

СОДЕРЖАНИЕ

ОТ ЧЕЛОВЕКА ДО МОДЕЛИ

ТЕХНИКА ПОЗИРОВАНИЯ

- ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ
- ПОСТАНОВКА РУК
- ПОСТАНОВКА НОГ
- РАБОТА С ВОЛОСАМИ

ПОХОДКА

- ПРАВИЛА ИДЕАЛЬНОЙ ПОХОДКИ
- ОЧЕНЬ НЕ СОВЕТУЮ.....

КАСТИНГИ

- КАК ПРОХОДИТ
- КАТЕГОРИЧЕСКИ НЕЛЬЗЯ
- ЧТО БРАТЬ С СОБОЙ

РОЛЬ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА

СЕКРЕТЫ УСПЕХА

ПРОФ. ТЕРМИНЫ

ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ

КРИТЕРИИ ВЫБОРА

- РАЗГОВОР С СОБОЙ
- ПАРАМЕТРЫ
- РОСТ
- ТЕСТ НА МОДЕЛЬНОСТЬ

ТИПАЖИ ЖЕНСКИХ ЛИЦ

- ОСНОВНЫЕ ВИДЫ
- ПРИМЕРЫ ТИПАЖЕЙ
- НАЙДИ СВОЁ НАПРАВЛЕНИЕ

ПОРТФОЛИО

- СОЗДАНИЕ
- СОДЕРЖАНИЕ

ВИЗИТКА

- СОДЕРЖАНИЕ
- ПРИМЕРЫ

МОДЕЛЬНАЯ ШКОЛА

- ЗНАЧЕНИЕ
- ЧЕМУ УЧАТ

ПРОФЕССИЯ «МОДЕЛЬ»

КРИТЕРИИ ВЫБОРА

ХОЧЕШЬ ЛИ ТЫ РАБОТАТЬ МОДЕЛЬЮ?

ДА

Ты получишь всю
необходимую
информацию и
попробуешь
воплотить мечту!

НЕТ

Не проблема 😊
Ты откроешь для
себя новую сферу и
у тебя будет инфа,
которой нет даже в
интернете!



РАССМОТРИМ ПАРАМЕТРЫ

ТЫ ВСЁ ЕЩЁ ВЕРИШЬ В 90/60/90?

Забудь хотя бы на ближайшие 5 лет!

Детка, сейчас они где-то 87/58/89

О том, как питаться, я могу болтать очень долго, но шпора не про это... Так что вкратце:

- Набрать вес- профицит калорий,
- Скинуть вес- дефицит калорий,
- Поддерживать вес- норма калорий!



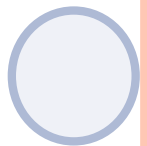
РОСТ

ДЛЯ РАБОТЫ ЗА ГРАНИЦЕЙ

- Не ниже 170см. Не выше 184см.
- 170-175см- тяжело конкурировать в Европе, но в самый раз для Азии
- 176-180см- можно работать во всём мире.

ДЛЯ РАБОТЫ В РОССИИ

- В России такой бизнес ещё не на высшем уровне, поэтому несмотря на жёсткие рамки всегда существуют исключения!
- Можно работать и с ростом 167, но в таком случае пробиться будет тяжело.



ТЕСТ НА МОДЕЛЬНОСТЬ

Не ленись и повысь свои шансы на успех!

- Попробуй посидеть на различных модельных сайтах и поискать моделей, схожих с тобой по внешним данным, чтобы оценить востребованность своего типажа.
- Определи типаж своего лица. Совсем не обязательно останавливаться на одном из представленных ниже, так как твой типаж может быть и смешанным.



ТИПАЖИ ЖЕНСКИХ ЛИЦ

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ

Классическое лицо (Classic face)

- тонкий нос
- высокие скулы
- миндалевидные глаза
- в меру высокий лоб

Детское лицо (Baby face)

- большие выразительные глаза
- надутые губы
- немного припухлые щеки
- аккуратный носик

Сильное лицо (Strong face)

- «дикий» взгляд
- острые скулы
- выразительные черты
- заметная худоба

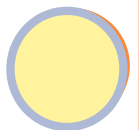
Странное лицо (Strange look)

необычная внешность
Например:

- торчащие уши
- высокий лоб
- разные глаза

Коммерческое лицо (Commercial face)

- обаятельная улыбка
- большие глаза
- роскошные локоны волос
- матовая кожа



ПРИМЕРЫ ТИПАЖЕЙ

Классическое лицо
(Classic face)



Сильное лицо
(Strong face)



Детское лицо
(Baby face)



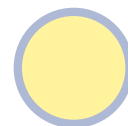
Странное лицо
(Strange look)



Коммерческое лицо
(Commercial face)



Узнал здесь кое-кого? :)



В КАКОМ НАПРАВЛЕНИИ ДВИГАТЬСЯ?

