

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ, СПОРТА И ТУРИЗМА
ДЯТЛОВСКОГО РАЙИСПОЛКОМА
ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ Г. ДЯТЛОВО»

УТВЕРЖДАЮ

Директор государственного
учреждения образования «Центр
творчества детей и молодёжи
г. Дятлово»

_____ Т. П. Ваниславчик

31.05.2017

**Программа кружка
«Школа красоты»**

Авторы-составители:

Семёнова Елена Сергеевна, заведующий
отделом художественного творчества
центра творчества детей и молодёжи
г. Дятлово;

Юрковец Татьяна Васильевна, педагог
дополнительного образования центра
творчества детей и молодёжи г. Дятлово.

Возраст учащихся: 14-17 лет.

Срок реализации программы: 01.06.2017-
31.08.2017

Рекомендовано к реализации решением
методического совета отдела образования,
спорта и туризма Дятловского
райисполкома

от 31.05.2017 Протокол № 14

Дятлово
2017

Пояснительная записка

Стремительно меняющиеся условия современной жизни требуют от человека умения им соответствовать, поэтому каждая личность должна уметь реализовывать себя в разнообразных жизненных ситуациях и видах деятельности.

Для достижения жизненного успеха немаловажную роль играет мода, которая, как явление целостное и универсальное, помогает быть самим собой, становиться более уверенным, развивать важные для личности психофизические, интеллектуальные и нравственные качества.

Известно, что само слово мода происходит от латинского *modus* – мера, образ, способ, правило, предписание. В словаре В.И. Даля мода определяется как «ходячий обычай; временная, изменчивая прихоть обществе, в покрое одежды и в нарядах». В русский язык слово мода пришло в XVII веке и распространилось в XVIII веке. В эпоху Петра I это слово обозначало образец, манер.

Мода – самый тонкий, верный и безошибочный показатель отличительных признаков общества, маленькая частица человека, страны, образа жизни, мыслей, занятий, профессий.

Мода – это определённый образ жизни, который позволяет человеку чувствовать себя комфортно в различных условиях. К гармоничному и целостному образу человека относятся: одежда определённого стиля, правильная осанка, красивая походка, грамотно выполненный макияж и причёска, соответствующие его образу и роду деятельности, также правила хорошего тона. Приобрести подросткам и молодёжи вышеуказанные качества, знания, умения и навыки призвана помочь программа художественно-эстетического направления «Школа красоты».

Программа составлена в соответствии с нормативной правовой базой, разработанной на основе положений Кодекса Республики Беларусь об образовании, Концепции непрерывного воспитания детей и учащейся молодёжи в Республике Беларусь, типовой программы дополнительного образования детей и молодёжи художественного профиля с использованием материалов программ Иванова И. Л «Подиум-школа «Fashion Style»» и Базановой Н. Г. «Школа моды».

Данная программа позволяет осуществлять социокультурную ориентацию подростков в разнообразном мире культуры, опираясь на следующие принципы:

–гуманистической педагогики, которые предполагают воспринимать ребёнка как субъекта своей образовательной деятельности, как полноценного участника образовательного процесса;

–природосообразности и культуросообразности, которые учитывают возрастные особенности детей и социальные запросы общества на данный вид деятельности;

– создания ситуации успеха – обеспечение условий способствующих самоопределению, саморазвитию, самореализации, формированию адекватной самооценки личности.

Цель программы:

- развитие художественно-эстетического вкуса, творческого, позитивного отношения к себе, окружающему миру;
- воспитание модой через практическое воплощение творческого замысла художника-модельера в части стилевого решения модели одежды путём показа наиболее привлекательных её сторон.

Задачи программы:

- развивать мотивацию личности к обучению, познанию и творчеству;
- развивать компетентность, необходимую для самореализации в современном обществе;
- формировать правильную осанку;
- содействовать профессиональному самоопределению;
- содействовать поиску индивидуального образа и выработке собственного стиля;
- воспитать осознанную потребность в здоровом образе жизни.

Основные показатели эффективности реализации программы:

- возросший уровень мотивации учащихся к достижению исполнительского мастерства в области моды, к саморазвитию и самосовершенствованию;
- творческая самореализация учащихся, приобретение первоначальных навыков участия в различных конкурсах, выставках и показах;
- профессиональное самоопределение учащихся в области моды.

Формы отслеживания результативности реализации программы:

Анкетный опрос, собеседования с учащимися и родителями.

Диагностика развития специальных способностей.

Педагогический анализ занятий.

Анализ участия в республиканских и международных конкурсах и фестивалях.

