



SÁCATE LA GUAPA





OBJETIVOS

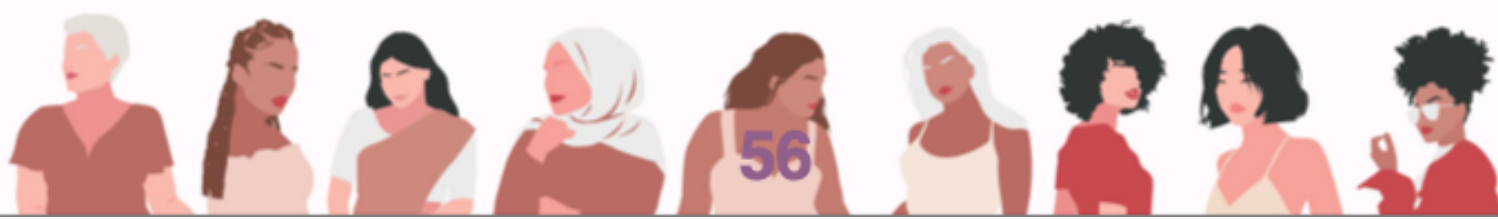
→ Conocer qué queremos transmitir para utilizar las prendas adecuadas y acordes.

Armonía individual para elegir prendas que nos favorecen más. ←

→ Conocer la morfología de nuestro cuerpo para saber qué prendas nos favorecen más.

Autoconocer para detectar y conocer nuestras fortalezas y reforzarlas a través de la moda. ←

→ Ordenar el físico y los complejos individuales, fomentando el autoamor para empoderar a las asistentes.





METODOLOGÍA

IMPRESINDIBLES
BLOQUE 1

CLASE EXPOSITIVA
Test/Ejercicios finales

1. BÁSICO:

La importancia de la imagen + Historia personal + Estilo de vida + Historia de la moda + Estilos y tendencias.

2. ARMONÍA:

Estudio de color (Rasgos de cada tipo y escala cromática)

3. MORFOLOGÍA:

Tipos estándar, proporcionalidad.

4. VISAGISMO:

Tipos de rostro.

5. MAX/MIX:

Corte de pelo y color.

6. FONDO DE ARMARIO:

Estudio de armario.

7. RUTA:

Trucos a la hora de comprar y Listado de tiendas (Tipos de tiendas, rebajas, newsletters, club socias, apps)





IMPRESINDIBLES
BLOQUE 1

1. BÁSICO:

2. ARMONÍA:

Teórico visual, conocer la armonía y los colores mediante prendas.

Relación de los colores las emociones básicas, la ropa es una muestra de nuestro estado de ánimo : Alegría, miedo, tristeza y rabia.

- <https://www.youtube.com/watch?v=r9Qjx5ZpYjA>

3. MORFOLOGÍA:

Clase teórica práctica, se podrían hacer diferentes ejercicios de dibujo, no tienen porque dibujarse bien pero sí comprender el movimiento y proporcionalidad de los diferentes cuerpos.

4. VISAGISMO:

- <https://youtu.be/eA7euTvqR-Y>
- <https://youtu.be/8fmjyNNt2LA>

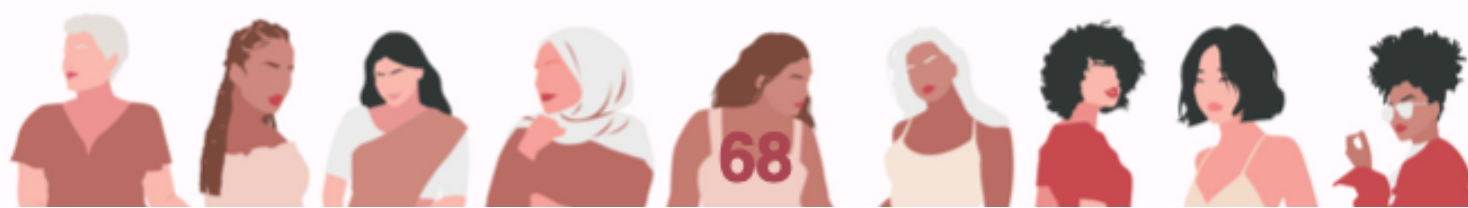
30' ejercicio caras aprender a modificar los diferentes tipos de rostros

5. MAX/MIX:

6. FONDO DE ARMARIO:

- Cómo combinar prendas básicas en tendencia día y noche
<https://www.youtube.com/watch?v=TltnQ8If5PQ>
- Estilo “nonchalant” vestir sin pensar utilizando los básicos de tu armario <https://www.youtube.com/watch?v=UL2L6aIHBYY&t=3s>
- VAQUEROS la prenda esencial en tu armario
<https://youtu.be/XkzOORIRJ6U>

7. RUTA:



IMPORTANTES
BLOQUE 2

CONOCERNOS
Análisis de fotos de cada una

1. BÁSICO:

La importancia de la imagen + Historia personal + Estilo de vida + Historia de la moda + Estilos y tendencias.

