

Государственное казенное учреждение социального обслуживания Пермского края
«Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей» г. Краснокамска

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Протокол № 2 от

19.09.24

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГКУСО ПК ЦПД
г. Краснокамска
О.П.Попова
« 19 » 09 2024г.



Общеразвивающая программа дополнительного образования

«Швейное дело»

Возраст обучающихся: 11-18 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель:
Шиляева Светлана Вячеславовна,
инструктор по труду

Краснокамск, 2024

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

1.2. Цель и задачи

1.3. Содержание программы

Учебный план

Содержание учебного плана

1.4. Планируемые результаты

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

2.2. Условия реализации программы

2.3. Формы аттестации

2.4. Оценочные материалы

2.5. Методическое обеспечение программы

2.6. Список литературы

3. Приложения

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Швейное дело» разработана в соответствии с требованиями нормативных документов:

Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (принято Государственной Думой РФ 21.12.2012г., со всеми изменениями и дополнениями за 2022г.);

Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вступили в силу с 1 января 2021г., действительны по 1 января 2027г.)

Распоряжения Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей»;

Распоряжения Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р. «Об утверждении Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года.

Направленность программы: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Швейное дело» - профориентационной, прикладной направленности. Ориентирована на формирование и развитие творческих способностей учащихся, на создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся.

Актуальность: Актуальность предлагаемой программы определяется запросом со стороны воспитанников, способствует развитию творческого мышления и воображения, привлекает результатами собственного труда. Сколько радости получают воспитанники, когда своими руками шьют различные швейные изделия, удивляются и восхищаются, рассматривая образцы учителя и изделия, выполненные народными умельцами. Следовательно, рукоделие является ещё и средством эмоционально-эстетического воспитания воспитанников. Работа с тканью и нитками - самые распространённые виды декоративно-прикладного искусства. Это не только женское рукоделие, но и в большей степени духовное занятие, требующее умения видеть и понимать красоту.

Отличительной особенностью программы является: Формирование всесторонней и гармонично развитой личности ребёнка немислимо без трудового воспитания на основе общего образования, цель которых – готовить детей к активной трудовой деятельности, сознательному выбору профессии, развивать творческое отношение к труду.

Правильно поставленное трудовое воспитание, обучение и профессиональная ориентация, непосредственное участие воспитанников в общественно полезном, производительном труде являются незаменимыми

факторами выработки осознанного отношения к учебе, гражданского становления, нравственного и интеллектуального формирования личности.

Категория обучающихся: В Центре помощи детям, оставшимся без попечения родителей г. Краснокамска проживает от 30 до 50 воспитанников, контингент постоянно меняется, так как основная задача учреждения – это семейное устройство детей. У данной категории детей нет положительного опыта семейной жизни, в результате социальной запущенности дети отстают в развитии и не мотивированы на обучение. У них преобладает низкая самооценка, высокая эмоциональная подвижность, возбудимость, агрессия, гиперактивность.

Определенные навыки и умения по трудовой подготовке воспитанники учреждения получают во время учебы в школе, однако считаем, необходимым закрепить, углубить и расширить полученные знания в условиях Центра помощи детям, оставшимся без попечения родителей. Необходимо проведение специальных занятий с воспитанниками, которые направлены на воспитание трудолюбия, предприимчивости, привитие элементарных знаний и умений по ведению домашнего хозяйства, развитию эстетического вкуса, формирование потребности к самообслуживанию. Все это возможно через реализацию программы «Швейное дело». Программа включает в себя обучение воспитанников навыкам ремонта одежды и изготовления швейных изделий. Одной из основных задач учреждения является подготовка его воспитанников к самостоятельной жизни и труду.

Сроки реализации: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Швейное дело» разработана на 1 год обучения. Программа составлена на 68 часов учебных занятий, которые проходят два раза в неделю по 1 часу.

Форма занятий: Основными формами работы является групповые и индивидуальные занятия.

Методы и приемы, используемые в работе: лекция, презентация, демонстрация работы швейного оборудования, отработка практических навыков, практические занятия.

Режим занятий: Основной формой организации трудового обучения воспитанников является учебное занятие продолжительностью 1 учебный час, из которых 10 мин. – отводится на организационные моменты, 15 мин. – отводится на теоретическую часть, 30 мин.- практические занятия, 5 мин.- подведение итогов учебного занятия. Состав группы: 4-8 воспитанников. Интенсивность проведения занятий – 2 раза в неделю.