Материально-техническое обеспечение: удобная одежда и обувь, учебный инвентарь, исходя из специфики и содержания предмета (майка, юбка, лосины, мягкая обувь без каблука, туфли на каблуке, гимнастические коврики, мячи, скакалки и т. Д.); магнитофон, фонограммы музыкальных произведений, персональный компьютер, Практические занятия должны проводиться в помещении, соответствующем санитарно-гигиеническим требованиям.

Организационные условия реализации программы

Программа предназначена для учащихся 10-15 лет.

Срок реализации программы: летний период 2017 года.

Форма занятий – групповая. Возможна работа по подгруппам и индивидуально (в связи с возникающими трудностями в процессе

выполнения заданий и подготовкой к показам, конкурсам, и с учётом возрастных особенностей учащихся).

Количество учащихся в группе – 12-15 человек.

Режим занятий – 1 раз в неделю по 2 часа.

Общее количество часов – 26.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Искусство дефиле: Основы пластического воспитания; Комплекс общеразвивающих и корректирующих упражнений; Формирование специальных навыков в дефиле;	2	6	8
2.	Этикет и психофизическое благополучие	1	1	2
3.	Личная гигиена и культура питания	1	1	2
4.	Секреты стиля	1	1	2
5.	Фототренинг	1	1	2
6.	Хореография	2	6	8
	Итоговое занятие	-	1	1
	Итого:	9	17	26

Содержание программы

Вводное занятие (1 ч.). Цели и задачи кружка, план работы на период обучения. Просмотр и анализ видеоматериалов конкурсов юных модельеров и показов моды. Диагностика уровня подготовленности учащихся.

1. Искусство дефиле (8 ч.).

1.1. Основы пластического воспитания

Подготовка психофизического аппарата к нагрузкам.

Практическая работа. Самомассаж мышц рук, ног, шеи, спины. Вращательные движения в суставах (плечевого пояса, шейного, грудного, поясничного, тазобедренного отделов позвоночника и т.д.).

1.2. Комплекс общеразвивающих и корректирующих упражнений

Развитие подвижности. Координация движений (способность согласовывать движения различных звеньев тела, соизмеряя их во времени и пространстве, сохраняя статистическое или динамическое равновесие, сочетая напряжение и расслабление работающих мышц).

Практическая работа. Упражнения на исправление осанки и походки. Упражнения на развитие подвижности в суставах. Упражнения на развитие мышц спины и подвижности в позвоночнике. Координационные упражнения на сохранение равновесия в индивидуальном порядке: конструирование множества позиций с опорой на 1,2,3 точки опоры (на одной ноге; на двух ногах и т.п.). Упражнения на формирование правильной осанки и походки.

1.3. Формирование специальных навыков дефиле

Модельный шаг. Виды поворотов на основных и промежуточных сценических точках. Виды и приёмы остановок на основных точках. Подходы и отходы к точкам фиксации. Дефиле, включающее движения рук, корпуса, головы. Различные варианты выхода из-за кулис. Позы.

Практическая работа. Упражнения на освоение подиумного шага: постановка корпуса, умение стоять на полупальцах (при этом не терять равновесия, удерживать корпус в ровном положении). Медленные шаги вперёд (научиться медленно переносить корпус тела на впереди стоящую ногу). Отработка поворотов (Поворот на 180°. Поворот на бокового зрителя. Поворот на 360°) и остановок (в начале, середине и конце подиума). Работа на подиуме с музыкальным сопровождением.

2. Этикет и психофизическое благополучие (2ч).

Слагаемые воспитанности. Культура в одежде. Этикет за столом. Культура разговора по телефону. Как произвести хорошее впечатление. Типы личного пространства, пространственные зоны. Что значит одеваться со вкусом. Хорошие манеры или искусство подать себя. Психологическое здоровье учащихся. Позитивное мышление как составляющая ЗОЖ. Как мыслю, так и существую. Память без границ: упражнения и пища для ума. Способы снятия нервно-психического напряжения. «Ситуация успеха» как стимул для дальнейшего совершенствования.

Практическая работа. Тесты «Владеете ли Вы этикетом общения?», «Знаете ли Вы правила столового этикета?», «Способны ли Вы слушать и слышать собеседника?», «Определение психотипа», «Кто же я на самом деле» и др. Моделирование ситуаций.

3. Личная гигиена и культура питания (2 ч.).

Способы сохранения здорового желудка в школе и дома. Правильное питание. Причины запрета на диеты в подростковом возрасте. Расстройства пищевого поведения: анорексия, булимия. Вкусный алфавит: неизвестные факты об известных продуктах «От Арбуза до Яблока». Правила питания модели. «Диета радости». Иммуитет и способы его повышения без лекарств. Авитаминоз и его последствия для формирующегося организма. Вредные привычки: вред курения для организма, влияние курения на кожу и фигуру. Чем опасно пассивное курение. Важность сохранения зрения. Разминка для глаз, защита зрения при работе за компьютером. Гигиена тела. Основы ухода за лицом. Последовательность ухода за лицом. Гимнастика для лица. Уход за волосами, особенности ухода в летний период. Правила безопасного загара.