2. ARMONÍA:

Estudio de color (Rasgos de cada tipo y escala cromática)

3. MORFOLOGÍA:

Tipos estándar, proporcionalidad.

4. VISAGISMO:

Tipos de rostro.

5. MAX/MIX:

Corte de pelo y color.

6. FONDO DE ARMARIO:

Estudio de armario.

7. RUTA:

Trucos a la hora de comprar y Listado de tiendas (Tipos de tiendas, rebajas, newsletters, club socias, apps)

IMPORTANTES
BLOQUE 2

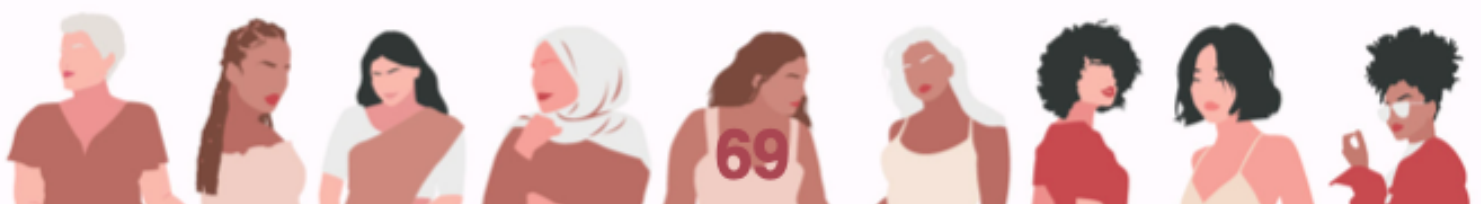
Se enfocaran las clases a conocernos mejor, desde el punto de vista de cada una intentado descubrir que es lo que de primeras pensamos que mejor nos sienta.

Se pedirá a cada alumna en el bloque anterior que traigan diferentes fotografías de ellas mismas. Con estas se trabajará los siete puntos del bloque 2.

Estas deberán ser:

- imágenes de diferentes épocas de sus vidas o momentos.
- Looks que les gusten de ellas mismas
- Cortes de pelo, si han ido variando.

En grupo iremos analizando y comentando cada foto según el apartado del bloque que toque.





NECESARIOS
BLOQUE 3

TALDE LANA
Poner en práctica en grupos de 4/3 lo
visto anteriormente

1. BÁSICO:

La importancia de la imagen + Historia personal + Estilo de vida + Historia de la moda + Estilos y tendencias.

2. ARMONÍA:

Estudio de color (Rasgos de cada tipo y escala cromática)

3. MORFOLOGÍA:

Tipos estándar, proporcionalidad.

4. VISAGISMO:

Tipos de rostro.

5. MAX/MIX:

Corte de pelo y color.

6. FONDO DE ARMARIO:

Estudio de armario.

7. RUTA:

Trucos a la hora de comprar y Listado de tiendas (Tipos de tiendas, rebajas, newsletters, club socias, apps)

NECESARIOS
BLOQUE 3

Una vez nos hemos conocido, comenzaremos a trabajar en grupo lo aprendido hasta el momento.

En el bloque 3 se dividirá la clase en grupos de 4 o 3 personas. En estos grupos se pondrá en práctica lo visto hasta el momento, las alumnas entre ellas trabajar conjuntamente empleando la nueva información que tienen para ir aconsejando o cambiando entre ellas.

Tendrán que ir rotando la persona a asesorar, habiendo sido todas asesoradas el final de la clase.

Por ejemplo: En el punto de Visagismo, tendrán que deducir qué tipo de rasgos tiene cada una de ellas e intentarán aplicar la teoría de una forma práctica, mediante el maquillaje.

Ruta de tiendas física, recorrer las tiendas y seguir trabajando en grupo eligiendo un look para cada integrante.



ENRIQUECEDORES
BLOQUE 4

PRESENTACIÓN FINAL

Cada una con lo aprendido expondrá los consejos útiles que ha aprendido y razonamientos

1. BÁSICO:

La importancia de la imagen + Historia personal + Estilo de vida + Historia de la moda + Estilos y tendencias.

2. ARMONÍA:

Estudio de color (Rasgos de cada tipo y escala cromática)

3. MORFOLOGÍA:

Tipos estándar, proporcionalidad.

4. VISAGISMO:

Tipos de rostro.

5. MAX/MIX:

Corte de pelo y color.

6. FONDO DE ARMARIO:

Estudio de armario.

7. RUTA:

Trucos a la hora de comprar y Listado de tiendas (Tipos de tiendas, rebajas, newsletters, club socias, apps)

ENRIQUECEDORES
BLOQUE 4

Es el final del curso, el ultimo bloque. Las alumnas ya tendrás suficientes conocimiento para poder hacer un autoanálisis y aplicar lo aprendido en el curso.

Tras el análisis correspondiente de cada una, se pedirá que se apliquen a sí mismas todos los apartados de la teoría dada que crean que son útiles o que puedan beneficiarlas en su aspecto.