Надеюсь, ты уже разобралась со своим типажом и, исходя из этого, пойдёшь по тексту дальше.

- **Классическое лицо (Classic face)**- модели с таким лицом не супервостребованы на модельном рынке, но спрос имеют.

Легко перевоплощаются в любой типаж макияжем, причёской, одеждой.
Они, как чистый холст. Ещё их называют «моль».

- **Сильное лицо (Strong face)**- этот типаж наиболее востребован для высокой моды.

Как правило их берут для показов на подиумах и снимают в стиле fashion.

- **Детское лицо (Baby face)**- находится на пике популярности ещё с 2000-х годов.

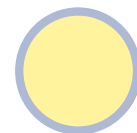
Можно встретить на подиуме, в рекламе и модных журналах.

- **Странное лицо (Strange look)**- в настоящее время этот типаж супер популярен.

Зовут на «космические» съёмки. Всегда получается очень странно и необычно.

- **Коммерческое лицо (Commercial face)**- эти лица созданы для заработка.

Именно таких девушек мы чаще всего видим в рекламе. В большинстве своём они становятся лицами брендов.



ПОРТФОЛИО

СОЗДАЁМ ПОРТФОЛИО

У МЕНЯ ЕСТЬ СРЕДСТВА



Тогда всё легче, чем кажется.
Забивай в поисковой строке
фотографов «с именем»
и дерзай!

**У МЕНЯ НЕТ
СРЕДСТВ**



Ничего страшного 😊
Воспользуйся услугами TFP*



*TFP (Time For Print)- проекты на бесплатной основе.



СОДЕРЖАНИЕ ПОРТФОЛИО

Модельное портфолио (book)

- это набор профессиональных фотографий, которые отражают внешние данные модели, её типаж и умение перевоплощаться.

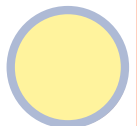
Делится на **обязательную** и **произвольную** часть.

- Снепшоты
- Модельные тесты

- Фото в стиле Fashion и Beauty
- Кадры с показов
- Рекламные съёмки

ВАЖНО:

- Портфолио не делается за 1 съёмку, а нарабатывается в течение всей карьеры.
- Нужно периодически его пополнять для сохранения актуальности.
- Не стоит сниматься у одного фотографа. Каждый имеет свой авторский стиль.



ВИЗИТКА

ВИЗИТКА

Визитка включает в себя фамилию, имя, возраст, рост, а также параметры модели, и выглядит она так:

ПРИМЕР:

Минкина Анастасия
14 лет
Рост 170
Параметры 83/57/86

**Для кастингов на работу за границей
(на английском языке)**

Minkina Anastasia
15 years
Height 170
Options 83/57/86

Визитка обычно произносится после вашей проходки на кастинге.



МОДЕЛЬНАЯ ШКОЛА

МОДЕЛЬНАЯ ШКОЛА

Нужна ли модельная школа?

Если честно, не обязательна!

Тебе предоставят такую же информацию, но только за 10-20 тысяч.

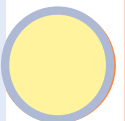
Я не утверждаю, что её посещение является бессмысленной тратой времени, но нужно понимать, что это не гарант того, что ты станешь моделью, а тем более успешной!

ВАЖНО: Если агентство в тебе заинтересовано, то возьмёт тебя без денежного вклада!

Осталась только походка и позирование, которые, кстати, в таких школах хорошо демонстрируют.

-И как же тогда обойтись без обучения?

-Просто читай дальше😊



ТЕХНИКА ПОЗИРОВАНИЯ

ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ

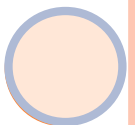
- Направление локтей и коленей не стремится в объектив камеры- **ОШИБКА**
(Результат: создают грубый акцент в кадре)
- Часть тела пропала из кадра- **ОШИБКА**
(Результат: модель-инвалид, например, без руки, как на этом фото)
- Руки приклеены к телу- **ОШИБКА**
(Результат: модель смотрится неуклюже)
- Расслабленные ноги- **ОШИБКА**
(Результат: не очень красиво, когда, например, ляжки расплываются по стулу)



ПОСТАНОВКА РУК

- Не изгибайте чрезмерно запястье. Это выглядит как перелом.
- Спрятанная кисть выглядит как ампутация.
- Тыльная сторона кистей в камере всегда выглядит шире.

