**Управление образования администрации города Тулы**
**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**
**«Центр детского творчества» (МБУДО ЦДТ)**

Программа принята на заседании
Педагогического совета МБУДО ЦДТ
Протокол от 31.08 20 23 г. № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО ЦДТ
Заборонок В.Д.
Приказ от 01.09 20 23 г. № 107-а

# Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Я - модель»

**Направленность:** художественная
**Уровень:** базовый
**Возраст обучающихся**: 9-18 лет
**Срок реализации**: 2 года

**Автор-составитель:**
педагог дополнительного образования
Айзатова Надежда Абдулловна

**Тула, 2023 г.**

Внутренняя экспертиза проведена.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Я - модель» рекомендована к рассмотрению на заседании педагогического совета МБУДО ЦДТ.

Методист
высшей квалификационной категории Т.И. Надеинская

26.05 20 23 г.

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Я - модель»

**Направленность:** художественная.

**Актуальность и педагогическая целесообразность**

*Актуальность*. Огромную роль в формировании духовного развития личности, в совершенствовании человеческих чувств, в осмыслении явлений жизни и природы играет искусство. Поэтому ознакомление с различными видами искусства, такими как дефиле, театр, мода являются неотъемлемой частью художественного воспитания детей.

Основой искусства дефиле *(подиумный шаг)* является формирование грациозной свободной естественной походки.

Формирование походки необходимо начинать с первых шагов ребенка. Родители часто не придают значения неправильной походке ребёнка в раннем детстве (*сутулость, косолапие*), считая, что всё нормализуется со временем. Когда ребенок подрастает, крайне сложно исправить подобные нарушения, которые могут служить источником других заболеваний, сохраняющихся часто всю оставшуюся жизнь.

Отсюда искусство дефиле можно трактовать не только как часть искусства моды, но и как значительный оздоравливающий фактор. Этим самым объясняется социальный запрос на данную программу, как со стороны девушек-подростков, так и их родителей. Такой социальный запрос формирует потребность детей и родителей в существовании объединений данного направления.

Материал программы способствует совершенствованию данного вида искусства, помогая многостороннему развитию обучающихся.

Создание совершенной походки, той самой знаменитой «летящей», а, может быть, и своей собственной «фирменной», той походки, по которой девушку будут узнавать со спины в массе людей *(подчёркивание и развитие индивидуальности)*, вот что весьма существенно в деятельности объединения «Я - модель».

Значимость и привлекательность программы «Я - модель» обусловлены стремлением многих девочек совершенствовать свои знания в области моды и стиля, развивать свой творческий потенциал, приобретать умения и навыки сценического движения, демонстрации одежды различных стилей, участие в конкурсах.

*Педагогическая целесообразность*. Содержание программы позволяет организовать образовательную деятельность, способствующую дальнейшей

стимуляции и совершенствованию у обучающихся эстетической и интеллектуальной сфер.

Искусство дефиле – это имидж, вкус, хороший тон, который поможет детям в любой жизненной ситуации быть на высоте, проявлять себя с лучшей стороны. Благодаря урокам дефиле, обучающиеся смогут выбрать собственный стиль, сценический образ, проявить свою индивидуальность. Занятие искусством дефиле совершенствует осанку детей, учит ощущению сценического пространства, импровизации модельного шага, своеобразию созданной композиции. Это в свою очередь способствует укреплению позвоночника и в целом всего организма.

**Отличительная особенность** программы «Я - модель» состоит не только в её социальной направленности, но и в уникальной художественной ценности. Программа предоставляет детям возможность умело себя презентовать, при любых обстоятельствах выглядеть аккуратно, красиво, стильно и привлекательно, формирует уверенность в себе, коммуникативные навыки благодаря приобщению детей с раннего возраста к модельному искусству.

**Уровень программы:** базовый.

**Адресат программы:** 9-18 лет.

**Цель программы:** создание условий для эстетического, духовного и нравственного развития детей посредством приобщения их к модельному искусству.

**Задачи:**

*обучающие*

- познакомить с основами дефиле – эстетики движения;
- обогатить выразительными средствами передвижения и распределения в пространстве сцены и подиума *(правильная осанка, красивая, грациозная и лёгкая походка, чувство ритма, умение «слушать» и «слышать» музыку, умение давать оценку музыкальному произведению);*

*развивающие*

- *<u>развить</u>*
  - ✓ память, внимание, кругозор;
  - ✓ музыкально-ритмическую координацию;
  - ✓ музыкально-двигательную память и двигательное воображение;
  - ✓ творческие способности;
- сформировать образное мышление;
- выработать потребность в самосовершенствовании;

*воспитательные*

- выработать эстетические, волевые качества;
- воспитать общую культуру поведения в коллективе, чувство взаимопонимания и взаимопомощи;
- сформировать духовно – нравственную личность.

**Принципы реализации программы:**

- любовь и уважение к ребёнку как активному субъекту воспитания и развития;
- сохранение и укрепление здоровья ребёнка;
- единство восприятия, обучения, развития;
- сочетание педагогического руководства с развитием активности, самостоятельности и инициативы обучающихся;
- системность и последовательность образования и воспитания;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей, обучающихся;
- возможность свободного самоопределения и самореализации обучающегося в перспективе;
- развитие основ социальной и жизненной адаптации обучающегося.

