

Министерство труда и социального развития Краснодарского края  
государственное бюджетное учреждение социального обслуживания  
Краснодарского края  
«Терновский психоневрологический интернат»

СОГЛАСОВАНО  
на заседании метод. объединения  
от «09» января 2023 г.  
Протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГБУ СО КК «Терновский ПНИ

Н.А. Корниенко

«09» января 2023 г.

Дополнительная общеразвивающая программа  
по реабилитации людей  
с ограниченными умственными и физическими возможностями  
старше 18 лет  
«Твори, дерзай и воплощай!»

Модуль «Фотовзгляд»

Составитель: Попова Н.А., воспитатель

Терновская, 2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В настоящее время в нашей стране система социального обслуживания вступила в период глубоких преобразований, обусловленных необходимостью создания условий для повышения качества социальных услуг.

Так, в условиях психоневрологического интерната для реабилитации и социальной адаптации инвалидов применяется поддерживающая терапия (терапия занятостью), направленная на восстановление (формирование новых) трудовых и коммуникативных навыков, на поддержание активного образа жизни. А более интересной и наполненной делает жизнь в интернате обучение досуговой деятельностью.

Огромным реабилитационным потенциалом обладает фототерапия как особая форма терапии занятостью и как коррекционный и профилактический метод, направленный на укрепление психического здоровья. Основным содержанием фототерапии является создание или восприятие фотографических образов, дополненное их обсуждением и разными видами творческой деятельности.

**Актуальность занятий** в фотокружке состоит в том, что получатель социальных услуг посредством фотографии проявляет свою индивидуальность, выражает свои мысли и чувства. Фотоснимки значительно облегчают проведение обсуждения, расширяют кругозор, стимулируют общение и желание пробовать свои силы в фотоискусстве.

### **Цель программы:**

- создать условия для развития интереса к цифровой графике через овладение навыками фотографирования.

### **Задачи программы:**

- привлечь инвалидов к занятиям фотографией;
- научить пользоваться фотоаппаратом;
- дать представление о выразительных средствах и режимах фотосъемки;
- сформировать необходимые знания и базовые навыки в фотоделе;
- обучить элементарным навыкам работы с текстовым редактором;
- вызвать положительные эмоции и эстетические переживания;
- воспитать любовь к своему региону, краю, окружающей среде.

### **Методика и технология реализации:**

программа включает в себя 7 разделов:

1-й раздел «История возникновения фотографии» - 11 часов;

2-й раздел «Устройство и принцип работы фотоаппарата» - 11 часов;

3-й раздел «Выразительные средства в фотоискусстве» -14 часов;

4-й раздел «Основные операции съёмки и воспроизведение изображений на фотоаппарате» - 11 часов;

5-й раздел «Фотожанры» - 30 часов;

6-й раздел «Персональный компьютер и цифровая обработка изображений» - 30 часов;

7-й раздел «Расширение, применение и оценка знаний» -10 часов.

Каждый раздел разделён на темы и представляет собой цикл занятий. Общий объём по разделам 117 часов. Из них 32 часа – теоретические занятия, 85 часов – практические занятия.

Программа рассчитана для реализации в условиях интерната на 1 календарный год.

**Целевая группа:** получатели социальных услуг с ограниченными умственными и физическими возможностями старше 18 лет, которые способны достаточно полно воспроизводить программный материал и использовать полученные знания на практических занятиях (развиты навыки письма, счёта; сохранён лексико-грамматический строй речи).

**Форма обучения:** очная.

**Формы занятий:** групповые, индивидуальные, парные, теоретические и практические.

**Методы и формы работы:** беседа, демонстрация, практическая деятельность, просмотр видеоматериалов, пример.

**Режим занятий:** занятия проводятся 3 раза в неделю, согласно календарно-тематическому плану в течение 1 года.

**Время занятия:** 1 академический час (40 минут).

**Состав исполнителей:** педагогический работник учреждения, имеющий среднее профессиональное образование. Образовательный ценз указанного лица подтверждается документами государственного образца о соответствующем уровне образования и (или) квалификации.

