ИП Краснова Оксана Геннадьевна
Структурное образовательное подразделение
«Школа СПА Анны Царевой»

УТВЕРЖДАЮ
руководитель
ИП Краснова Оксана Геннадьевна
«__» _____ 2024 г.

ОСНОВНАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

(программа профессиональной подготовки)
Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг
«КОСМЕТИК-ЭСТЕТИСТ ПО УХОДУ ЗА ТЕЛОМ»

Профессия: 3142 КОСМЕТИК-ЭСТЕТИСТ ПО УХОДУ ЗА ТЕЛОМ

Квалификация: КОСМЕТИК-ЭСТЕТИСТ ПО УХОДУ ЗА ТЕЛОМ

Срок обучения: 264 часа

Форма обучения: ОЧНАЯ, С ПРИМЕНЕНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Калининград

2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа профессиональной подготовки по профессии 13138 Косметик разработана на основе: Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (ФЗ-273 от 29.12.2012); приказа Минобрнауки России от 18.04.2013 N 292 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения» (Зарегистрировано в Минюсте России 15.05.2013 N 28395); приказа Министерства образования и науки РФ от 2 июля 2013 г. № 513 «Об утверждении Перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение»; приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.12.2014 г. № 1069н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 29.01.2015, регистрационный № 35776); методических рекомендаций по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ на основе профессиональных стандартов (от 22 января 2015 г. № ДЛ-1/05); положения о практической подготовке обучающихся (приказ №885/390 от 5.08.2020 г; приказа Минпросвещения России от 26.08.2020 г. №438 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения».

Программа практико-ориентирована и предлагает при отборе учебного материала обеспеченность его содержания профессиональными задачами к решению, которых должен быть готов обучающийся, претендующий на заявленную им квалификацию.

Организация учебного материала строится на принципах личностно-ориентированного обучения, предлагающего максимальное удовлетворение индивидуальных интересов и потребностей обучающихся, в процессе обучения. Лекционные занятия проводятся группами не более 10 человек.

Программа содержит характеристику профессиональной деятельности, учебный план и календарный учебный график, рабочие программы по учебным общим дисциплинам, рабочие программы профессиональных модулей «Выполнение комплекса косметических услуг по уходу за телом» и рабочую программу учебной практики.

Учебный план – документ, устанавливающий перечень учебных дисциплин (профессиональных модулей) и объем часов. Последовательность и распределение учебных дисциплин, количество часов, отводимое на изучение отдельных тем рабочих программ дисциплин, последовательность их изучения, могут изменяться в случае необходимости при условии, что программа будет выполнена полностью по общему количеству часов. Все изменения, вносимые в учебные программы, должны быть рассмотрены и утверждены директором образовательного учреждения.

Обучение по программе завершается итоговой аттестацией в форме квалификационного экзамена. Обучающимся, успешно сдавшим квалификационный экзамен по результатам профессионального обучения, присваивается квалификация «Косметик-эстетист по уходу за телом» и выдается государственный документ - Свидетельство о присвоении квалификации установленного образца.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	4
1.1.	Нормативно-правовые основания разработки основной программы профессионального обучения (ОППО)	
1.2.	Требования к слушателям	
1.3.	Нормативный срок освоения программы	
2	ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКА И ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ОППО	4
2.1.	Характеристика профессиональной деятельности выпускника	
2.2.	Требования к результатам освоения ОППО	
2.3.	Планируемые результаты	
3.	МЕТОДИЧЕСКАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ, ОПРЕДЕЛЯЮЩАЯ СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА	6
3.1.	Календарный учебный график	6
3.2.	Учебный план	7
3.3.	Рабочие программы учебных дисциплин (модулей)	
3.4.	Контроль и оценка результатов освоения дисциплин.	
3.5.	Требования к кадровым условиям реализации программы	
3.6.	Требования к материально-технической базе	
3.7.	Материально-техническая база для проведения учебных теоретических и практических занятий	9
4.	РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ПО МОДУЛЯМ	10
4.1.	**Рабочие программы модулей, формирующие общие знания**	10
4.1.1.	Рабочая программа «Психология общения с клиентом и профессиональная этика косметика-эстетиста»	10
4.1.2.	Рабочая программа «Теоретико-методологические основы сервиса. Правовые аспекты профессии»	11
4.1.3.	Рабочая программа «Анатомия и физиология человека, гистология кожи и мышц. Возрастные особенности кожи»	12
4.1.4.	Рабочая программа «Основы дерматологии»	13
4.1.5.	Рабочая программа «Основы косметологии»	14
4.2.	**Рабочие программы модулей, формирующие специальные знания**	
4.2.1	Рабочая программа «Выполнение эстетических процедур по уходу за кожей тела».	15
5.	РАБОЧАЯ ПРОГРАММА «УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА КОСМЕТИКА-ЭСТЕТИСТА»	19
6.	ТЕСТЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ	22
7.	ВАРИАНТЫ БИЛЕТОВ ДЛЯ КВАЛИФИКАЦИОННОГО ЭКЗАМЕНА	29