Педагогическая нагрузка: По программе проходят обучение 2 группы по 1 учебному часу два раза в неделю-4 часа.

1.2 Цель программы:

Формирование и развитие общетрудовых специальных навыков воспитанников путем обучения технологическим приемам по швейному делу.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Знакомить учащихся с многообразием применяемых тканей и материалов, используемых при пошиве изделий, их свойствами.
2. Знакомить с профессиями швеи, закройщика, дизайнера

Развивающие:

Формировать и развивать имеющиеся умения и навыки работы с инструментами, приспособлениями и швейными машинами, умения организовать своё рабочее место;

3. Формировать умения и навыки подготовки к работе по выполнению швейных операций с соблюдением правил техники безопасности;
4. Развить интерес к изучению методов и приёмов по выполнению швейных работ;
5. Развить творческую активность, направленную на создание изделий необходимых в быту;

Воспитательные:

6. Воспитывать уважительное отношение между членами коллектива посредством совместной деятельности;
7. Подготавливать воспитанников учреждения к будущей семейной жизни, привитие практических навыков работы с иглой, тканью, швейной машиной и поделочными материалами.

1.3 Содержание программы

Основные направления и содержание деятельности

Программа «Швейное дело» в объеме 68 часов, включает 10 блоков:

1. Вводное занятие.
2. Работа на швейной машине.
3. Работа с тканью.
4. Построение чертежа по заданным размерам. Пошив изделия с применением двойного шва.
5. Ремонт одежды.
6. Снятие мерок.
7. Пошив фартука.
8. Пошив прихваток в технике лоскутного шитья.
9. Пошив халата (пижамы).
10. Подгонка одежды по фигуре.

Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Швейное дело»

	Тема занятия	Часы теория	Часы практика	всего	Форма аттестации/ контроля
1	Вводное занятие	1,5	0,5	2	Опрос
	Техника безопасности	0,5			
	Вводный инструктаж	0,5			
	Работа с режущими предметами	0,5	0,5		
2	Работа на швейной машине	1,5	7,5	9	Практическая работа
	Простейшие сведения о ткани	0,5			
	Свойства ткани				

	Инструменты и приспособления для ручных работ	0,5	0,5		
	Уход за швейной машиной	0,5	1		
	Заправка швейной машины		1		
	Выполнение машинных строчек на образцах		2		
	Изготовление игольницы		3		
3	Работа с тканью	1	5	6	Практическое зачетное занятие
	Ручные и машинные работы при пошиве изделия	0,5			
	Выполнение ручных стежков		1		
	Виды машинных швов	0,5			
	Выполнение машинных швов на образцах		2		
	Раскрой и пошив полотенца		2		
4	Построение чертежа по заданным размерам. Пошив изделия с применением двойного шва.	1	9	10	Практическое зачетное занятие
	Определение размеров комплекта постельного белья	0,5			
	Построение чертежа		1		
	Раскрой		1		
	Пошив наволочки, простыни.	0,5	3		
	Пошив пододеяльника.		3		
	Влажно-тепловая обработка		1		
5	Ремонт одежды	0,5	3,5	4	Устный опрос, наглядные действия и показы
	Подготовка одежды к ремонту	0,5			
	Простейшие виды ремонта		3,5		
6	Снятие мерок		1	1	Устный опрос
7	Пошив фартука		8	8	Практическое занятие
	Построение выкройки по индивидуальным размерам		1		
	Раскрой фартука		1		
	Обработка мелких узлов фартука		2		
	Сборка фартука		3		

	Влажно-тепловая обработка		1		
8	Пошив прихваток в технике лоскутного шитья		4	4	Устный опрос
	Раскрой прихваток		1		
	Сборка основы прихватки		2		
	Обработка края косой бейкой		1		
9	Пошив халата (пижамы)		14	14	Практическое зачетное занятие
	Моделирование и построение выкройки изделия		2		
	Раскрой изделия		2		
	Подготовка к примерке		2		
	Примерка изделия		1		
	Обработка мелких узлов изделия		2		
	Сборка изделия		4		
	Влажно - тепловая обработка		1		
10	Подгонка одежды по фигуре		10	10	Практическое зачетное занятие
	Подгонка низа изделия		4		
	Подгонка изделия в талии		6		
	ИТОГО:			68 часов	

Содержание учебного плана дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Швейное дело»:

Вводное занятие -2 часа

Теоретические сведения. Знакомство с планом работы, повторение правил безопасной работы, современное направление молодежной моды.