**Сроки реализации программы и продолжительность:** 2 года, каждый год обучения рассчитан на 72 часа, полный объём программы – 144 часа.

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу *(45 минут)*.

**Форма организации деятельности детей:** групповая.

**Практическое занятие является основной формой**, состоящее из двух этапов:

1 этап «Организационно – подготовительный» *(создание условий для положительного эмоционального и интеллектуального настроя группы);*

2 этап «Конструирующий»

***Второй этап*** в свою очередь включает ***две части***:

- ✓ основная *(обеспечение восприятия нового материала, активизация деятельности на основе введения практических заданий);*
- ✓ систематизирующая *(обобщение и актуализация знаний формирование целостного восприятия темы через установку на целеполагание занятия).*

Образовательный процесс в объединении основан на дифференцированном подходе к каждому ребёнку, учёте его физического уровня и психического состояния.

**Методы обучения**

**по источнику информации:**

- словесный *(объяснение, рассказ, беседа);*

– демонстрационный *(показ физических упражнений);*

**по степени самостоятельности и активности познавательной деятельности обучающихся:**

– самостоятельной практической работы *(выполнение физических упражнений);*

– проблемный *(создание проблемных ситуаций и возможной импровизации)*

– репродуктивный *(передача и запоминание информации);*

– игровой *(с преобладанием динамических и импровизационных игр).*

**Прогнозируемые результаты**

Достижение каждым обучающимся личностных результатов:

*наличие*

- эстетических, духовно – нравственных и волевых качеств;
- общей культуры поведения в коллективе и чувства коллективизма;

метапредметных результатов:

*развитые*

- память, внимание, кругозор;
- творческие способности;
- образное мышление;
- потребность в совершенствовании;

предметных результатов:

*сформированные*

- основы дефиле, эстетика движения;
- правильная осанка;
- красивая, лёгкая походка;
- ощущение пространства *(умение правильно двигаться на сцене и подиуму);*
  - чувство ритма,
  - умение оценивать музыку.

**Способы и формы отслеживания освоения программы:**

Отслеживание освоения программы осуществляются в виде текущей, промежуточной и итоговой аттестаций:

– текущая аттестация осуществляется регулярно во время занятий *(наблюдение);*

– промежуточная аттестация в середине учебного года *(тестирование, контрольно-проверочные задания)*;

– итоговый контроль проводится в конце обучения по программе с целью выявления уровня освоения всего программного материала *(тестирование, контрольно-проверочные задания)*.

**Учебный план первого года обучения**

| № п/п | | Теория (час) | Практика (час) | Всего (час) | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Вводное занятие | 1 | | 1 | Наблюдение |
| 2 | Теория моды и стиля | 1 | | 1 | Контрольно-проверочные задания в форме тестирования |
| 3 | Дефиле | 1 | 56 | 57 | Контрольно-проверочные задания |
| 4 | Фиксация | | 4 | 4 | Проверка вариантов выхода на подиум *(сцене)* |
| 5 | Основные схемы | | 5 | 5 | Проверка основных схем |
| 6 | Профориентация | 1 | 1 | 2 | Тематическая беседа в диалоговом режиме по ознакомлению детей с миром профессии манекенщицы |
| 7 | Итоговое занятие | | 2 | 2 | Контрольно-проверочные задания с включением |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | тестирования |
| | Итого: | 4 | 68 | 72 | |

## Содержание первого года обучения

1. **Вводное занятие** 1 час.

**Теория** 1 час. Знакомство с детьми, задачами и содержанием работы объединения. Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ, антитеррористической деятельности.

2. **Теория моды** и **стиля** 1 час.

**Теория** 1 час.

История Мирового Подиума. Зарождение модельного искусства.

Презентация на тему «История моды». Терминология модельной индустрии:

*(обозначение слов: подиум, агентство, портфолио, бутик, визажист, дефиле, кастинг, коллекция, композитка, манекенщица, мэйк – ап, стилист).*

3. **Дефиле** 57 часов.

**Теория** 1 час.

Правильная осанка *(полезные советы как её сохранить).*

Презентация на тему «Осанка».

Техника выполнения поворотов.

**Практика** 56 часов.

Постановка корпуса. Перечень упражнений для правильной осанки, избавление от сутулости.

Классическая стойка модели *(основная стойка)*. Шаг модели и его разновидности *(классический, спортивный, семенящий).*

Выражение лица и направление взгляда на подиуме *(мимика, взгляд).*

Повороты и их разновидность:

- полуповорот;
- поворот №1;
- поворот №2;
- перекат – поворот;
- <u>поворот на 180˚</u>
- ✓ без фиксации,
- ✓ с фиксацией;
- разворот;
- доворот;
- <u>выпады</u>
- ✓ выпад вправо и влево с фиксацией,

- ✓ выпад вправо и влево с доворотом ;
- – квадрат
- ✓ плюс доворот;
- – откачка
- ✓ плюс поворот,
- ✓ плюс поворот на 180˚,
- ✓ плюс поворот на 180˚ с фиксацией;
- – обратный ход;
- – треугольник.

Движение рук. Правильная работа рук *(неподвижность в плечевом суставе, работа от локтя, кисть расслаблена)*. Постановка рук на бедре, талии.

4. **Фиксация** 4 часа.