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки основной программы профессионального обучения (ОППО).

Основная программа профессионального обучения (ОППО) (программа профессиональной подготовки по профессии рабочего) содержит комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты), организационно-педагогических условий, форм аттестации по профессии 13138 «Косметик».

Нормативную правовую основу разработки ОППО составляют:

– Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (ФЗ-273 от 29.12.2012);

– Приказ Минобрнауки России от 18.04.2013 N 292 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения» (Зарегистрировано в Минюсте России 15.05.2013 N 28395);

– Приказ Минпросвещения России от 14.07.2023 N 534 «Об утверждении Перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение» (Зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2023 N 74776);

– Приказ Министерства образования и науки РФ от 11 сентября 2020 г. № 59778 «О практической подготовке обучающихся»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.12.2014 г. № 1069н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 29.01.2015, регистрационный № 35776) ;

– Методические рекомендации по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ на основе профессиональных стандартов (от 22 января 2015 г. № ДЛ-1/05);

– Приказ Минпросвещения России от 26.08.2020 г. №438 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения».

ОППО разработана на основе профессионального стандарта: «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг», утвержденный приказом Минтруда России от 22.12.2014 г. №1069н и зарегистрированный в Минюсте России 29.01.2015 г. №35776.

1.2. Требования к слушателям

К освоению основной программы профессионального обучения допускаются лица, имеющие образование не ниже основного общего образования или среднего общего образования.

1.3. Нормативный срок освоения программы

Нормативный срок освоения программы «КОСМЕТИК-ЭСТЕТИСТ ПО УХОДУ ЗА ТЕЛОМ» - 264 часа.

Форма обучения – очная, очно-заочная, с применением дистанционных образовательных технологий.

Форма проведения обучения - групповая, индивидуальная.

Язык обучения – русский.

Режим занятий устанавливается в соответствии с учебным расписанием, 3 раза в неделю по 8 академических часов или 2 раза в неделю по 10 академических часов. Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут. Образовательный процесс в организации осуществляется в течение всего календарного года.

2. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКА И ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ОППО

2.1. Характеристика профессиональной деятельности выпускника

Выпускник ОППО готовится к следующим видам деятельности:

Предоставление косметических услуг по уходу за телом.

2.2. Требования к результатам освоения основной программы профессионального обучения (ОППО)

Выпускник ОППО должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности.

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
В	**Предоставление косметических услуг по уходу за телом**
В/01.4	Выполнение очищающих процедур для тела либо его отдельных частей
В/02.4	Выполнение косметического массажа тела либо его отдельных частей
В/03.4	Выполнение различных видов обертывания тела либо его отдельных частей
В/04.4	Эстетическая коррекция волосяного покрова частей тела (голень, бедро, подмышечные впадины, область бикини) различными способами

Проведение эстетико-технологических процессов косметических услуг:

1.1.Проводить санитарно-эпидемиологическую обработку контактной зоны при оказании косметических услуг.

