ru/>
7. www.in-image.ru Индустрия Имиджа