**Ожидаемые результаты:**

- приобретение стремления к развитию творческого потенциала;
- сохранение активности, целеустремлённости;
- умение пользоваться цифровой камерой;
- приобретение понимания основ фото и видеосъёмки;
- умение оценивать результат своей деятельности;
- способность подготовить и представить фотовыставку;
- умение работать с компьютером на любительском уровне.

**Формы контроля:** тематические и итоговые фотовыставки, фотоальбомы, презентации, педагогическая диагностика (тестовые задания, викторины) для обобщения результатов освоения программы.

**Материальное обеспечение программы:** кабинет для проведения занятий, методические материалы, демонстрационные материалы, фотопринтер, персональный компьютер, канцелярские принадлежности, фотоаппарат.

СОГЛАСОВАНО

на заседании метод. объединения  
от «09» января 2023 г.  
Протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ

Директор  
ГБУ СО КК «Терновский ПНИ»  
Н.А. Корниенко  
«09» января 2023 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН  
дополнительной общеразвивающей программы  
по реабилитации людей  
с ограниченными умственными и физическими возможностями  
старше 18 лет  
«Твори, дерзай и воплощай!»

Модуль «Фотовзгляд»

№ модуля, (раздела)	Модуль (раздел)	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	История возникновения фотографии	11	7	4
2.	Устройство и принцип работы фотоаппарата	11	3	8
3.	Выразительные средства в фотоискусстве	14	5	9
4.	Основные операции съёмки и воспроизведение изображений на фотоаппарате	11	2	9
5.	Фотожанры	30	7	23
6.	Персональный компьютер и цифровая обработка изображений	30	8	22
7.	Расширение, применение и оценка знаний	10	-	10
<b>Всего:</b>		<b>117</b>	<b>32</b>	<b>85</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### **1. История возникновения фотографии**

#### *1.1. Вводное занятие. Техника безопасности при работе с фотоаппаратом*

Теория. Правила работы с фотоаппаратом. Электробезопасность.

#### *1.2. Свойства света*

Теория. Направление и размер источника света. Утренний, полуденный, послеполуденный, предвечерний свет. Сила света. Значение света в пейзажной и портретной съёмке в разное время суток и время года.

Практическая работа. Наблюдение за естественным светом; просмотр видеоматериала.

#### *1.3. Открытие фотографии. Камера – обскура*

Теория. История фотографии. Стремление людей получать изображения. Ньепс, Тальбот, Дагер. Дагерротипия - как первый распространённый фотографический процесс. Принцип действия и применение камеры – обскуры.

#### *1.4. Цифровая и плёночная фотография. Фотография сегодня*

Теория. Виды фотокамер: зеркальные, компактные, системные. Свойства и отличия. Среднеформатные и крупноформатные. Основные рабочие характеристики фотокамеры. Выбор фотокамеры. Жанры фотожурналистики. А.М. Родченко. Фотография в науке, технике, общественной и повседневной жизни. Фотоколлаж.

#### *1.5. Основные части фотоаппарата*

Теория. Название основных элементов фотокамеры и их назначение. Экипировка фотографа.

#### *1.6. Фотографирование на тему «Зимняя палитра»*

Практическая работа. Фотографирование зимнего пейзажа.

### **2. Устройство и принцип работы фотоаппарата**

#### *2.1. Устройство цифровой фотокамеры. Правила удержания*

Теория. Знакомство с инструкцией по эксплуатации фотоаппарата.

Практическая работа. Отработка умений и навыков правильно держать фотоаппарат, готовить его к работе с объективом, видоискателем, затвором, кнопкой настройки, вспышкой.

#### *2.2. Электропитание и память фотоаппарата*

Практическая работа. Зарядка аккумулятора формата AAA и AA.; форматирование и извлечение карты памяти.

#### *2.3. Сенсоры и ЖК-дисплеи цифровых фотоаппаратов*

Теория. Основные понятия о сенсоре. Матрица светочувствительных элементов. Разрешение матрицы. Технические характеристики. Система настроек цифрового фотоаппарата. Видоискатели на ЖКИ, оптические видоискатели.

#### *2.4. Фотооптика и фотовспышки*

Теория. Фотообъектив. Светофильтры. Светосила. Фокусировочное кольцо и расстояние. Уход за объективом. Виды фотовспышек. Их назначение.