1.2. Анализировать состояние кожи тела

1.3. Определять и согласовывать выбор программы и комплекса косметических услуг.

1.4. Выполнять и контролировать все виды технологических процессов косметических услуг.

1.5. Выполнять комплекс косметического массажа.

1.6.Консультировать потребителей по домашнему профилактическому уходу за кожей тела.

2.3. Планируемые результаты

В ходе итоговой аттестации обучающийся должен

Знать:

1. Психологию общения и профессиональную этику косметика.
2. Правила и современные методы обслуживания потребителя.
3. Устройство, правила эксплуатации и хранения применяемого оборудования и инструментов.
4. Состав и свойства косметических средств и используемых материалов.
5. Нормы расхода косметических средств и используемых материалов.
6. Основы анатомии, физиологии, гистологии кожи и ее придатков.
7. Общие признаки кожных заболеваний, особенности аллергических реакций.
8. Возрастные особенности кожи тела и фигуры в разные периоды жизни.
9. Технология выполнения поверхностного очищения кожи с применением косметических средств.
10. Технология глубокого очищения кожи с применением косметических средств (скрабирование, пилинг).
11. Правила оказания первой помощи.
12. Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги.
13. Виды косметического массажа, показания и противопоказания.
14. Особенности и последовательность массажных приемов при выполнении косметического масссажа тела и отдельных частей.
15. Виды обертывания тела или отдельных частей.
16. Виды эстетической коррекции волосяного покрова частей тела (голень, бедро, подмышечные впадины, бикини и др.) различными способами.
17. Технологию выполнения восковой коррекции волосяного покрова тела.

18. Технологию выполнения механической коррекции волосяного покрова тела.
19. Технологию выполнения шугаринга волосяного покрова тела.

Уметь:

1. Рационально организовывать рабочее место, соблюдать правила санитарии и гигиены, требования безопасности.
2. Производить дезинфекцию и стерилизацию инструментов и расходных материалов.
3. Производить санитарно-гигиеническую и бактерицидную обработку рабочего места.
4. Использовать оборудование, приспособление, инструменты в соответствии с правилами эксплуатации.
5. Определять вид необходимой косметической услуги в соответствии с состоянием кожи, возрастными особенностями и пожеланиями клиента.
6. Объяснять клиенту целесообразность рекомендуемой косметической услуги.
7. Соблюдать технологию выполнения очищающих процедур по телу, показания и противопоказания.
8. Выполнять скрабирование, пилинг и гоммаж для тела.
9. Применять различные косметические средства по уходу за телом.
10. Подбирать индивидуальные программы по уходу за кожей тела в домашних условиях с применением косметических средств.
11. Производить расчет стоимости оказанной услуги.
12. Обсуждать с клиентом качество выполненной услуги.
13. Соблюдать техники массажных приемов при выполнении косметического массажа тела и отдельных частей. Показания и противопоказания.
14. Применять различные косметические средства при выполнении косметического массажа тела и отдельных частей.
15. Выполнять изотермические виды обертывания тела и отдельных частей. Показания и противопоказания.
16. Выполнять горячие обертывания тела и отдельных частей. Показания и противопоказания.
17. Выполнять шугаринг, восковую, механическую коррекцию волосяного покрова проблемной зоны.
18. Соблюдать технологию выполнения коррекции волосяного покрова при помощи пинцета, воска и сахарной пасты.

3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ, ОПРЕДЕЛЯЮЩАЯ СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

3.1. Календарный учебный график

3 раза в неделю по 8 ч.

№	Название темы	Всего часов	Период обучения
1.	Модули, формирующие общие знания	88	1-4 неделя
2.	Промежуточная аттестация	4	4 неделя
4.	Модули формирующие специальные знания.	156	5-11 неделя
3.	Промежуточная аттестация	4	12 неделя
4.	Консультация	4	12 неделя
5.	Итоговая аттестация. Квалификационный экзамен	8	12 неделя

2 раза в неделю по 10 ч.

