

Автономная некоммерческая организация  
дополнительного профессионального образования  
«Школа модельного бизнеса «Светлана»



Утверждаю

Руководитель образовательного учреждения

Товкач А.В.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Школа моделей»**

Возрастная категория учащихся от 12 лет и старше

Срок реализации: 3 месяца (72 часа)

Автор: Товкач Анастасия Васильевна

Челябинск 2023

1.Содержание	2 стр.
2.Пояснительная записка	3 стр
3. Учебный план	4стр
4. Примерный календарный учебный график	6 стр
5. Учебно-тематический план	7 стр
6. Организационно педагогические условия	10 стр
7. Формы аттестации	10 стр
9. Приложение	11 стр

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Мода - одно из древнейших искусств известных цивилизации. Этот вид культуры человечества отражает все исторические, культурные, общеполитические изменения, происходящие в обществе.

На протяжении веков история моды имела свое значение и предназначение. Этот жанр искусства дает возможность отражения действительности и внутреннего мира. Гармония между внутренним содержанием и внешним проявлением- вот основная тенденция развития моды.

Неудивительно, что в последнее время молодежь заинтересованно относится к миру моды. Возможности, открывающиеся в течении нескольких лет, дают возможность свободного выбора деятельности и самовыражения. Мода-это всегда выражение внутреннего состояния через внешние проявления.

Сценическое искусство дарует ни с чем не сравнимое чувство сопереживания, эмоционального соучастия в самом процессе творчества. И именно эту возможность получают модели, работающие на подиуме.

Сочетание многих искусств дает невероятные возможности для развития творческой, гармоничной личности. Подиумный шаг, психология общения, основы стиля, макияжа и парикмахерского искусства, основы фотопозирования - позволяют превратиться в гармонично развитую личность, владеющую своим телом, образом и умеющую вести себя не только в атмосфере сценического действия, но и в обыденной жизни.

Внутренняя культура, эстетическая красота движений моделей на подиуме, созданный ей образ –плод упорной работы на занятиях, управление своим телом, своими эмоциями, гармоничные движения на подиуме, нужная подача линий тела, выявление всех достоинств демонстрируемого наряда, установление визуального контакта с аудиторией-залог успешной работы модели.

Интерес к данному виду творчества захватывает самые различные слои населения.

Данная программа предназначена для обучения основам модельного искусства всех желающих в возрасте от 12 лет и старше.

Срок реализации программы: 3месяца (72 часа)

Программа разработана с целями охватить несколько направлений.

### **Направление общего развития**

Многие родители и дети не хотят двигаться в модельном направлении. Их интересуют базовые навыки и знания, которые помогут чувствовать себя уверенно в современном обществе.

#### **Цели направления:**

- познакомить обучающихся с основами личной гигиены и косметологии;
- познакомить обучающихся с основами макияжа лица, стилистики в одежде;
- объяснить правила правильной осанки и необходимости регулярной физической нагрузки;
- помочь развить коммуникативные навыки;
- научить подиумному шагу и основам фотопозирования.

## **Модельное направление**

Многие подростки мечтают о профессии «Модель». Очень часто мнение обывателя складывает неправильное представление о этой профессии.

### **Цели направления:**

- познакомить с моделингом;
- разъяснить требования к внешним данным и поведенческий этикет в профессии;
- дать вводные знания и навыки в модельном направлении.

### **Задачи курса:**

#### **а) теоретического характера:**

- познакомить со стилистикой одежды;
- дать основы личной гигиены и косметологии
- познакомить с декоративной косметикой.

#### **б) сформировать практические навыки:**

- самостоятельно сделать легкую укладку волос;
- самостоятельно сделать дневной и вечерний макияж;
- самостоятельно подобрать комплект одежды к открытому уроку по трем направлениям:

повседневная, деловая и нарядная.

- приобретение навыков правильной осанки и подиумного шага.
- выучить несколько базовых ракурсов портретного и ростового фото;
- коммуникации.

Данный курс «Школа моделей» отвечает требованиям времени, стимулирует и обеспечивает рост личностных эстетико-культурных ориентаций молодежи в сфере их будущей профессиональной деятельности и личностного общения.