ВАЖНО: Следи за своими ногтями!
Не грызи и делай нюдовый маникюр.



ПОСТАНОВКА НОГ

- Чем ближе нога к камере, тем выше ты смотришься.
- Не выставляй одну ногу вперёд, если стоишь в анфас.
- Ставь по диагонали.
- Слегка сгибай.
- Расставленные ноги всегда выглядят длиннее собранных.



РАБОТА С ВОЛОСАМИ

Варианты расположения в кадре для создания образа:

- Волосы рассыпанные по плечам
- Волосы за плечами
- Волосы перед плечами
- На одной стороне
- На другой стороне
- Собрать волосы



ПОХОДКА

ПРАВИЛА ИДЕАЛЬНОЙ ПОХОДКИ

ПОЛОЖЕНИЕ КОРПУСА

- Сбалансируйте центр тяжести равномерно
- Плечи опустите вниз
- Расправьте грудную клетку
- Мышцы живота в тонусе
- Тянитесь вверх макушкой

РУКИ

- Расслабленные
- Кисти рук за бёдрами
- Ладони параллельны друг другу
- Локти слегка прижаты к талии

ГОЛОВА

- Голову держите ровно
- Взгляд направлен по линии горизонта
- Подбородок немного опущен вниз

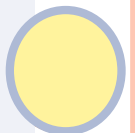
(

БЁДРА

- Поочерёдно выносим вперёд
- Они не должны выходить за уровень плеч
- Сначала идёт бедро, затем колено и, наконец, стопа

ШАГ

- Походка уверенная
- Двигайтесь по одной линии
- Идеальная ширина шага - две ваших стопы
- Начинаем шаг с пятки
- Не забывайте разгибать колени



ОЧЕНЬ НЕ СОВЕТУЮ

- **Размахивать руками**

Часто, при быстрой ходьбе, наше тело подключает еще большую активность рук. Выглядит это очень комично.

- **Вильять бёдрами**

Обычно, все попытки повторить подобные движения бедрами провальные. Излишняя сексуальность вульгарна. На подиуме это не к месту.

- **Держать высоко подбородок**

Воспринимается как визуальное высокомерие и надменность.

- **Высоко поднимать колени**

Такая походка не вызывает одобрений со стороны окружающих.

- **Выбрасывать вперед ноги**

Не пытайся этим способом добавить грациозность. Это выглядит немного смешно.



КАСТИНГИ

**ВАЖНО: ВЫБРАТЬ ХОРОШЕЕ АГЕНТСТВО.
(от этого будет зависеть ваша дальнейшая
карьера.)**

КАК ПРОХОДИТ КАСТИНГ

- Кастинги для участия в модных показах проводятся за несколько дней до мероприятия. Обычно это связано с тем, что дизайнеры приезжают из разных городов максимум за одну неделю до шоу.
- Предварительно дизайнеры присылают в агентство «требования к модели», в котором описывают типаж модели, рост, параметры. Это очень важно, так как коллекция существует в единственном экземпляре. На основе этих требований агентство приглашает моделей на кастинг, поэтому в информации о кастинге всегда указываются такие параметры, как рост и обхваты.
- Если ваши параметры подходят под требования дизайнеров, обязательно сообщите в агентство моделей о своем присутствии на кастинге.
- Вы пройдете этап регистрации, где координатор запишет ваши данные в кастинг-лист, сделает замеры ваших параметров и выдаст вам персональный номер.
- По приглашению координатора кастинга вы проходите на подиум. Каждая модель делает проходку по подиуму и отвечает на вопросы дизайнеров. Они обязательно спросят параметры, чтобы убедиться, что они соответствуют коллекционным размерам одежды и обуви.
- Дизайнеры записывают номер модели и после общего кастинга приглашают выбранных моделей.



ЧТО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ НА КАСТИНГЕ?!

- Не курите.
- Не жуйте жвачку.
- Не рисуйте и не флиртуйте.
- Не приводите с собой посторонних людей (исключение составляют представители лиц младше 18 лет).
- Не пользуйтесь телефоном и отключите звонок.
- Не приносите с собой ничего лишнего.
- Ничего не держите и не теребите в руках.