**Практика** 4 часа.

Варианты выхода на подиум:

- – по одной;
- – в паре;
- – в связке;
- – на встречу друг другу;
- – с фиксацией;
- – без фиксации.

5. **Основные схемы**, используемые на подиуме 5 часов.

**Практика** 5 часов.

Схемы:

- – «Точка»;
- – «Диагональ»;
- – «Общий выход».

**Профориентация** 2 часа.

**Теория** 1 час.

Презентация «История одной профессии: модель», беседа по ознакомлению детей с миром профессии манекенщицы.

**Практика** 1 час.

Игры по профориентации: «Что я знаю о профессиях», «Я и мир профессий», «Забавные профессии».

6. **Итоговое занятие** 2 часа.

**Практика** 2 часа.

Выполнение контрольных заданий *(промежуточная аттестация и итоговая)*.

**Планируемые результаты освоения программы первого года обучения**

**Обучающиеся должны знать:**

- терминологию;
- основные движения;
- правила и способы формирования хорошей осанки;
- особенности
- ✓ классической походки;
- ✓ демонстрации одежды;
- ✓ профессии «модель»;

**уметь выполнять:**

- упражнения для правильной осанки;
- стойки, шаги, повороты;
- фиксацию *(варианты выхода на подиум)*;

**приобрести навыки:**

- ориентации на сценической площадке;
- работы попарно и индивидуально в дефиле.

## Учебный план второго года обучения

| № п/п | | Теория (час) | Практика (час) | Всего (час) | Форма аттестации |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Вводное занятие | 1 | | 1 | Наблюдение |
| 2 | Теория этики и эстетики | 1 | | 1 | Контрольно-проверочные задания в форме тестирования |
| 3 | Дефиле | 1 | 47 | 48 | Контрольно-проверочные задания |
| 4 | Мэйк-ап | 1 | 2 | 3 | Контрольно-проверочные задания в форме тестирования |
| 5 | Схемы | | 15 | 15 | Составление схем |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 6 | Профориентация | 1 | 1 | 2 | Итоговые викторина и игра |
| 7 | Итоговое занятие | | 2 | 2 | Контрольно-проверочные задания с включением тестирования |
| | Итого: | 5 | 67 | 72 | |

## Содержание второго года обучения

1. **Вводное занятие** 1 час.

**Теория** 1 час.

Знакомство с задачами и содержанием работы объединения. Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ, антитеррористической деятельности.

2. **Теория этики и эстетики** 1 час.

**Теория** 1 час.

Терминология этики и эстетики *(эстетика-царство красоты, этика-царство добра).* Единство этики и эстетики *(стремление соединить красоту внешнюю и красоту внутреннюю).* Общечеловеческие ценности *(в основе которых лежит потребность служить людям и добру).* Стремление к самосовершенствованию. Культура поведения и общения.

3. **Дефиле** 48 часов.

**Теория** 1 час.

Понятия: ритм и такт. Музыкальные игры как способ развития у детей чувства ритма, такта, музыкального слуха и памяти *(игры «Аплодисменты», «Стучалки», «Карнавал», «Музыка на воде»)*.

Понятие стиль, стилистика. Традиционные стили одежды:

классический, романтический, спортивный, фольклорный. Презентация на тему «Стили одежды».

**Практика** 47 часов.

Упражнения на развитие чувства ритма:

- просчитывание исполняемой музыки;
- простукивание, прохлопывание, произнесение метроритмических структур.
- начертание так называемых ритмо-схем;

- совместный счёт с педагогом, подстукивание со стороны, мерные прохлопывания по плечу обучающегося, различные жестикуляции.

Повторение: шаг модели, повороты.

Техника *(правила)* дефиле разных стилей:

- деловой стиль *(чёткая комбинация пиджак и юбка или пиджак и брюки одного цвета).* Основная стойка классическая, руки чётко на талии;
- спортивный стиль *(удобные шорты, рубашки и брюки простого мягкого кроя, футболки, джемпера)*. Основная стойка широкая, руки на бёдрах;
- джинсовый стиль. Основная стойка шаг в сторону, руки в карманах, поворот на 180˚ не выполняется;
- романтический *(вечерний: характерно большое разнообразие форм, сложность покроя, асимметрия, нарядность отделки)*. Шаг с протяжкой.

Техника работы рук с аксессуарами: перчатки, шарф, головной убор.

4. **Мэйк-ап** 3 часа.

**Теория** 1 час.

Мэйк- ап как высший уровень макияжа. Презентация «Технология основного макияжа». Виды макияжа: дневной, вечерний, свадебный, перманентный. Культура прически.

**Практика** 2 часа.

Уроки нанесения простого и сложного макияжа.

5. **Схемы** 15 часов.

**Практика** 15 часов.

Составление схем с обучающимися на темы:

- «Школьно, стильно, прикольно» *(школьная форма)*;
- «Модные штучки» *(перчатки, головной убор, шарф)*;
- «Маленькая леди» *(деловой костюм)*;
- «Золушка» *(бальное платье)*;
- «Скоро лето» *(романтический и спортивный стили)*.

6. **Профориентация** 2 часа.

**Теория** 1 час.

Викторины на тему «Профессии».

**Практика** 1 час.

Игры по профориентации: «Все работы хороши», «Веселые профессии», «Один день из жизни фотомодели».