#### *2.5. Автоматика современного фотоаппарата. Фокусировка*

Практическая работа. Автофокус, автоматический экспомер. Принцип работы режимов приоритета выдержки и приоритета диафрагмы. Ручной и автоматический режим. Причины размытости снимка при проведении фотосъёмки в простых условиях освещения.

#### *2.6. Автоматика современного фотоаппарата. Экспозиция*

Практическая работа. Светочувствительность. Скорость затвора. Выдержка и диафрагма. Экспокоррекция. Съёмка по правилам экспозиции.

#### *2.7. Фотографирование на тему «Застывшие мгновения весны»*

Практическая работа. Фотографирование природы зимой.

### **3. Выразительные средства в фотоискусстве**

#### *3.1. Построение фотоснимка. Точка и момент съёмки*

Теория. Обсуждение темы, выбор изображения и условий фотосъёмки.

Практическая работа. Снимки с нижней, верхней, нормальной, боковой точки. Подбор расстояния, направления и высоты съёмки.

Практическая работа. Снимки с нижней, верхней, нормальной, боковой точки. Подбор расстояния, направления и высоты съёмки.

### *3.2. Композиция кадра. Золотое сечение. Правила «третьей»*

Теория. Основы композиции. Смысловая и декоративная компоновка кадра.

Практическая работа. Съёмка визуальной идеи автора (применение фотоприёмов в построении кадра).

### *3.3. Сюжетно – тематический центр*

Практическая работа. Сюжетный центр и равновесие. Композиция «весы». Взаимодействие объектов в кадре. Смысл кадра. Фотосъёмка с определением взаимодействия правой и левой частей кадра.

### *3.4. Ракурс. Симметрия. Ритм*

Теория. Понятие «ракурс», «симметрия», «ритм» в фотографии; кадрирование – отсекание лишних деталей из кадра.

### *3.5. Светотень. Освещение. Установка цвета и света*

Практическая работа. Понятие «светотень». Угол и направление. Свет из окна. Игра теней. Цветовая коррекция. Направление света. Рассеянное и комбинированное освещение. Падающий и отражённый свет. Искусственный источник света: лампы, софиты, прожекторы. Естественный источник: солнце, небо, отражение воды, стен и других предметов. Установка света при компоновке кадра; «баланс белого» в цифровом фотоаппарате; фотографирование.

### *3.6. Колорит. Контрасты*

Теория. Роль колорита в фотографии. Виды колорита: светлый, тёплый, холодный, радостный, грустный. Правила контраста. Тональный и цветовой контраст.

### *3.7. План. Перспектива*

Практическая работа. Передний и задний план. Перспектива. Фон. Общий, средний, крупный план, деталь, фрагмент. Линейная, тональная и воздушная перспектива. Взаимодействие предмета и фона.



### *3.8. Основные ошибки начинающего фотографа*

Теория. Нахождение ошибок в кадре и на фотографии. Нарушение пропорций тела человека. Обрезанные части людей или достопримечательностей. Заваливание горизонта.

### *3.9. Фотографирование на тему «Весенняя капель»*

Практическая работа. Съёмка первых весенних цветов, работы в саду и на клумбе, фотографирование набухания почек; изменения в природе.

### *3.10. Отбор и анализ снимков для выставки работ*

Практическая работа. Просмотр, обсуждение и отбор лучших работ.

## **4. Основные операции съёмки и воспроизведение изображений на фотоаппарате**

### *4.1. Полностью автоматическая съёмка*

Практическая работа. Съёмка в выбранном режиме сцен вне помещения, на природе.

### *4.2. Съёмка портретов*

Практическая работа. Съёмка человека в помещении и на улице.

### *4.3. Съёмка пейзажей*

Практическая работа. Съёмка широких пейзажей.

### *4.4. Съёмка крупным планом*

Теория. Понятие «макросъёмка».

Практическая работа. Фотографирование цветов, насекомых, животных крупным планом.

### *4.5. Передача снимков на компьютер*

Теория. Критерии отбора фотографий и их количества. Анализ своего и чужого снимка.

Практическая работа. Выведение и просмотр изображений на дисплей фотоаппарата; подсоединение фотоаппарата и передача снимков на персональный компьютер.