Практическая работа. Тест «Определение типа кожи». Выполнение гимнастики для лица. Составление примерного меню для разных пор года с

учетом «правильных» продуктов питания. Диспут «Курить не модно». Разучивание комплекса упражнений разминки, сидя на стуле. Выполнение комплекса упражнений для глаз.

4. Секреты стиля (2 ч.)

Основные понятия: стиль, мода, образ, культура. Стили одежды: классический, романтический, фольклорный, спортивный, авангардный. Правила подбора одежды для школы, дома и отдыха. Базовые предметы одежды и аксессуары. Современные направления и тенденции моды. Ведущие модельеры: история и современность. Словарь цветовой гаммы. Цветотипы теории «Времена года». Правила подбора аксессуаров для каждого стиля одежды. Аромат как завершение образа. Как и какие духи выбрать. Прически для школы, отдыха. Особенности создания образа для подиума. Макияж и прическа для подиума.

Практическая работа. Подбор индивидуального стиля и образа. Подбор костюма для школы, дома и отдыха. Подбор летнего гардероба. Подбор цветовой гаммы соответственно теории «Времена года». Создание простых причесок, причесок для отдыха, для подиума. Создание индивидуального образа учащегося, учитывая тенденции моды.

5. Фототренинг (2 ч.)

Чёрно-белая фотография. Цветная фотография. Плёночная фотография. Цифровая фотография. Портрет. Натура. Натюрморт. Пейзаж. Флора. Фауна. Репортаж. Позы и ракурсы. Позирование в движении. Позирование с элементами костюма, аксессуаров и т.д. Умение работать в кадре. Искусство перевоплощения. Раскрепощённость (не быть скованным на съёмочной площадке). Умение правильно ориентироваться относительно освещённости. Световые приборы в студии. Естественный солнечный свет. Просмотр и анализ фоторабот известных моделей.

Практические занятия. Выполнение нескольких способов работы на камеру. Фотограф руководит моделью, подсказывает позы, ракурсы, положение отдельных частей тела, повороты головы, выражение глаз и т.д. Модель экспериментирует и импровизирует самостоятельно. Групповая фотосъёмка. Анализ проделанной работы.

6. Хореография (8 ч.)

6.1. Основы классического экзерсиса.

Приветствие. Приглашение. Закрытый променад. Соло поворот. Соединение фигур в несложные композиции.

Практическая работа. Упражнения на отработку движений.

6.2. Партерная гимнастика.

Постановка корпуса. Выворотность ног. Натянутость стопы. Устойчивость. Укрепление физических качеств (силы, выносливости, гибкости, быстроты, ловкости и т.д.). Специальные двигательные функции.

Практическая работа. Упражнения для исправления осанки, на развитие устойчивости и укрепления физических качеств. Развитие специальных двигательных функций (натянутости, гибкости корпуса, ног, крепости стопы, постановки осанки и т.д.).

6.3. Ритмика. Ритмические упражнения, музыкальные игры.

6.4. Изучение элементов различных танцевальных направлений.

Основные положения рук, ног и тела. Изучение и освоение элементов различных танцевальных направлений.

Практическая работа. Упражнения на изучение и освоение элементов различных танцевальных направлений. Постановка танца, танцевального микса.

Итоговое занятие. Подведение итогов образовательного процесса. Оценка знаний и практических навыков.

Прогноз результативности

В результате реализации программы учащиеся должны

знать:

- основные тенденции современной моды;
- правила подбора одежды и макияжа с учетом цветотипа;
- особенности ухода за руками и ногами;
- технику создания простых причесок для дома и отдыха, причесок для подиума;

- основы здорового образа жизни, способы снятия нервно-психологической нагрузки;

- основы дефиле;

уметь:

- подбирать аксессуары в соответствии с заданным стилем;
- самостоятельно создавать простые прически;
- выполнять макияж для своего возраста, учитывая образ и стиль одежды;

- выполнять зарядку для глаз, разминку для всех групп мышц;

- выполнять шаги, повороты и другие фигуры дефиле как индивидуально, так и в группе.

Формы и методы реализации программы

Реализация программы предусматривает организацию педагогического взаимодействия через создание ситуации успеха, позитивность и оптимистичность оценивания, возможность проявить и реализовать свои способности. Обязательным условием её выполнения является выполнение индивидуальных и групповых творческих заданий, что обеспечивает содержательную коммуникацию и эффективное

взаимодействие, предполагает использование методов взаимоконтроля и взаимопроверки, мотивирующих к самосовершенствованию.