## Учебный план

Дополнительная общеобразовательная

общеразвивающая программа

«Школа моделей»

№	Модули	Количество часов		Форма контроля
		лекции	практические занятия	
1.	Введение в моделинг	2		
2.	Косметология	2		
3.	Парикмахерское искусство	1	5	
4.	Макияж		10	
5.	Стиль	12		
6.	Подиумный шаг		26	
7.	Фотопозирование		4	
8.	Актёрское мастерство		10	
9.	Открытый урок		1	отчетный урок
10.	Итого:	17	55	

Итого: 72 часа



## Учебно-тематический план

### Модуль 1

#### Введение в моделинг.

№	Тема	Количество часов
1.	Введение Определение понятия «Модель»	1
2.	Виды работ. Требования к внешности	1

Итого: 2

### Модуль 2

#### Косметология

№	Тема	Количество часов
1.	Основы личной гигиены	1
2.	Косметология лица	1

Итого: 2

### Модуль 3

#### Парикмахерское искусство

№	Тема	Количество часов
1.	Уход за волосами	1
2.	Хвост, «шишка», косы- способы укладки волос	2
3.	Умение пользоваться приборами для укладки волос: фен, плойка, утюжок.	3

Итого: 6

### Модуль 4

#### Макияж

№	Тема	Количество часов
1.	Знакомство с декоративной косметикой и уходовыми средствами.	1
2.	Колористика. Определение колористического типа человека	1

3.	Основа под макияж и нанесение тона	1
4.	Коррекция формы бровей	1
5.	Дневной макияж (нюдовый)	2
6.	Макияж со стрелками	2
7.	Вечерний макияж (смоки айс)	2

Итого: 10

## Модуль 5

### Стиль

№	Тема	Количество часов
1.	Стиль одежды. Основные стили одежды.	2
2.	Колористика в одежде.	2
3.	Стиль «Casual».	2
4.	Классический стиль (деловой).	2
5.	Дресс код. Капсульный подход в гардеробе.	1
6.	Аксессуары.	1

Итого: 10

### Подиумный шаг

№	Тема	Количество часов
1.	Введение Основы правильной осанки.	2
2.	Работа стопы.	2
3.	Работа колена, бедра. Правильный перенос центра тяжести.	2
4.	Походка «от бедра».	2
5.	Положение рук в положении «стоя». Руки в движении.	2
6.	Классический подиумный ход.	2
7.	Европейский подиумный ход.	2
8.	Позировки: «птичка», «стрелочка»	2



9.	Позировка, движение по подиуму.	2
10.	«Полуповорот».	2
11.	Выход через пятку.	2
12.	Демонстрация верхней одежды.	2
13.	Мимика.	2

Итого: 26

## Модуль 7

### Фотопозирование

№	Тема	Количество часов
1.	Что такое фотопозирование? Ошибки фотопозирования.	1
2.	Портретные ракурсы.	1
3.	Позы каталога. Ростовые позы. Руки.	1
4.	Позирование со стулом	1

Итого: 4

### Актёрское мастерство

№	Тема	Количество часов
1.	Моделинг и актёрское мастерство. Техники мышечного расслабления.	2
2.	Воображение и фантазия, как элементы актёрского мастерства и их практическое применение.	2
3.	Сценическое внимание актёра и его бытовое применение.	2
4.	Движение и ритм в творчестве актёра.	2
5.	Эмоциональная память. Техники вербального и невербального общения.	2

Итого: 10

### Открытый урок

По окончании программы организуется открытый (отчетный) урок.

Для того чтобы:

- проконтролировать работу преподавателей по исполнению программы;
- дать возможность обучающимся продемонстрировать полученные знания и навыки;

- дать возможность родителям увидеть, чему научились их дети.

Открытый урок проходит в форме показов мод. (Одежда к показам подбирается из гардероба обучающегося)

#### **Структура открытого урока:**

- выход 1: повседневная одежда;
- выход 2: деловая одежда (школьная форма);
- выход 3: нарядная одежда.

#### **Результат открытого урока**

При подготовке к открытому уроку ставятся задачи разного направления:

- обучающиеся должны самостоятельно сделать укладку волос и макияж;
- подобрать одежду и аксессуары по заданной стилистике;
- каждый выход предварительно разучивается. Он состоит из разной «лексики» тела и определенного «рисунка» сценического движения. Обучающийся должен показать полученные навыки;
- одежда разных стилистических направлений предполагает разную манеру демонстрации.