7. **Итоговое занятие** 2 часа.

**Практика** 2 часа.
Выполнение контрольных заданий *(промежуточная и итоговая аттестации)*.

**Обучающиеся второго года обучения должны знать:**

- <u>понятия</u>
  - ✓ этика и эстетика;
  - ✓ ритм и такт, стиль, стилистика;
- базовые знания по Мейк-апу;
- способы формирования чувства ритма и такта *(игры и упражнения)*;
- особенности демонстрации:
  - ✓ одежды разных стилей;
  - ✓ аксессуаров;

**уметь:**

- соблюдать правила этики в общественных местах и с окружающими людьми;
- выполнять упражнения на чувства ритма и такта;
- чётко выполнять все элементы дефиле;

**приобрести навыки:**

- ориентации и выполнения техники дефиле разных стилей;
- выполнения и составления классических схем дефиле;
- работы в коллективе, проявления творческой инициативы.

## Условия реализации программы

### Организационное обеспечение:

- условия набора в объединение: принимаются дети в возрасте 9-18 лет;
- условия формирования групп: разновозрастные;
- количественный состав группы: не более 12 человек.

### Методическое обеспечение:

- дидактический материал *(наглядно-дидактическое пособие: тематические игры);*
- наглядный материал *(тематические плакаты, журналы мод);*
- техническое оснащение *(магнитофон, ноутбук, аудио и видеодиски).*

### Мультимедийные пособия к программе:

| ***№ п/п*** | ***Тема*** | ***Медиа материал*** | ***Примечание*** |
|---|---|---|---|
| 1 | История Мирового | Презентация «История моды» | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | Подиума Терминология модельной индустрии | | |
| 2 | Правильная осанка *(полезные советы).* Упражнения для правильной осанки. | Презентация «Осанка» | |
| 3 | Беседа по ознакомлению детей с миром профессии манекенщицы | Презентация «История одной профессии: модель» | |
| 4 | Мэйк- ап как высший уровень макияжа. Виды макияжа. Культура прически | Презентация «Технология основного макияжа» | |
| 5 | Понятие стиль, стилистика. Постановка корпуса | Презентация «Стили одежды» | |

**Материально-техническое обеспечение:**

оборудование *(рабочий стол педагога, шкаф для хранения журналов, зеркала).*

**Противопоказания к освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе:**

- тяжелые формы задержки психического развития;
- умственная отсталость;
- выраженные проявления агрессивного поведения.

**Электронные образовательные ресурсы:**

http://dopedu.ru/ Дополнительное образование

http://www.it-n.ru/ Сеть творческих учителей

http://www.pedlib.ru/ Педагогическая библиотека

| | |
|---|---|
| http://festival.1september.ru/ | Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» |
| ttp://prokinana.narod.ru/ | Портфолио учителя – создаём портфолио и сайт учителя |

## Список используемой литературы:

### Нормативно-правовые документы:


- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» на 2018–2025 годы»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.11.2014 № 2403-р «Об утверждении Основ государственной молодежной политики РФ на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (рассматривается только как методические рекомендации);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»
- СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
- Постановление правительства Тульской области от 01.02.2019 № 39 «Об утверждении Государственной программы Тульской области «Развитие образования Тульской области»;
- Постановление администрации города Тулы от 29.04.2022 № 268 «Об утверждении административного регламента предоставления муниципальной услуги «Запись на обучение по дополнительным общеразвивающим программам».


Локальные акты МБУДО ЦДТ:


- Устав МБУДО ЦДТ;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся;

- Положение о правилах приёма граждан в МБУДО ЦДТ на обучение по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, рабочей программе, календарном учебном графике педагогических работников МБУДО ЦДТ.

## Литература для педагога


1. Аксенова М., Храмов Г. Мода и стиль, М.: Аванта+, 2010.
2. Агафонова А.В. Классные часы на темы этики, М.: Учитель, 2010.
3. Барашева О. Правильная осанка – залог успеха в жизни, М.: ЭКСМО, 2015.
4. Бобби Браун Макияж для новичков и профессионалов, переводчик: Соколова В. Редактор: Ошеверова Л. ЭКСМО, 2010.
5. Грульке М. Красота. Советы профессионалов, М.: Кристина и КО, 2011.
6. Грульке М. Уроки красоты, М.: Кристина и КО, 2011.
7. Конева Л.С. Всё о женской красоте от А до Я, М.: Харвест, 2011.
8. Кряжева Н. Л. Развитие эмоционального мира детей, Ярославль, Академия развития, 2010.
9. Метревели В. Путеводитель по подиуму, М.: ЭКСМО, 2012.
10. Театр, где играют дети: Учеб. -метод. пособие для руководителей детских театральных коллективов/ Под ред. А.Б.Никитиной, М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2011.
11. Шемшурина А.И. Этическая грамматика. В помощь учителю, М.: Школа-Пресс, 2010.
12. Энциклопедия Кто есть, кто в мире моды, М.: Новая линия, 2011.