№	Название темы	Всего часов	Период обучения
1.	Модули, формирующие общие знания	88	1-5 неделя
2.	Промежуточная аттестация	4	5 неделя
4.	Модули формирующие специальные знания.	156	6-13 неделя
3.	Промежуточная аттестация	4	14 неделя
4.	Консультация	4	14 неделя
5.	Итоговая аттестация. Квалификационный экзамен	8	14 неделя

3.2. Учебный план

Учебный план определяет учебную нагрузку обучающегося по изучаемым учебным дисциплинам (модулям). Нагрузка указывается в часах.

№	Название темы	Всего часов	Т	П	Форма контроля
1.	**Модули, формирующие общие знания**	**88**	**81**	**7**	
1.1.	*Психология общения с клиентом и профессиональная этика косметика-эстетиста.*	*6*	*4*	*2*	*Текущий контроль/устный опрос*
1.2.	*Теоретико-методологические основы сервиса. Правовые аспекты профессии.*	*8*	*8*	-	*Текущий контроль/устный опрос*
1.3.	*Анатомия и физиология кожи и мышечного аппарата тела (кожа, строение и ее придатки) Лимфатическая система.*	*35*	*35*	-	*Текущий контроль/устный опрос*
1.4.	*Основы дерматологии.*	*16*	*16*	-	*Текущий контроль/устный опрос*
1.5.	*Основы косметологии.*	*15*	*12*	*3*	*Текущий контроль/устный опрос*
1.6.	*Ингредиенты, используемые в косметике.*	*8*	*6*	*2*	*Текущий контроль/устный опрос*
2.	**Промежуточная аттестация**	**4**		**4**	*Зачет*
3.	**Модули, формирующие специальные знания**	**156**	**32**	**124**	
3.1	**Выполнение эстетических процедур по уходу за кожей тела**	156	32	124	
3.1.1	*Организация работы косметика-эстетиста. Правила оказания первой помощи.*	*8*	*4*	*4*	*Текущий контроль/устный опрос*
3.1.2	*Выполнение очищающих процедур для тела или отдельных частей.*	*12*	*4*	*8*	*Текущий контроль/практическ*

	Энзимный пилинг. Скраб. Гоммаж.				*ая работа*
3.1.3.	*Выполнение косметического массажного ухода тела или отдельных частей (туловища, верхних конечностей, нижних конечностей, ягодиц, живота)*	*76*	*16*	*60*	*Текущий контроль/практическая работа*
3.1.4.	*Выполнение различных видов обертывания тела или отдельных частей.*	*24*	*4*	*20*	*Текущий контроль/практическая работа*
3.1.5.	*Эстетическая коррекция волосяного покрова частей тела различными способами. Восковая депиляция. Шугаринг.*	*36*	*4*	*32*	*Текущий контроль/практическая работа*
4.	**Промежуточная аттестация**	**4**		**4**	*Зачет*
5.	**Консультация**	**4**	4		
6.	**Итоговая аттестация**	**8**		**8**	*Квалификационный экзамен*
	Учебная практика всего			**147**	
	Всего:	**264**	**117**	**147**	

3.3. Рабочие программы учебных дисциплин (модулей)

Рабочие программы учебных дисциплин (модулей) разработаны на основе профессионального стандарта «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг», утвержденный приказом Минтруда России от 22.12.2014 г. №1069н и зарегистрированный в Минюсте России 29.01.2015 г. №35776 и утверждены руководителем ИП Краснова О.Г.

Рабочая программа учебной практики разработана на основе профессионального стандарта «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг», утвержденный приказом Минтруда России от 22.12.2014 г. №1069н и зарегистрированный в Минюсте России 29.01.2015 г. №35776 и утверждены руководителем ИП Краснова О.Г.

3.4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплин.

Контроль и оценка результатов освоения дисциплин осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса на занятиях и во время выполнения практической работы.

Промежуточная аттестация проводится 2 раза: после окончания изучения модулей, формирующих общие знания и модулей, формирующих специальные знания. Промежуточная аттестация проводится в виде теста, где учащийся получает зачет.