Содержание программы строится на вариативных подходах к построению образовательного процесса. Исходя из особенностей программы, специфики предметов, требуется использование разнообразных методов, приёмов и способов обучения, стимулирующих формирование креативных, коммуникативных, организационно-деятельностных умений обучающихся. На занятиях по всем направлениям используются и берегающие здоровье технологии (смена видов деятельности: чтение, тренировки, репетиции) и чередование видов деятельности: интеллектуальной, эмоциональной, практико-творческой.

В процессе обучения передаётся личный практический опыт. Педагог выступает в роли консультанта для учащихся, расширяет их познавательную деятельность, оказывает профессиональную и деловую поддержку. В процессе обучения рекомендуется периодически проводить видеосъёмку занятий для последующего анализа учащимися проделанной работы и исправления ошибок.

Актуализация нового материала осуществляется объяснительно-иллюстративным методом с использованием большого количества наглядного материала (журналы, буклеты, видеоматериалы). Закрепление теоретических знаний происходит посредством использования методов взаимоконтроля и взаимопроверки, мотивирующих к самосовершенствованию.

Во время проведения занятий педагог активно использует информацию, полученную из разных источников: книг, журналов, фотовыставок, телевидения, видео-, фотоматериалов, мастер-классов, fashion-шоу.

Большую роль в обучении подростков имеет и личный пример педагога, который учится и стремится к совершенству вместе с учащимися.

Рекомендуемые формы и способы организации учебного процесса:

- Индивидуальные (консультация и практические занятия).
- Групповые (при изучении, закреплении, повторении теоретического и практического материала); коллективные и индивидуальные занятия.
 - Коллективные (массовые) – участие в конкурсах, фестивалях.
 - Интерактивные занятия (в рамках конкурсов дизайнерской одежды и театров мод, посещения показов мод).
 - Тематические занятия (в рамках фотоконкурсов, посещения фотовыставок, музеев).
- Участие в выставках, семинарах и мастер-классах красоты и здоровья.
 - Сводные репетиции в хореографическом зале и на сцене.
 - Кастинг (отбор участников для демонстрации коллекций).
 - Фитинг (примерка одежды).
 - Беседы, дискуссии, рассказы, экскурсии.

Литература для педагога

1. Андерсон, М. Модель. Красота и бизнес. Как стать профессиональной моделью / М. Андерсон, пер. с англ. Н.В.Злыднёвой, Н.М.Падалко. – Москва, 1995.
2. Аксёнова, М. Этикет. Современная энциклопедия. / Ред. группа. М.Аксёнова, Т.Евсеева, А. Чернова, В.А.Володин и др. – Москва: Аванта +, Астрель, 2007. – 408 с.: ил.
3. Современная энциклопедия Аванта. Мода и стиль / Глав.ред. В.А.Влодин.- Москва: Аванта+. 2002. – 480с.: ил.1.Большц Э. Ваш тип причёски. Стрижка. Стиль. Уход. Цвет. Изд – во Фалькен (ФРГ), 1993. Перевод на русский язык. Изд – во Кристина и К. – Москва: 1994.-128с., ил.
4. Визаж и макияж. – Москва: Изд – во Эксмо, 2005. – 192с., ил.
5. Книга о лице и теле. Практическое руководство по уходу за внешностью / под ред. СтоппардМ. FrancesLincolnPublishersLimited, 1980. – Минск.:Изд-во «Вышэйшая школа», 1992. – 256с: ил.
6. Клиновский, В.И. Искусство позирования: для моделей и фотографов: практическое руководство / В.И. Клиновский. – Москва, 2005.
7. Ваганова, А.Я. Основы классического танца. Учебник. 5-е изд. / А.Я.Ваганова. – Л: Искусство, 1980. – 192 с.
8. Лопухов, А.В. Основы характерного танца. 4-е изд. / А.В. Лопухов, А.В. Ширяев, А.И. Бочаров. – СПб: Планета музыки, 2010. – 344с.

Литература для учащихся

1. Журналы «Collezioni» –женская мода, мужская мода, свадебная мода, пляжная мода, мода аксессуаров, pret-a-porte; «Vogue», «Lofficiele», «ЭШ», «GQ».
2. Интернет – порталы: Diva.by, MenS.by, KRASA.by.
3. Харт, Расселл. Фотография для «чайников» = Photography For Dummies – 2-е изд. – Москва: «Диалектика», 2007. — С. 368. — ISBN 0-7645-4116-1.Фото и видеоматериалы с мировых и белорусских подиумов. Видео и фотоматериалы с выступленийсамих учащихся.

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела образования,
спорта и туризма

Дятловского райисполкома

_____Н. С. Белоус

31.05.2017