## Литература для обучающихся и родителей


1. Булгакова И.В. Современная энциклопедия для девочек, Ростов на Дону\ Владис, М.: «Рипол классик», 2010.
2. Брун В. и Тильке М. История костюма от древности до нового времени. М.: Арт-Родник, 2012.
3. Детская энциклопедия М.: Педагогика-пресс, 2010.
4. Косарева Е.А. Мода. XX век. Развитие модных форм костюма, Санкт-Петербург: Петербургский институт печати, 2011.
5. Сестры Сорины Язык одежды, М.: «Тандем», 2010.
6. Сестры Сорины Презентация внешности, М.: «Тандем», 2010.
7. Храмова Л. «Энциклопедия для девочек», М.: Современная школа, 2012.

*Приложение*

**Контрольно-оценочные средства и проверочные задания промежуточного и итогового контроля**

*(1 года обучения)*

| **П О К А З А Т Е Л И** | **И Н Д И К А Т О Р Ы** | | |
|---|---|---|---|
| | **Повышенный** | **Продвинутый** | **Минимальный** |
| | **10-9** | **8-7** | **6-5** |
| **Знание терминологии «Модельный словарик»** | Знание терминологии *(по тесту высокий уровень)* | Знание терминологии *(по тесту средний уровень)* | Знание терминологии *(по тесту низкий уровень)* |
| **Умение выполнять упражнения для правильной осанки** | Упражнения выполняются чётко, легко, уверенно. Допускаются незначительные погрешности. | Упражнения выполняются с некоторым напряжением, недостаточно уверенно, допускаются 2-3 ошибки. | Упражнения выполняются, но с большим напряжением, допущено 4-5 ошибок. |

Повышенный уровень – не менее 18 баллов
Продвинутый уровень – не менее 14 баллов
Минимальный уровень –не менее 10 баллов
Тест «Модельный словарик»

1. Дефиле-это
   - движение по подиуму, сцене;
   - съемка для журнальной публикации
2. Подиум-это
   - небольшая комната с одеждой;
   - сцена определенной формы для демонстрации мод
3. Портфолио-это
   - фотоальбом с лучшими образцами рекламных работ, журнальных страниц, фотографий модели;
   - мероприятие
4. Визажист-это
   - специалист по поиску новых лиц;
   - специалист по макияжу и гриму
5. Кастинг-это
   - конкурсный отбор моделей, актеров и т.д. с целью получения разового заказа или постоянной работы;

- набор предметов одежды

6. Манекенщица-это
- модель, которая выступает перед публикой, демонстрируя одежду;
- модель, представляющая возможность снимать для рекламы отдельные части своего тела *(руки, спину, ступни и т.д.)*

7.Композитка-это
- визитная карточка модели, представляющая собой отпечатанные на плотной бумаге лучшие фотографии модели и ее данные *(имя, рост, объемы груди, талии, бедер, размер обуви, цвет волос и глаз)*;
- каталог моделей агентства

8.Коллекция-это
- набор предметов гардероба, выдержанный в едином стиле, созданный художником-модельером;
- результаты тестовой съемки модели

9.Бутик-это
- персональный менеджер модели;
- небольшой магазин одежды или обуви, выдержанный, как правило, в определенном стиле в плане интерьера и представленной коллекции

10.Стилист-это
- специалист в области создания стиля *(имиджа)* человека с помощью: прически, макияжа, одежды, фотообраза;
- человек, занимающийся поиском новых лиц, из которых можно сделать профессиональную модель

**Обработка результатов теста:**

За каждый правильный ответ присваивается 1 балл

Уровни: низкий 1-3, средний 4-6, высокий 7-10

| **П О К А З А Т Е Л И** | **И Н Д И К А Т О Р Ы** | | |
|---|---|---|---|
| | **Повышенный** | **Продвинутый** | **Минимальный** |
| | **10-9** | **8-7** | **6-5** |
| **Умение выполнять варианты выхода на подиум** | Элементы дефиле выполняются чётко, легко, уверенно. Допускаются незначительные погрешности. | Элементы дефиле выполняются с некоторым напряжением, недостаточно уверенно, допускаются 2-3 ошибки. | Элементы дефиле выполняются, но с большим напряжением, допущено 4-5 ошибок. |

Повышенный уровень – не менее 9 баллов

Продвинутый уровень – не менее 7 баллов

Минимальный уровень –не менее 5 баллов

Варианты выхода на подиум:

- по одной;
- в паре;
- на встречу друг другу;
- с фиксацией;
- без фиксации.

Информационные источники, позволяющие контролировать и оценивать результаты обучения в соответствии с индикативными показателями:

- Барашева О. Правильная осанка – залог успеха в жизни, М.: ЭКСМО, 2015;
- Метревели В. Путеводитель по подиуму, М.: ЭКСМО, 2012.

**Контрольно-оценочные средства и проверочные задания промежуточного и итогового контроля**

*(2 года обучения)*

| **П О К А З А - Т Е Л И** | **И Н Д И К А Т О Р Ы** | | |
|---|---|---|---|
| | **Повышенный** | **Продвинутый** | **Минимальный** |
| | **10-9** | **8-7** | **6-5** |
| **Знание обучающихся в области этики и эстетики** | Знание обучающихся в области этики и эстетики *(по тесту высокий уровень)* | Знание обучающихся в области этики и эстетики (*по тесту средний уровень)* | Знание обучающихся в области этики и эстетики (*по тесту низкий уровень)* |
| **Умение выполнять элементы дефиле** | Элементы дефиле выполняются чётко, легко, уверенно. Допускаются незначительные погрешности. | Элементы дефиле выполняются с некоторым напряжением, недостаточно уверенно, допускаются 2-3 ошибки. | Элементы дефиле выполняются, но с большим напряжением, допущено 4-5 ошибок. |

Повышенный уровень – не менее 18 баллов
Продвинутый уровень – не менее 14 баллов
Минимальный уровень –не менее 10 баллов

**Тест «Знание обучающихся в области этики и эстетики»**

**Тестовые** задания сформулированы в виде кратких суждений. Дано четыре варианта ответа, из которых один правильный. Выберите верный ответ и отметьте его.