### *4.6. Фотографирование на тему «Мой друг, посмотри вокруг!»*

Практическая работа. Фотографирование деревьев, кустарников, цветов, распутившихся листьев, неба; изменений в природе и интересные моменты из жизни (покупка новой вещи; изготовление поделки своими руками; модная стрижка; новое блюдо).

## **5. Фотожанры**

### *5.1. Пейзаж*

Теория. История пейзажа. Ландшафт. Городской и деревенский пейзаж. Зимняя фотография.

Практическая работа. Съёмка пейзажа и применение фотоприёмов для построения кадра.

### *5.2. Портрет*

Теория. Виды портрета: головной, погрудный, поясной, поколенный, во весь рост. Поза фигуры. Взгляд в камеру. Руки в портрете и жест.

Практическая работа. Съёмка человека или группы людей с учетом свойств света.

### *5.3. Фотографирование на тему «Весна! И все ей рады...»*

Практическая работа. Отработка последовательности операций фотосъёмки; съёмка праздника, поездки, встречи; фото с друзьями; приход весны; работа в саду.

### *5.4. Отбор и анализ снимков для выставки работ*

Практическая работа. Просмотр, обсуждение и отбор лучших работ.

### *5.5. Натюрморт*

Теория. Натюрморт – как передача сущности объектов, участвующих в композиции. Уравновешенность композиции. Фактура. Глубина теней.

Практическая работа. Съёмка натюрморта без специальных осветительных приборов.

### *5.6. Репортаж*

Теория. Отражение действительности. Виды репортажа: событийный и тематический (повседневный). Идея и замысел. Место и предметы.

Практическая работа. Съёмка мероприятия, экскурсии (посещение музеев, церкви, библиотеки).

### *5.7. Архитектура*

Теория. Архитектурная фотосъёмка. Документальный снимок. Интерьер.

Практическая работа. Съёмка жилой комнаты, здания. Фото интерьера комнаты, кабинета, зала. Вид из балкона, окна.

### *5.8. Фотографирование на тему «Этим летом»*

Практическая работа. Съёмка обеда в столовой; фото в парикмахерской; фото проведения досуга в библиотеке; подготовка к фестивалю; личные события и успехи. Уличная фотография.

### *5.9. Видеосъёмка*

Практическая работа. Съёмка праздника, спортивных мероприятий.

### *5.10. Фотоэтюды*

Теория. Фотоэюды и пейзаж - две взаимосвязанные линии творческой фотографии. Фотоэюды – как композиция естественного происхождения, как мгновенное впечатление.

Практическая работа. Съёмка «мимоходного» кадра, естественного течения жизни (летающий пух, скамейка, опавший лист на дорожке, прохожий человек и т.д.), кадра из мира животных и птиц.

### *5.11. Движение и спорт*

Теория. Знакомство с фотографиями известных мастеров.

Практическая работа. Фотографирование подвижной игры, танца, спортивного соревнования.

### *5.12. Фотографирование на тему «Сельские мотивы»*

Практическая работа. Съёмка полей; работы техники в поле; посещение музея; уборка территории; фотосъёмка сельского пейзажа, улиц и строений.

## **6. Персональный компьютер и цифровая обработка изображений**

### *6.1. История создания персонального компьютера*

Теория. Возникновение первых компьютеров. Генри Эдвард Робертс. Корпорация IBM.

#### *6.2. Основные понятия при работе с персональным компьютером.*

##### *Техника безопасности*

Теория. Понятие «компьютерная грамотность». Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, принтер, сканер, флеш – носитель. Техника безопасности на занятиях.

#### *6.3. Работа с компьютером*

Теория. Понятие «рабочий стол». Операционная система Windows

Практическая работа. Перенос фотографий на компьютер. Создание файлов, папок, документов.

#### *6.4. Фотографирование на тему «Наш современный мир»*

Практическая работа. Создание коллективного фото; погрудного портрета; фотосъёмка современной техники, аппаратуры, бытовой техники, гаджетов, автотехники.

#### *6.5. Отбор и анализ снимков для выставки работ*

Практическая работа. Просмотр, обсуждение и отбор лучших работ.