Практические работы. Пробная работа с ножницами. Раскрой мелких деталей для прихватки в стиле лоскутного шитья.

Работа на швейной машине -9часов

Теоретические сведения. Цель: сформировать у воспитанников знания об ассортименте тканей. Познакомить с определениями: прејскурант, артикул. Дать краткую характеристику основным группам швейных материалов. Характеристика ассортимента тканей по ворсистоу составу. Познакомить воспитанников с характеристикой и назначением оборудования, применяемого в швейной промышленности. Сформировать основные понятия о методике планирования рабочих мест.

Практические работы. Заправка швейной машины. Выполнение образцов технологических узлов, деталей. Изготовление игольницы.

Работа с тканью -6 часов

Теоретические сведения. Технология обработки узлов, применяемые при пошиве изделий.

Практические работы. Выполнение образцов технологических узлов, деталей. Оформление альбома.

Построение чертежа по заданным размерам. Пошив изделия с применением двойного шва-10 часов

Теоретические сведения. Виды постельного белья (состав, размеры)

Практические работы. Построение чертежа. Раскрой. Пошив наволочки, простыни, пододеяльника. Влажно-тепловая обработка.

Ремонт одежды-4 часа

Теоретические сведения. Виды дефектов одежды и способы их устранения.

Материалы, применяемые для ремонта одежды.

Практические работы. Выполнение ремонта подготовленной одежды.

Снятие мерок-1 час

Практические работы. Работа в парах. Снятие мерок и заполнение технологической таблицы.

Пошив фартука-8 часов

Теоретические сведения. Раскрой изделия по индивидуальным меркам, подготовка к примерке, её проведение. Возможные дефекты и их устранение. Последовательность технологической обработки изделия.

Практические работы. Раскрой изделия. Подготовка к примерке, проведение примерки. Устранение дефектов. Составление плана обработки изделия. Пошив. Влажно-тепловая обработка.

Пошив прихваток в технике лоскутного шитья-4 часа

Практические работы. Раскрой прихваток. Сборка основы прихватки. Обработка края косой бейкой. Влажно-тепловая обработка.

Пошив халата (пижамы)-14 часов

Теоретические сведения. Выбор модели по типу фигуры. Моделирование и конструирование изделия. Построение выкройки изделия.

Практические работы. Раскрой изделия. Подготовка к примерке. Примерка изделия. Обработка мелких узлов изделия. Сборка изделия. Влажно - тепловая обработка.

Подгонка одежды по фигуре-10 часов

Теоретические сведения. Типы фигуры. Технология устранения недочетов одежды.

Практические работы. Примерка изделия, определение дефекта. Выполнение работ по устранению дефекта.

1.4 Планируемые результаты

В ходе освоения программы воспитанники отрабатывают знания по материаловедению, машиноведению, навыки по ручной обработке ткани, по шитью на швейной машине. Особое внимание уделяется ремонту одежды, по

узловой обработке швейных изделий и декорированию. Итог годовой работы это изготовление швейных изделий.

В результате освоения программы «Швейное дело» воспитанники ЗНАЮТ:

- правила безопасности труда и личной гигиены;
- правила пользования инструментами – ножницами, карандашом, линейкой, иглой;
- различают материалы и инструменты, знают их названия (инструменты: ножницы, карандаш, линейка, игла);
- краткие сведения о тканях;
- терминологию ручных, машинных, утюжильных работ;
- правила снятия мерок;
- правила пользования швейной машиной.

УМЕЮТ:

- пользоваться инструментами, материалами и приспособлениями;
- организовывать рабочее место;
- заправлять и устранять мелкие неполадки швейной машины;
- выполнять работы самостоятельно согласно технологии, использовать знания умения и навыки, полученные на занятиях;
- выполнять ручные и машинные работы;
- выполнять ремонт одежды.

2.Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график (Приложение 1)

2.2.Условия реализации программы

2.2.1.Материально-технические условия

1. Ручные инструменты:

- Наборы ручных игл;
- Наперсток;
- Булавки с ушком;
- Сантиметровая лента;
- Ножницы портновские;
- Мел портновский;
- Линейка 1 м.;
- Линейка закройщика;
- Карандаши.