Вопрос 1

Что такое этика:

а) наука об этикете;

b) наука о прекрасном;
c) наука о морали и нравственности;
d) наука о красоте.

Вопрос 2

Основными понятиями этики являются:

a) прекрасное и безобразное;
b) добро и зло;
c) низменное и возвышенное;
d) фантастическое и героическое.

Вопрос 3

Правила, которые устанавливают, какое поведение является правильным, а какое неправильным:

a) закон;
b) мораль;
c) поступок;
d) правило.

Вопрос 4

В телефонном разговоре важнее всего:

a) вежливость;
b) доброжелательность;
c) краткость;
d) чёткость.

Вопрос 5

Без зубов, а грызёт:

a) зло;
b) достоинство;
c) совесть;
d) радость.

Вопрос 6

Талант искреннего, душевного общения с людьми вне зависимости от их взглядов и убеждений:

a) вежливость;
b) доброжелательность;
c) любовь;
d) искренность.

Вопрос 7

Рукопожатие, как приветствие появилось ещё в далёкие времена. Это основное правило этикета. При этом раньше здоровались, пожимая друг другу руки, только друзья, близкие люди. А как здоровались незнакомые или малознакомые люди?

a) снимали шляпу;
b) кланялись;
c) кланялись и снимали шляпу;
d) кивали головой.

Вопрос 8
Однажды король Георг V стукнул рукой по обеденному столу. В результате к правилам этикета добавилось еще одно. Какое?

a) вилки стали класть зубцами вниз;
b) не стучать по столу;
c) класть на колени салфетку;
d) не класть вилки на стол.

Вопрос 9
Это бывает большим и огромным, никто не называет это маленьким. В XXI веке это встречается так же часто, как и ранее, но ленивые люди сократили это слово. Назовите это слово полностью:

a) привет;
b) спасибо;
c) до свидания;
d) простите.

Вопрос 10
Единственный тактильный жест прикосновения к собеседнику, который разрешен в деловой среде:

a) рукопожатие;
b) обнимание;
c) похлопывание по плечу;
d) похлопывание по спине.

Вопрос 11
Это знакомое нам слово «этикет» стало общеупотребимым:

a) в XV веке;
b) в XVII веке;
c) в XVI веке;
d) в XIV веке.

Вопрос 12
Уже древние греки придавали большое значение межгосударственным отношениям, они активно развивали:

a) дипломатический этикет;
b) придворный этикет;
c) деловой этикет;
d) производственный этикет.

Вопрос 13
Всего лишь двести-триста лет назад мужчины имели правило носить на левом боку оружие: саблю, шпагу или кинжал. Это послужило одним из правил этикета:

a) мужчина должен идти по улице слева от женщины;
b) мужчина должен идти по улице справа от женщины;
c) мужчина должен идти по улице впереди женщины;
d) мужчина должен идти по улице позади женщины.

Вопрос 14

На одном из торжественных приемов короля Франции Людовика XIV гостям вручили карточки с перечисленными правилами поведения.
От этих французских карточек произошло название:

a) этикет;
b) правила;
c) карты;
d) воспитанность.

Вопрос 15
При Петре Великом, в 1717 году вышла в свет книга о хороших манерах под названием:

a) «Юности честное зерцало»;
b) «Домострой»;
c) «Поучение»;
d) «Свод правил».

**Обработка результатов теста:**
За каждый правильный ответ присваивается 1 балл.
Уровни: низкий 1-5, средний 6-11, высокий 12-15
**Элементы дефиле**
<u>Повороты и их разновидность:</u>

- полуповорот *(из классической стойки, начиная с правой ноги, делается вперёд нечётное количество шагов. Остановиться на левой ноге вес на ней, правой сделать шаг – полуповорот вперёд так, чтобы остановиться правым боком к зрителю. Зафиксировать позицию на 3 секунды, далее левую ногу слегка подтянуть к правой и сделать с неё же шаг от зрителя на прямую линию для прохода назад);*
- поворот №1 *(выход на середину подиума до конца, в конце фиксированная точка: вес на левой ноге, перенос веса на правую ногу в той же фиксированной точке. Разворот через левую сторону: прокрутка);*
- поворот №2 *(выход до края подиума, фиксированная классическая точка, разворот, 2 шага вперёд, ещё поворот на зрителя, опять разворот и уход);*
- перекат – поворот *(из классической стойки нечётное количество шагов вперёд. Остановиться на правой ноге вес на ней. Левая согнута в колене, носок на полу. Делать маленький шаг назад, перенос веса тела на неё, правую ногу подставить к левой в классическую позицию. Фиксация 3 секунды);*
- поворот на 180˚
  - ✓ без фиксации,
  - ✓ с фиксацией;
- разворот;
- доворот;
- <u>выпады</u>
  - ✓ выпад вправо и влево с фиксацией,