#### *6.6. Основные понятия компьютерной обработки фотографий*

Теория. Основы компьютерной графики. Обзор программ по обработке фотографий Adobe Photoshop, Windows Movie Maker.

#### *6.7. Основы работы с программой Microsoft Power Point*

Теория. Характеристика программы, её ключевые особенности и функции. Презентация в программе Microsoft Power Point.

Практическая работа. Пошаговое создание тематической презентации; отработка умений изменять, перемещать, вращать выделенные объекты.

Демонстрация видеоклипа, созданного в программе Adobe Photoshop .

#### *6.8. Фотографирование на тему «Фотография – удивительное чудо, созданное человеком»*

Практическая работа. Съёмка животных, птиц; фото друзей на память; любительское фото интересного момента из ежедневной жизни.

### 6.9. Цифровые фотоархивы

Теория. Флеш – карта. Объем памяти. Съёмный жёсткий диск.

### 6.10. Интернет

Теория. Понятие «социальная сеть». Вирусы. Использование Интернет-ресурсов.

### 6.11. Работа с фотопринтером

Практическая работа. Включение и выключение принтера, сканера. Расположение фотобумаги. Печать фотографий.

### 6.12. Основы работы в редакторе Microsoft Word

Теория. Основы работы в текстовом редакторе Word. Понятия «панель инструментов», «диалоговое окно», «форматирование текста».

Практическая работа. Создание документа, его форматирование, сохранение и печать.

### 6.13. Фотографирование на тему «Кокетничает осень с нами»

Практическая работа. Фотосъёмка осенних работ на улице. Съёмка осеннего пейзажа.

## 7. Расширение, применение и оценка знаний

### 7.1. Фотографирование на тему «В нашем дворе листопад»

Практическая работа. Съёмка занятий по уходу за растениями, кустарниками; уборка листвы в саду; осенний листопад.

### 7.2. Оформление тематических альбомов

Практическая работа. Отбор, распечатка фотографий, оформление альбомов (фотография, текст, декоративные детали).

### 7.3. Подготовка работ к итоговой выставке

Практическая работа. Демонстрация отобранного фотоматериала, оформление работ для фотовыставки, анализ проделанной работы.

### 7.4. Итоговая фотовыставка «Ветер времени»

Практическая работа. Выставка лучших фоторабот.

**Тематический план**  
**дополнительной общеразвивающей программы**  
**по реабилитации людей**  
**с ограниченными умственными и физическими возможностями**  
**старше 18 лет**  
**«Твори, дерзай и воплощай!»**

**модуль «Фотовзгляд»**

**на 2023 год**

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
<b>1.</b>	<b>История возникновения фотографии</b>	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>4</b>
1.1.	Вводное занятие. Техника безопасности при работе с фотоаппаратом	1	1	-
1.2.	Свойства света	2	1	1
1.3.	Открытие фотографии. Камера – обскура	2	2	-
1.4.	Цифровая и плёночная фотография. Фотография сегодня	2	2	-
1.5.	Основные части фотоаппарата	1	1	-
1.6.	Фотографирование на тему «Зимняя палитра»	3	-	3
<b>2.</b>	<b>Устройство и принцип работы фотоаппарата</b>	<b>11</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
2.1.	Устройство цифровой фотокамеры. Правила удержания	2	1	1
2.2.	Электропитание и память фотоаппарата	1	-	1
2.3.	Сенсоры и ЖК-дисплеи цифровых фотоаппаратов	1	1	-
2.4.	Фотооптика и фотовспышки	1	1	-
2.5.	Автоматика современного фотоаппарата. Фокусировка	1	-	1
2.6.	Автоматика современного фотоаппарата. Экспозиция	1	-	1
2.7.	Фотографирование на тему «Застывшие мгновения зимы»	4	-	4
<b>3.</b>	<b>Выразительные средства в фотоискусстве</b>	<b>14</b>	<b>5</b>	<b>9</b>
3.1.	Построение фотоснимка. Точка и момент съёмки	2	1	1
3.2.	Композиция кадра. Золотое сечение. Правила «третьей»	2	1	1
3.3.	Сюжетно – тематический центр	2	-	2
3.4.	Ракурс. Симметрия. Ритм	1	1	-