2. Оборудование влажно – тепловой обработки:

- Гладильная доска;
- Утюг электрический с терморегулятором и пароувлажнителем;
- Пульверизатор;

- Манекен.

3. Машинный парк:

- Универсальные швейные машины;
- Машинные иглы;
- Отвертки;
- Смазочные материалы;
- Щеточки для чистки швейных машин;
- Запасные шпульные колпачки;
- Шпульки;
- Емкости для сбора мусора.

4. Наглядные пособия, коллекции и раздаточный материал:

- Плакаты по технологии обработки швейных изделий;
- Коллекции волокон хлопка, льна, шерсти, шелка, химических волокон;
- Образцы ручных строчек;
- Образцы машинных строчек;
- Коллекции тканей из разных волокон;
- Коллекция фурнитуры;
- Журналы мод;
- Лекала изделий;
- Выкройки изделий;
- Выставка творческих работ детей.

2.2.2 Требования кадровому обеспечению

- Педагог дополнительного образования

2.3. Формы аттестации

При проведении анализа результатов обучения оценивается теоретическая и практическая подготовка воспитанников.

Теоретическая подготовка включает - теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы) и уровень владения специальной терминологией.

Практическая подготовка – практические умения и навыки (по основным разделам учебно-тематического плана программы), уровень владения специальным оборудованием и оснащением.

Оценка результативности проводится преподавателем по завершению каждого блока программы.

Степень выраженности оцениваемого качества классифицируется следующим образом:

Максимальный уровень – освоен практически весь объем знаний, предусмотренных программой;

Средний уровень – объем усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$;

Минимальный уровень – объем усвоенных знаний менее чем $\frac{1}{2}$

2.4. Механизм оценивания образовательных результатов обучающихся

	Минимальный уровень	Средний уровень	Максимальный уровень
Теоретическая подготовка			
Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами	Знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.	Знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.
Владение специальной терминологией	Специальную терминологию знает частично	Знает специальную терминологию, но редко использует её при общении	Знает специальную терминологию, осмысленно и правильно её использует.
Практическая подготовка			
Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Не может изготовить образец в соответствии с заданием. Требуется постоянные пояснения и помощь педагога при выполнении задания.	Может изготовить образец по схеме при подсказке педагога. Нуждается в пояснении последовательности работы, но способен после объяснения к самостоятельным действиям.	Самостоятельно изготавливает образец в соответствии с заданием, вносит новые элементы обработки, самостоятельно выполняет авторские проекты. Принимает активное участие в выставках, творческих конкурсах.
Владение специальным оборудованием и оснащением	Требуется контроль педагога при работе с инструментами	Требуется периодическое напоминание о том, как работать с инструментами.	Четко и безопасно работает инструментами.

Итоговый контроль приобретенных практических умений и навыков осуществляется по качеству изготовления практических работ, по результатам участия в выставках, творческих конкурсах.

2.5. Методическое обеспечение программы

Занятия в кружке проходят в очной форме.

Методы трудового обучения:

Метод объяснения используется при обучении в сочетании с показом трудовых действий, с демонстрацией различных наглядных пособий, с пробными действиями воспитанников.

Наглядный метод. Демонстрация различных средств наглядности: образцов объектов труда и их изображений, инструментов, машин и их изображений.

Демонстрация опытов. При изучении свойств материалов, которые нельзя выявить только путем внешнего осмотра образцов, применяют **демонстрацию опытов**. Опыт ставится таким образом, чтобы изменения, происходящие с материалами при различных воздействиях на них, были хорошо заметны.

Инструктаж. Представляет собой совокупность методов; словесных и наглядных, сочетание объяснения, демонстрации способов действия, таблиц, схем и т.д.

Практический метод. - Многократное сознательное и целенаправленное повторение изучаемых трудовых приемов и операций. В результате воспитанники постепенно овладевают трудовыми навыками.

Формы организации образовательного процесса: индивидуально – групповая и групповая.

Формы организации учебного занятия: практическое занятие, конкурс, ярмарка.

Алгоритм учебного занятия:

- подготовка рабочего места
- рассказ, лекция, объяснение
- выполнение практического задания
- проверка выполнения практического занятия

Дидактические материалы: технологические карты, образцы тканей, образцы изделий.