ФОРМА НА КАСТИНГ

Теперь ты готова к этому испытанию.

Необходимо взять:

- Чёрная майка
- Чёрные лосины
- Резинка для волос
- Обувь на максимально высоких каблуках
- Распечатанное портфолио формата «А4»
(иногда можно и в электронном виде)

*Или
обтягивающее
чёрное платье*

Волосы
чистые,
лицо без
видимого
макияжа
(тон можно)

+

На кастинги для работы за границей захвати чёрный купальник!



ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК

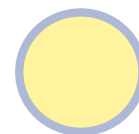
РОЛЬ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА

— DO YOU SPEAK
ENGLISH?
— YES...СССЛИ БЫ...



- Это, конечно, смешно, но такого быть не должно, если у тебя есть грандиозные планы на карьерный рост.
- Если же ты хочешь работать в своей стране, то можешь продолжать плевать в потолок на уроках английского или др. ин. языка.

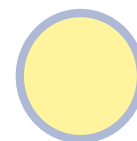
ВАЖНО: Имейте ввиду, что владение иностранным языком автоматически повышает вашу конкурентоспособность на рынке труда!



СЕКРЕТЫ УСПЕХА

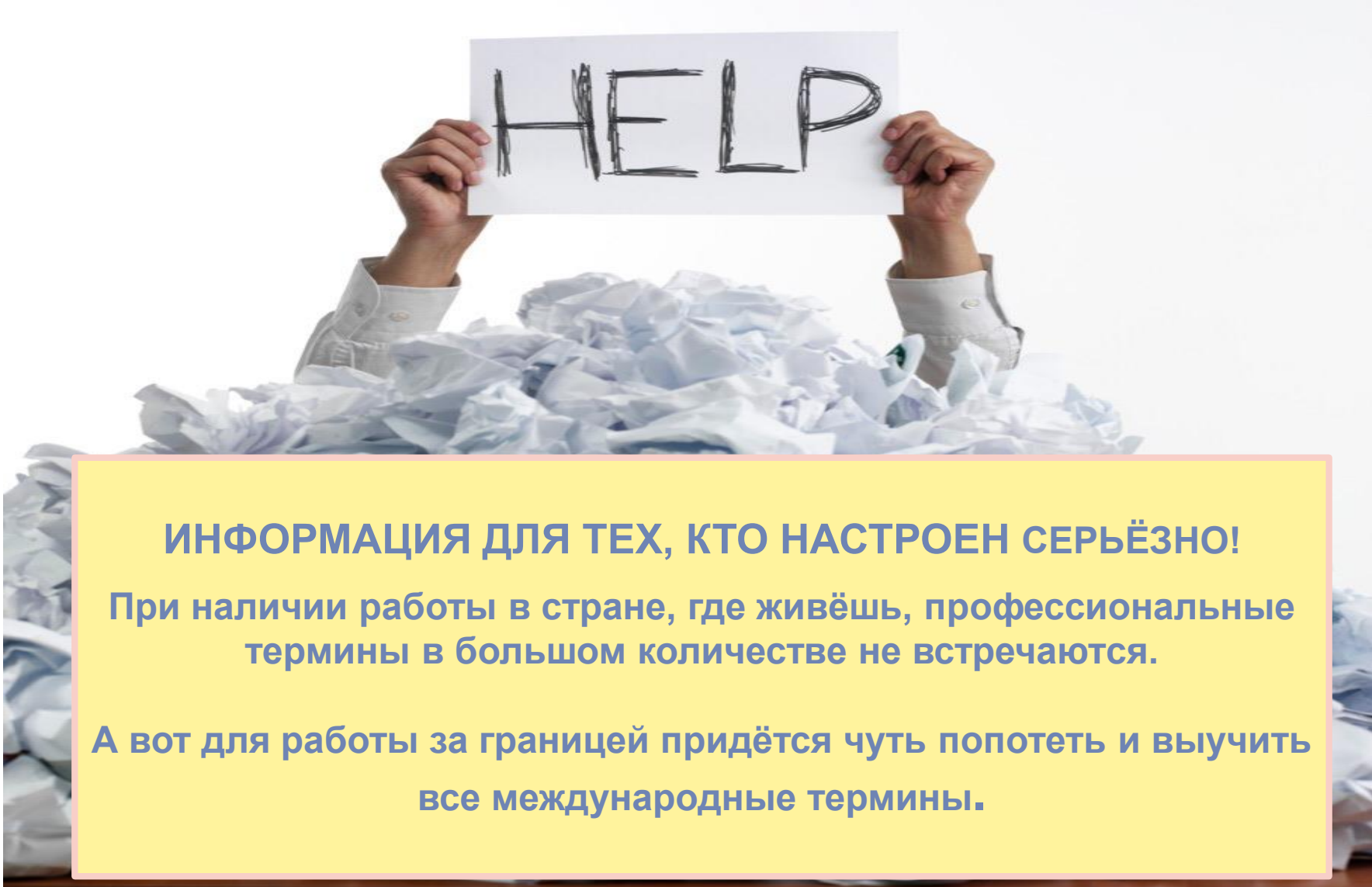
МАТАЙ НА РЕСНИЧКИ 😊

- Размести своё лучшее фото в конце **book**, чтобы закрепить положительное впечатление.
- Перед днём кастинга необходимо выспаться и чувствовать себя максимально хорошо.
- Не задавай лишних вопросов.
- Приезжай всегда за 30 минут до указанного времени.
- Не забывай о коммуникабельности и чаще улыбайся.
- Знай свои сильные стороны и пользуйся ими.
- Не бойся пробовать новое.
- Будь вежлива со всеми.
- Запоминай имена собеседников.
- Изучай иностранные языки.



ТЕРМИНЫ

СЕЙЧАС БУДЕТ

A person's hands, wearing a white shirt, are holding a white rectangular sign with the word "HELP" written in large, black, hand-drawn capital letters. The hands are positioned above a large, messy pile of crumpled white paper that fills the lower half of the frame. The background is a plain, light-colored surface.

HELP

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ТЕХ, КТО НАСТРОЕН СЕРЬЁЗНО!

При наличии работы в стране, где живёшь, профессиональные термины в большом количестве не встречаются.

А вот для работы за границей придётся чуть попотеть и выучить все международные термины.

ТЕРМИНЫ

- **AGENT, AGENCY** – Организация или лицо, являющееся официальным представителем моделей.
- **AGENCY BOOK**– Книга или постер с фотографиями и информацией всех моделей агентства.
- **AGENT'S FEE** – Комиссионные, получаемые агентом.