3.5.	Светотень. Освещение. Установка цвета и света	1	-	1
3.6.	Колорит. Контрасты	1	1	-
3.7.	План. Перспектива	1	-	1
3.8.	Основные ошибки начинающего фотографа	1	1	-
3.9.	Фотографирование на тему «Весенняя капель»	2	-	2
3.10.	Отбор и анализ снимков для выставки работ	1	-	1
<b>4.</b>	<b>Основные операции съёмки и воспроизведение изображений на фотоаппарате</b>	<b>11</b>	<b>2</b>	<b>9</b>
4.1.	Полностью автоматическая съёмка	1	-	1
4.2.	Съёмка портретов	1	-	1
4.3.	Съёмка пейзажей	2	-	2
4.4.	Съёмка крупным планом	2	1	1
4.5.	Передача снимков на компьютер	2	1	1
4.6.	Фотографирование на тему «Мой друг, посмотри вокруг!»	3	-	3
<b>5.</b>	<b>Фотожанры</b>	<b>30</b>	<b>7</b>	<b>23</b>
5.1.	Пейзаж	3	1	2
5.2.	Портрет	2	1	1
5.3.	Фотографирование на тему «Весна! И все ей рады...»	4	-	4
5.4.	Отбор и анализ снимков для выставки работ	1	-	1
5.5.	Натюрморт	2	1	1
5.6.	Репортаж	2	1	1
5.7.	Архитектура	3	1	2
5.8.	Фотографирование на тему «Этим летом»	4	-	4
5.9.	Видеосъёмка	1	-	1
5.10.	Фотоэтнод	2	1	1
5.11.	Движение и спорт	3	1	2
5.12.	Фотографирование на тему «Сельские мотивы»	3	-	3
<b>6.</b>	<b>Персональный компьютер и цифровая обработка изображений</b>	<b>30</b>	<b>8</b>	<b>22</b>
6.1.	История создания персонального компьютера	1	1	-
6.2.	Основные понятия при работе с персональным компьютером. Техника безопасности	1	1	-
6.3.	Работа с компьютером	3	1	2
6.4.	Фотографирование на тему «Наш современный мир»	4	-	4
6.5.	Отбор и анализ снимков для выставки работ	1	-	1

6.6.	Основные понятия компьютерной обработки фотографий	1	1	-
6.7.	Основы работы с программой Microsoft Power Point	4	1	3
6.8.	Фотографирование на тему «Фотография – удивительное чудо, созданное человеком»	4	-	4
6.9.	Цифровые фотоархивы	1	1	-
6.10.	Интернет	1	1	-
6.11.	Работа с фотопринтером	2	-	2
6.12.	Основы работы в редакторе Microsoft Word	4	1	3
6.13.	Фотографирование на тему «Кокетничает осень с нами»	3	-	3
<b>7.</b>	<b>Расширение, применение и оценка знаний</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>10</b>
7.1.	Фотографирование на тему «В нашем дворе листопад»	4	-	4
7.2.	Оформление тематических альбомов	3	-	3
7.3.	Подготовка работ к итоговой выставке	2	-	2
7.4.	Итоговая фотовыставка «Ветер времени»	1	-	1
<b>Итого</b>		<b>117</b>	<b>32</b>	<b>85</b>



## **Список литературы**

### **Основная литература**

1. Кораблёв Д. «Фотосъёмка-универсальный самоучитель», Санкт-Петербург, издательство «Корона-Век», 2015 г.
2. Левина Л.Т. «Компьютер – это проще, чем утюг!» Москва, ООО «Издательство АСТ», 2014 г.
3. Пожарская С. «Фото Мастер», Москва, издательство «Пента», 2001 г.

### **Дополнительная литература**

1. Левашов В.Н. «Лекции по истории фотографии», Москва, издательство ООО «Тримедиа Контекст», 2012г.
2. Чёрная Е.А. «Школа фотографа», Москва, издательство «Индекс Маркет», 2012 г.

### **Интернет - источники**

1. [www.takefoto.ru](http://www.takefoto.ru)
2. [www. photo – monster.ru](http://www.photo-monster.ru)
3. [www.profotovideo.ru](http://www.profotovideo.ru)