2.6. **Использованные нормативные источники и литература:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (принят ГД ФС РФ 21.12.2012, со всеми изменениями и дополнениями на 2022г.) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://zakonobobrazovani.ru/zakon-ob-obrazovanii.pdf>
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rg.ru/2013/12/11/obr-dok.html> 14
3. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вступили в силу с 1 января 2021г., действительны по 1 января 2027г.) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202012210122>
<https://docs.cntd.ru/document/566085656>
4. Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://government.ru/docs/14644/>
5. Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://gov.garant.ru/SESSION/PILOT/main.htm>
6. Арефьев И.П. Занимательные уроки технологии 5 класс, 6 класс, 7 класс, 8 класс, 9 класс. Пособие для учителя. – М.: Школьная пресса, 2017.
7. Букатов В.М., Ершова А.П. Я иду на урок. Хрестоматия игровых приемов обучения. Книга для учителя. – М.: Издательство «Первое сентября» 2017.
8. Макруцкая С.А. Технология: обслуживающий труд. Тесты 5 – 7 классы. – М.: Издательство «Экзамен», 2019
9. Неделя технологии в начальной и средней школе: праздники, посиделки, викторины, семинары, конкурсы, игры / авт.-сост. О.В. Павлова. – Волгоград: Учитель, 2017.
10. Программа образовательных учреждений «Технология. Трудовое обучение» 1 – 4, 5 – 11 классы. Ю.Л. Хотунцев, В.Д. Симоненко; М. «Просвещение» 2018.
11. Программа «Технология 5 – 8 классы» И.А. Сасова, А.В. Марченко; М. Издательский центр «Вентана – Граф» 2019.
12. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8 – 11 классы). – М.: ВАКО, 2018.

13. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие, Тренинги готовности к экзаменам (9 – 11 класс). Под ред. Л.А. Обуховой – М.: ВАКО, 2017.
14. Сборник заданий для развития творческой активности подростков в технологическом образовании.: Коновалова В.Б. Учебно – методическое пособие.- Киров: Изд-во ВятГГУ, 2019.
15. Сборник нормативных документов «Технология», федеральный компонент государственного стандарта; федеральный базисный учебный план. М.: Дрофа 2019
16. Сидорова Л.К. Организация и содержание работы с детьми – сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей. – М.: Айрис – пресс, 2017.
17. Технология. Метод проектов в технологическом образовании школьников: Пособие для учителя/ Под. ред. И.А. Сасовой. – М.: Вентана – Граф, 2020.
18. Технология. 5 -11 классы: проектная деятельность учащихся /авт. – сост. Л.Н. Морозова, Н.Г. Кравченко, О.В. Павлова. – Волгоград: Учитель, 2019.
19. Технология. 5 – 11 классы: предметные недели в школе / авт. –сост. Е.Д. Володина, В.Ю. Суслина. – Волгоград: Учитель, 2020.
20. Технология. Методика обучения технологии. 5 – 9 кл.: метод.пособие / А.К. Бешенков, А.В. Бычков, В.М. Казакевич, С.Э.Маркуцкая. – 3-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2018.
21. Технология. 5 – 9 классы. Организация проектной деятельности / авт.-сост. О.А. Нессонова и др. – Волгоград: Учитель, 2019.
22. Технология. 5 класс, 6 класс, 7 класс, 8 класс, 9 класс (вариант для девочек): поурочные планы по учебнику под ред. В.Д. Симоненко / авт. – сост. О.Д. Павлова, Г.П. Попова – Волгоград: Учитель, 2018.
23. Технология. Профориентация: Тесты / Авт.- сост. И.П. Арефьев. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2020
24. Уроки по курсу «Технология»: 5 – 9 класс (девочки). - М.: 5 за знания, 2017.

Календарный учебный график
Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Швейное дело»

№	Наименование раздела	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Количество часов		
											Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
	Всего учебных часов	8	8	8	8	6	8	8	8	6			
1.	Вводное занятие	1	1										
2.	Работа на швейной машине	7	2								2	2	
3.	Работа с тканью		5	1							9	1.5	7.5
4.	Построение чертежа по заданным размерам. Пошив изделия с применением двойного шва.			7	3						10	1	9
5.	Ремонт одежды										10	1	9
6.	Снятие мерок				4						4	0,5	3,5
7.	Пошив фартука				1						1		1
8.	Пошив прихваток в технике лоскутного шитья					6	2				8		8
9.	Пошив халата (пижамы)						2	8	4		4		4
10.	Подгонка одежды по фигуре								4	6	10		10
	Итого	8	8	8	8	6	8	8	8	6	68	6	62