Итоговая аттестация проводится по окончании обучения**.** Она проводится в виде экзамена с ответом по билетам, и включает 1 теоретический вопрос и 2 ситуационные задачи с демонстрацией практических навыков.

Обучающимся, успешно сдавшим квалификационный экзамен по результатам профессионального обучения, присваивается квалификация «Косметик-эстетист по уходу за телом» и выдается государственный документ - Свидетельство о присвоении квалификации установленного образца.

3.5. Требования к материально-технической базе

3.5.1 Материально-техническая база включает кабинет.

4.2 Кабинет оснащен мебелью, оборудованием, уходовыми средствами, расходными материалами, техническими средствами обучения.

4.3 Созданная материально-техническая база позволяет проводить все виды лекционных занятий, практических занятий, проводить промежуточную и итоговую аттестации.

4.4 Состояние охраны труда, соблюдение правил, норм и гигиенических нормативов, состояние пожарной безопасности удовлетворяет требованиям, предъявляемым к образовательным учреждениям.

3.6. Материально-техническая база для проведения учебных теоретических и практических занятий:

1. Учебный кабинет.
2. Рабочее место преподавателя (стол) – 1 шт.
3. Стул для преподавателя – 1 шт.
4. Ручка - 5 шт.
5. Компьютер/ноутбук для преподавателя – 1 шт.
6. Посадочные места по количеству учащихся (столы) - 2 шт.
7. Стулья - 4 шт.
8. Доска маркерная – 2 шт.
9. Маркеры - 5 шт.
10. Бактерицидная лампа.
11. Стерилизатор.
12. Кушетки - 4 шт.
13. Пледы - 4 шт.
14. Валики – 4 шт.
15. Стиральная машина – 1 шт.
16. Сушильная машина – 1 шт.
17. Простыни одноразовые.
18. Простыни целлофановые.
19. Трусики одноразовые.
20. Шапочки одноразовые.
21. Шапочки для душа одноразовые.
22. Тапочки одноразовые.
23. Мед.
24. Вакуумный аппарат.
25. Масло массажное базовое
26. Шкаф под расходный материал.
27. Стеллаж под расходный материал.
28. Емкости для воды.
29. Емкости для мусора.
30. Деревянные шпатели для нанесения косметических средств.
31. Ёмкости для расходных материалов.
32. Лотки для инструмента.
33. Мокрая точка: раковина, душевая кабина.
34. Антисептик.
35. Комната для переодевания учеников и моделей
36. Вешалки для одежды.
37. Плакат "Мышечная система человека".
38. Плакат "Лимфатическая система человека".

39. Плакат "Система костей и их строение ".
40. Безворсовые салфетки.
41. Бумажные салфетки.
42. Полоски для депиляции.
43. Очищающий гель для тела.
44. Тальк.
45. Восковые кассеты.
46. Антигидрозная пудра.
47. Успокаивающий крем.
48. Защитные кольца на воскоплав.
49. Дозочки для фасовки косметических средств.
50. Средства для обезжиривания кожи.
51. Средства после депиляции.
52. Медицинские ножницы с закругленными краями.
53. Косметические диски.
54. Одноразовые резиновые перчатки.
55. Столик на колёсиках.
56. металлический шпатель
57. Х/б полоски для снятия воска.
58. Воск.
59. Воскоплав однокамерный.
60. Растворитель для воска (жирорастворимого).
61. Воскоплав двухкамерный.
62. Миска для использованного воска.
63. Кассеты с воском.
64. Полоски для снятия воска.
65. Нагреватель для кассет.
66. Аптечка.
67. Маска холодная для обёртывания.
68. Маска нейтральная для обёртывания.
69. Маска горячая для обёртывания.
70. Скраб для очищения кожи солевой.
71. Скраб для очищения кожи сахарный.
72. Скраб для очищения кожи с абразивом из натуральных косточек.

4. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ПО МОДУЛЯМ

к основной программе профессионального обучения - программе профессиональной подготовки по профессии рабочих «Косметик-эстетист по уходу за телом».