Vendrán qué hacer una pequeña presentación del proyecto que realizarían en ellas mismas, eligiendo como mínimo tres consejos o tips que crean que las puede favorecer y razonarlos.





1. BLOQUE: IMPRESCINDIBLES

1.1. Modulo: Imagen, moda y tendencias

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO
Información personal	Presentación personal	3 min
Info estructura curso y contenido	Presentación de la sesión y del curso, a través de un canva, power point... Para esto vamos a hacer esto y lo otro.	5 min
Conocimientos participantes	Dinámica para romper el hielo entre las participantes	15 min
Estilo canónico de belleza. Impacto de la imagen. Estereotipos	Que es para cada una la belleza dónde la encuentran, que consideran importante. Como nos afecta el canon de belleza impuesto por la sociedad	30 min
Historia de la moda La imagen como constructo cultural	Mostrar la evolución de la vestimenta a lo largo de la historia. Análisis de diferentes estilos y su origen. Relación con el sistema social de cada época	40 min

1.2. Modulo: Armonías

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO
Estudio de color	Toma de contacto y repaso anterior sesión	5 min
Rasgos estaciones	Impartición de la teoría a través de un ejercicio de dibujo y de relación entre emociones colores.	30 min
Armonía		15 min
	Recogida de impresiones, cierre	15 min

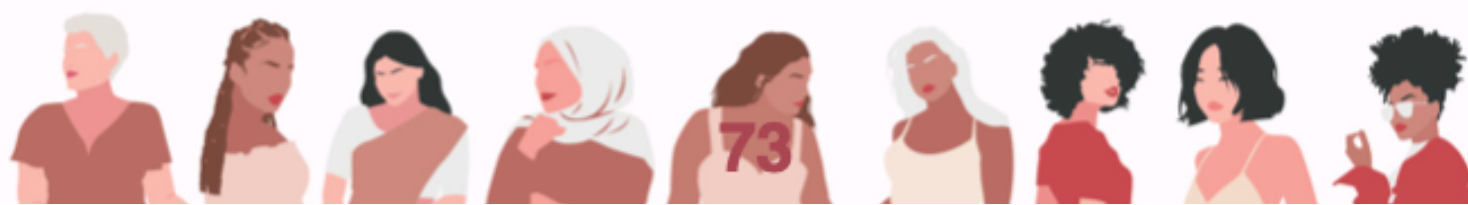


1.3. Modulo: Morfología

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO
	Toma de contacto y repaso anterior sesión	5 min
Tipos de cuerpos	Presentación de la teoría a través de canva con imágenes de cuerpos	25 min
Tipos de cuerpos	Actividad cuestionamiento medidas corporales https://www.youtube.com/watch?v=rPiLHGebRPg	30 min
Tipos de cuerpos	Ejercicio de dibujo libre sobre los cuerpos para comprender sus proporciones y movimientos	45 min
	Exposición conclusiones, cierre	15 min

1.4. Modulo: Visagismo

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO
Información personal	Presentación personal	5 min
Tipos de rostros	Explicación de los tipos de rostro: https://youtu.be/eA7euTvqR-Y https://youtu.be/8fmjyNNt2LA	30 min
Conocimientos participantes	Ejercicio de reflexión sobre los rostros y la cirugía, belleza etc.	40 min
Estilo canónico de belleza. Impacto de la imagen. Estereotipos	Ejercicio practico sobre papel, aprendiendo a identificar rostros y modificarlos mediante pinturas	30 min
	Recogida de impresiones, cierre	15 min



**1.5. Modulo: MAX/MIX**

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO
	Toma de contacto y repaso anterior sesión	5 min
Corte de pelo y color	Teoría de cortes y color en función de los rasgos	40 min
	Ejercicio Mss Potato para practicar	40 min
	Aportaciones a su cuaderno	20 min
	Recogida de impresiones, cierre	20 min

1.6. Modulo: Fondo de armario

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO
	Toma de contacto y repaso anterior sesión	5 min
Estudio del armario	Explicación teórica	30 min
	https://www.youtube.com/watch?v=TltnQ8If5PQ Estilo “nonchalant” vestir sin pensar utilizando los básicos de tu armario https://www.youtube.com/watch?v=UL2L6aIHBQ&t=3s VAQUEROS la prenda esencial en tu armario https://youtu.be/XkzOORIRJ6U	15 min
	Reflexión sobre las prendas que tenemos, como consumimos.	30 min
	Recogida de impresiones, cierre	15 min



1.7. Modulo: Ruta

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO
	Toma de contacto y repaso anterior sesión	5 min
Listado de tiendas	Crear un listado de tiendas en función de los gustos y preferencias	35 min
Trucos compras	Compartir y aportar trucos para mejorar la experiencia de compras	30 min
Consumo conciencia	Ejercicio de reflexión sobre la manera de comprar el gasto de la industria de la moda	35 min
	Recogida de impresiones, cierre	15 min