- ✓ выпад вправо и влево с доворотом *(из классической стойки сделать 6 или 8 шагов, остановиться на левой ноге вес на ней. Делать выпад на правую ногу в правую сторону на ширину плеч, обе ноги прямые. Фиксация на 3 счёта и продолжать с правой ноги идти вперёд);*

– квадрат *(из классической стойки чётное количество шагов. Остановиться на левой ноге вес на ней. Далее выполнить выпад вправо. После того, как вес перенесен обратно на левую ногу, правую подтянуть к левой. Правой ногой, разворачивая корпус через правое плечо так, чтобы остановиться спиной к зрителю, сделать шаг на ширину плеч вес на правой. Перенести вес на левую, подтянуть правую ногу и всё повторить),*
  - ✓ квадрат плюс доворот;

– откачка
  - ✓ откачка плюс поворот;
  - ✓ откачка плюс поворот на 180˚,
  - ✓ откачка плюс поворот на 180˚ с фиксацией.

– обратный ход *(выход из классической стойки до конца подиума, остановиться на правой ноге без фиксации, начиная с левой ноги 2 шага назад плюс поворот на 180˚);*

– треугольник *(выход из классической стойки в основную, выпад вправо, левой ногой шаг по диагонали назад и подтянуть правую в основную стойку)*.

| **П О К А З А - Т Е Л И** | **И Н Д И К А Т О Р Ы** | | |
|---|---|---|---|
| | **Повышенный** | **Продвинутый** | **Минимальный** |
| | **10-9** | **8-7** | **6-5** |
| **Знание обучающихся в области Мейк-ап** | Знание обучающихся в области Мейк-ап *(по тесту высокий уровень)* | Знание обучающихся в области Мейк-ап *(по тесту средний уровень)* | Знание обучающихся в области Мейк-ап *(по тесту низкий уровень)* |
| **Умение ориентироваться и выполнять технику дефиле разных стилей** | Техника дефиле разных стилей выполняется без ошибок чётко, легко, уверенно. Допускаются небольшие погрешности. | Техника дефиле разных стилей выполняется с некоторым напряжением, недостаточно уверенно, допускаются 2-3 ошибки. | Техника дефиле разных стилей выполняется, но с большим напряжением, допущено 4-5 ошибок. |

Повышенный уровень – не менее 18 баллов
Продвинутый уровень – не менее 14 баллов

Минимальный уровень –не менее 10 баллов

**Тест «Знание обучающихся в области Мейк-ап»**

1. Косметику подразделяют на:

Лечебную, декоративную и предназначенную для ухода за телом

- Питательную и декоративную
- Декоративную и предназначенную для ухода за тело

2.Кожа состоит из:

- Эпидермиса, соединительной ткани, дермы
- Эпидермиса, дермы, подкожной жировой клетчатки
- Зернистого слоя, дермы, эпидермиса

3.Начало брови должно находиться на одном уровне с крылом носа и:

- Внутренним углом глаза
- Зрачком
- Радужкой глаза

4.Дугообразные брови …

- Удлиняют лицо
- Подходят для овального лица
- Не вызывают изменений

5.Наиболее важным при определении цветового типа можно считать…

- Цвет волос
- Цвет глаз
- Цвет кожи

6.Если у вас рыжий цвет волос, цвет глаз серый слегка замутнённый и кожа светлого оливкового тона, то вас можно отнести к цветотипу:

- Лето
- Осень
- Весна

7.Если у вас светло русые волосы, глаза голубые и персикового тона кожа с желтовато-коричневыми веснушками, то вас можно отнести к цветотипу:

- Весна
- Лето
- (•) Зима

8.Весенний тип изящно выглядит в...

- Темных тонах
- Ярких тонах
- Светлых и ясных тонах

9.Макияж летнего типа требует …

- Мягкости и сдержанности

- Контрастности и броскости
- Насыщенности

10.Для осенних красок характерна …

- Насыщенность и теплота
- Размытость и пастельность
- Яркость, сочность, контрастность

11.Для зимнего цветотипа характерны

- Чистота и контрастность
- Мягкость и пастельность
- Легкая сдержанность

12.Треугольные типы лица имеют самую широкую …

- Линию лба
- Линию верхних скул
- Линию рта

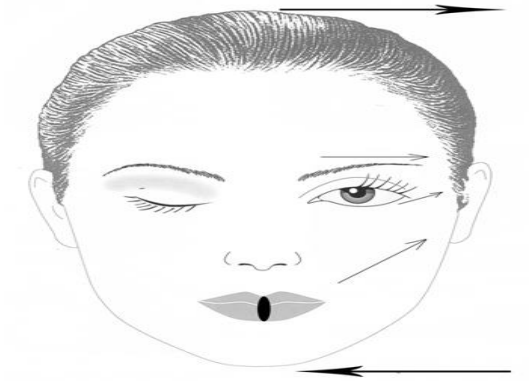
13.При полной коррекции широкой формы лица следует....