- **ALL DAY BOOKING** – Работа модели с 9 часов утра до 5 часов вечера.
- **APPEARANCE FEE** – Плата за участие или появление на каком-либо мероприятии.
- **APPARTAMENTS** – Квартира, где проживают модели, приехавшие из другой страны или города.
- **BACKDROP** –Матерчатый или бумажный фон, используемый в фото студиях.
- **BACKSTAGE** – Процесс, которого не видит зритель (закулисы).
- **BILLBOARD** – Наружная реклама больших размеров.
- **BOOK** – Портфолио модели, ее лучшие фотографии, которые она демонстрирует на кастингах.
- **TO BOOK** – Назначить работу. Взять модель на какую-либо работу.
- **BOOKER** – Работник агентства, управляющей карьерой модели. Ведет переговоры с клиентом и назначает все работы. Иногда «букер» и модельный агент – одно и тоже лицо.
- **BOOKING** – Конкретная назначенная работа.
- **BOOK OUT** –Информирование агентства о невозможности работать в определенный период времени по причине болезни, отпуска или другой работы.
- **BUYOUT** – Платеж за будущее использование рекламы.

- **CALL-BACK** – Вторичный вызов модели для отбора.
- **CALL TIME** – Назначенное время прихода модели на работу.
- **CASTING, AUDITION** – Отбор моделей на какую-либо работу..
- **CASTING DIRECTOR** – Управляющий кастингом, отбирающий моделей для работы.
- **CANCELLATION** – Отмена работы или кастинга.
- **CATALOG MODELING** – Фотосъемки для печатной рекламы, издаваемых в виде рекламных брошюр фирмами производителями или магазинами.
- **COLLECTION** – Вся одежда и аксессуары одного дизайнера, демонстрируемые в рамках одного показа мод.
- **COMMERCIAL** – Рекламные фото или видеосъемки, для продуктов, не относящихся к моде как таковой. Для крема, например, или йогурта, или мобильного телефона.
- **COMMISSION** – Комиссионные, удерживаемые агентством с заработной платы модели. В зависимости от работы, от 10 до 30 %.
- **COMPOSITE CARD**– «комполитка»: опечатанная карточка с информацией о модели и агентстве с лучшими фото (формат 15x20 см), (от 2-х до 6-ти).
- **DEMONSTRATOR** – Модель, работающая на выставочных стендах или в магазинах.
- **DAY-OFF** – Выходной день модели.
- **DRESSER** – Костюмер. Помогает дизайнеру в создании его коллекции и моделям при переодеваниях.
- **FASHION COORDINATOR** – Организатор fashion show, координирующий все детали.
- **FIT MODELING** – Модель, работающая на примерках, живой манекен.
- **FITTING** – Примерка.
- **FASHION SHOW, RUNWAY SHOW** – Показ мод.