От выхода к выходу обучающийся показывает мастерство перевоплощения.

(Повседневная одежда- активно и раскрепощенно; деловая одежда- сдержанно и строго; нарядная одежда- грациозно и торжественно.)

Открытый урок заканчивается выдачей сертификатов.

### **Организационно-педагогические условия**

#### **Требования к педагогическим кадрам**

Программа реализуется преподавателями, соответствующими требованиям:

- имеющим высшее профессиональное образование с правом преподавания соответствующего профиля;
- прошедшими ежегодную медицинскую комиссию;
- прошедшими повышение квалификации 1 раз в три года.

#### **Материально-техническое обеспечение программы**

Программа реализуется в двух аудиториях: -

- учебный класс;
- зал хореографии.

##### **Учебный класс.**

Оборудован столами, стульями, доской. Отвечает санитарно-гигиеническим требованиям.

Для работы имеются мультимедийный экран, настенные и настольные зеркала.

##### **Зал хореографии.**

Оборудован настенными зеркалами и танцевальными станками.

Отвечает санитарно-гигиеническим требованиям.

Для работы имеются коврики для занятий фитнесом, музыкальный центр

### **Формы итоговой аттестации**

#### **Открытый урок.**

##### **Структура открытого урока:**

- выход 1: повседневная одежда;
- выход 2: деловая одежда ( школьная форма);
- выход 3: нарядная одежда.

### **Результат открытого урока**

При подготовке к открытому уроку ставятся задачи разного направления:

- обучающиеся должны самостоятельно сделать укладку волос и макияж;
- подобрать одежду и аксессуары по заданной стилистике;
- каждый выход предварительно разучивается. Он состоит из разной «лексики» тела и определенного «рисунка» сценического движения. Обучающийся должен показать полученные навыки;
- одежда разных стилистических направлений предполагает разную манеру демонстрации.

От выхода к выходу обучающийся показывает мастерство перевоплощения.

(Повседневная одежда- активно и раскрепощенно; деловая одежда- сдержанно и строго; нарядная одежда- грациозно и торжественно.)

Открытый урок заканчивается выдачей сертификатов.

### **Приложение**

По окончании курса проговариваются возможности дальнейшего сотрудничества с модельным агентством.

1. Некоторые из обучающихся приглашаются в постоянно действующие группы имидж-клуба «Светлана», с целью продолжения занятий по направлению: хореография, дефиле, актерское мастерство.

2. Для тех , кто по внешним параметрам подходит для моделинга, в конце курса проговариваются перспективы.

Родители и претенденты принимают самостоятельное решение о продолжении подготовки. Возможны варианты продолжения занятий: «Модельный класс».

3. Требования к внешним данным моделей:

- живые волосы одной длины от плеч до лопаток;
- чистая кожа лица и тела;
- правильное положение позвоночника;
- возраст от 14 до 20 лет;
- фотогеничность;
- рост 170-180 см.

## Список литературы

1. Пол Экман, Уоллес Фризен.

Узнай лжеца по выражению лица. / Пер. с англ. - СПб. : Питер, 2010

2. Александр Рогов

Гид по стилю. / Издательство «Э», 2017год, 256 с.

3. Тринни Вудолл, Сюзанна Константайн.

Одевайтесь правильно! / Пер. с англ.- М.: Фантом Пресс, Эксмо, 2006

4. Ким Джонсон Гросс, Джефф Стоун

Дресс код. / Пер. – М.: Эксмо, 2006

5. Луиза Коул, Жиль Винерс Джонс

Подиум. Уроки модельного мастерства. / Пер. с англ. – М.: « Издательство ФАИР», 2011

6. Эмм Шокет

Гид по стилю для девушек. / Пер. с англ. – М.: Эксмо, 2012

7. Юлия Курышева, Яна Павлидис

360°: Как выглядеть так, чтобы получить то, что хочешь –

М.: Альпина нон – фикшн, 2008

8. Владислав Метревели

Путеводитель по подиуму. –

М.: Эксмо- Пресс, 2002. Краткая энциклопедия для моделей / 76, с.