- Затемнить боковые части, высветлить зону подбородка и лба и расставить основные акценты в центре лица по вертикальной линии.
- Затемнить боковые части и высветлить зону подбородка и лба.
- Высветлить

14.Узкая длинная форма лица требует …

- Коррекции длины и высветления впалых частей
- Затемнения ширины лица
- Коррекции длины, высветления впалых частей и горизонтальное расположение линий в макияже

15.Для какого типа лица необходима такая коррекция линиями в макияже



- Трапецевидного
- Любого
- Треугольного

16.Ширину носа корректируют, затемняя …

- Кончик носа
- Боковые части
- Спинку носа

17.Назовите основные цвета:

- Белый и черный
- Желтый, красный и зеленый
- Желтый, красный и синий

18.Укажите правильную последовательность нанесения макияжа:

- Тональный крем, пудра, маскирующее средство, румяна
- Тональный крем, румяна, пудра
- Маскирующее средство, тональный крем, румына, пудра

19.Какую роль выполняет корректирующее средство светлых тонов?

- Маскирует мимические морщины и неровности кожи
- Корректирует овал лица
- Маскирует синяки

20.Зеленый корректор используется для…

- Коррекции круги под глазами
- Коррекции покраснений
- Коррекции формы губ

21.Подводка для близко расположенных глаз должна быть …

- Четкой и строгой
- Закрытого типа, т.е. не выходить за контур глаза
- В начале мягкой и размытой, затем более четкой мягко выходя за контур глаза

22.Увеличить объем маленьких глаз можно с помощью …

- Светлых оттенков теней на подвижном веке и выразительных по внешнему углу глаза, достаточно яркой подводкой
- Только темных теней и черной подводки
- Светлых теней, сконцентрированных у внутреннего угла глаза и неброских теней у внешнего угла глаза

23.Какие оттенки теней следует выбирать для век выпуклых глаз

- Совершенно темные
- Светлые и блестящие
- Неяркие, полутемные

24.Какие цвета теней можно выбрать для голубых глаз чтобы подчеркнуть их цвет?

- Любые.

- Все оттенки синего и соседних с ним цветов.
- Любые тени содержащие в себе желтый и красный.

25. В натуральном макияже для глаз можно использовать…
- Активную подводку и сильно накрашенные ресницы
- Мягкую подводку и спокойно накрашенные ресницы
- Вовсе не требует макияжа глаз

26. Когда не следует применять мерцающую пудру?
- При жирной коже
- В области декольте
- При дневном макияже

---

**Обработка результатов теста:**

За каждый правильный ответ присваивается 1 балл

Уровни: низкий 1-9, средний 10-18, высокий 19-27

**Техника *(правила)* дефиле разных стилей:**

- деловой стиль *(чёткая комбинация пиджак и юбка или пиджак и брюки одного цвета).* Основная стойка классическая, руки чётко на талии.
- спортивный стиль *(удобные шорты, рубашки и брюки простого мягкого кроя, футболки, джемпера).* Основная стойка широкая, руки на бёдрах.
- джинсовый стиль. Основная стойка шаг в сторону, руки в карманах, поворот на 180˚ не выполняется.
- романтический *(вечерний: характерно большое разнообразие форм, сложность покроя, асимметрия, нарядность отделки).* Шаг с протяжкой.

Информационные источники, позволяющие контролировать и оценивать результаты обучения в соответствии с индикативными показателями:


- Шемшурина А. И. Этическая грамматика, М.: Школа-Пресс, 2010;
- Бобби Браун Макияж для новичков и профессионалов, переводчик: Соколова В. Редактор: Ошеверова Л. Эксмо, 2010.


<u>Дополнительные материалы</u>

**Перечень упражнений для правильной осанки, избавление от сутулости:**

- И.П. *(исходное положение)* руки на поясе, ноги на ширине плеч. Делать круговые движения руками сначала вперёд, затем назад. Повторить упражнение 6-8 раз в каждую сторону.
- И.П. руки на поясе, ноги на ширине плеч. Поочерёдно поднимать сначала левое, затем правое плечо. Повторить 6-8 раз.
- И.П. руки на поясе, ноги на ширине плеч. Резко поднимать плечи, затем медленно опускать их. Повторить упражнение 6-8 раз.
- И.П. ноги на ширине плеч, руки в замке за спиной. Медленно потянуться вперёд, максимально выгибая позвоночник и отводя

сцепленные в замке руки назад. Затем вернуться в И.П. Повторить 6-8 раз.

- И.П. ноги на ширине плеч, руки свободно располагаются по швам. Поднять правую руку вверх, левую отвести назад, согнуть руки в локтях и постараться соединить их за спиной, вернуться в И.П. Повторить упражнение, меняя положение рук, 6-8 раз с каждой рукой.
- И.П. стоя, ровно у стены, поднимать правую ногу, потом левую. В этом упражнении важно, чтобы голова, ягодицы и лопатки не отрывались от стены.
- И.П. встать у стены *(голова, пятки, ягодицы и лопатки касаются стены)* и начинать медленно приседать. Опуститься в самое нижнее положение, задержаться на 5 секунд, после чего начинать подниматься. Во время этого упражнения все точки касания не должны отрываться от стены.

**Схемы:**

- «Точка» *(выход по одной, фиксировать три точки: первая в начале подиума, вторая на середине, последняя на «языке»)*.
- «Диагональ» *(фиксировать пять точек по диагонали, выход друг за другом).*
- «Общий выход» *(выход с двух сторон: синхронно через два шага)*