- **FASHION WEEK** – неделя моды, на которой демонстрируются сезонные коллекции.
- **FASHION STORY** – Съёмка «с идеей», при которой фотограф и модель создают искусство, а не просто снимают кадры с одеждой. Как правило, снимается для журналов.
- **FREELANCE** – Модель, работающая без агента или менеджера.
- **FULL TURN** – Полный поворот на 360 градусов. Наиболее часто используемый поворот в показах мод..
- **HOLD** – «Бронирование» модели, когда клиент выбрал ее для работы.
- **COUTURE** – Показы высокой моды, во время которых дизайнеры представляют все возможности своей фантазии.
- **LINE-UP** – Расстановка моделей на подиуме во время показа.
- **LOCATION** – Фотосъёмка вне студии.
- **MARKET, JOB MARKET** – Город, в котором существует потребность в работе профессиональных моделей.
- **MODEL RELEASE** – Документ, подписываемый моделью для передачи фотографу прав на использование изображений.
- **MOTHER AGENCY** – Главное агентство в жизни модели, управляющее ее карьерой.
- **OVERTIME** – работа модели сверх указанных часов, оплачивается отдельно.
- **PRINTWORK** – Фотосъёмки для любой печатной продукции.
- **RATES** – Ставка оплаты за работу модели.
- **ROUNDS** – Поездки на несколько кастингов.
- **RUNWAY, CATWALK** – Подиум для показов мод.
- **SCOUT** – Лицо, занимающееся поиском новых перспективных моделей.
- **SET** – Установка света, мебели, аксессуаров и т.д. во время съемок в студиях.
- **SHOOT** – «шутинги», фотосъёмки.

- **SIGN-IN SHEET** – Список отметившихся моделей в порядке очередности прибывших на кастинг.
- **SNAPSHOTS, POLAROIDS** – Максимально натуральные фотографии модели, без макияжа, в купальнике или белье.
- **STATS** – Статистические данные модели.
- **STYLIST** – Лицо, проверяющее и контролирующее во время работы состояние и соответствие одежды, обуви и аксессуаров, создающее образ.
- **TEST SHOTS, TEST PHOTOGRAPHY** – «тесты», фотографии, снятые для портфолио модели, на которых она показывает свой потенциал.
- **USAGE** – Дополнительная плата за использование фотографий в рекламе
- **VOUCHER** – Форма, подписываемая клиентом и подтверждающая проведенную работу модели и количество часов. Используется для расчетов заработной платы модели.
- **WEATHER PERMITTING BOOKING** – Съемки на улице, которые могут состояться только при определенной погоде и могут быть отменены при неподходящей погоде.

НАДЕЮСЬ, ТВОЙ МОЗГ ЕЩЁ ЖИВ 😊

ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ

ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ

ТЕСТ НА МОДЕЛЬНОСТЬ

Мой пост

https://www.instagram.com/p/Brz4bOKIVSU/?utm_source=ig_share_sheet&igshid=1nf96nh3v9t4

TFP

Мой пост

https://www.instagram.com/p/BsC4yMNFQf8/?utm_source=ig_share_sheet&igshid=3xd8ppmsqnp4

TFP в СПб

https://vk.com/modelit_spb

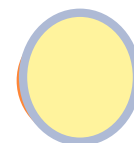
НОВОСТИ И ИСТОРИЯ МОДЫ

<http://tuttalamoda.ru>

<https://favot.ru>

СТИЛЬНЫЙ ЛУКБУК

<https://www.be-in.ru>





**ЧАО – КАКАО ! ☺
У ТЕБЯ ВСЁ ПОЛУЧИТСЯ!**