4.1. Рабочие программы модулей, формирующие общие знания

4.1.1 Рабочая программа «Психология общения с клиентом и профессиональная этика косметика-эстетиста»

Лекции.

Основы культуры профессионального общения. Понятие культуры. Профессиональная этика. Профессиональный имидж. Основы профессионального общения. Виды, функции общения. Виды и техника слушания. Этика делового общения. Технологии делового общения. Деловое общение и конфликты.

Практическое занятие № 1
Представление. Комплимент (заказчик услуги - исполнитель услуги).
Практическое занятие № 2
Завершение. Прощание.

Самостоятельная работа
Подготовить презентационный материал на тему: «Механизмы психологического воздействия», «Средства и приемы психологического воздействия», «Правила, которые помогают убедить собеседника».

Тема	Общее кол-во часов	Лекция	Практика	Самостоятельная работа
Психология общения с клиентом и профессиональная этика косметика-эстетиста				
Основы культуры профессионального общения. Понятие культуры. Профессиональная этика. Профессиональный имидж.	1	1	-	-
Основы профессионального общения. Виды, функции общения. Виды и техника слушания. Этика делового общения. Технологии делового общения. Деловое общение и конфликты	5	1	2	2
Итого:	**6**	**2**	**2**	**2**

4.1.2 Рабочая программа «Теоретико-методологические основы сервиса. Правовые аспекты профессии»

Лекции

Сущность рынка индустрии красоты. Принципы рыночной экономики. Современные методики продвижения услуг косметика. Алгоритм работы с клиентом. Экономика в работе косметика.

Основные положения законодательства, регулирующего трудовые отношения. Организационно-правовые формы организаций индустрии красоты. Правовой статус индивидуального предпринимателя. Механизмы формирования заработной платы. Формы оплаты труда. Субъекты предпринимательской деятельности их признаки и виды.

Самостоятельная работа
Подготовить сообщение на одну из тем:

- «Процедура создания нового предприятия».
- «Прекращение деятельности предприятия: реорганизация и ликвидация».

Безопасность жизнедеятельности. Ликвидация отрицательных последствий воздействия опасных и вредных факторов на специалиста индустрии красоты. Создание комфортного состояния на рабочем месте. Меры безопасности деятельности в салоне красоты.

Самостоятельная работа
Подготовить сообщение на одну из тем:

- Коллективные меры безопасности деятельности в салоне красоты.
- Рациональное использование ресурсов и отходов.
- Соблюдение норм безопасности и экологичности.

Тема	Общее кол-во часов	Лекция	Практика	Самостоятельная работа
Теоретико-методологические основы сервиса. Правовые аспекты профессии.				
Сущность рынка индустрии красоты. Принципы рыночной экономики. Современные методики продвижения услуг косметика. Алгоритм работы с клиентом. Экономика в работе косметика.	4	2	-	2
Основные положения законодательства, регулирующего трудовые отношения. Организационно-правовые формы организаций индустрии красоты. Правовой статус индивидуального предпринимателя. Механизмы формирования заработной платы. Формы оплаты труда. Субъекты предпринимательской деятельности их признаки и виды.	4	2	-	2
Итого:	**8**	**4**		**4**

4.1.3. Рабочая программа «Анатомия и физиология человека, гистология кожи и мышц. Возрастные особенности кожи»

Лекции

Базовые понятия анатомии. Оси и плоскости человека. Словарь анатомических терминов.

Ткани. Функции тканей (эпителиальная, соединительная, мышечная, нервная). Понятие кожа. Слои кожного покрова. Функции.

Самостоятельная работа

Подготовить сообщение на тему: Железы кожи, потовые железы, сальные железы, волосы. Составить конспект по пройденной теме.

Опорно - двигательный аппарат. Общее строение и функции. Осевой и добавочный скелет. Мышцы. Классификация мышц. Скелетные, гладкие, сердечные. Строение. Функции.

Самостоятельная работа: Конспект. Понятие фасция. Строение и функции. Фасции разных частей тела.

Лимфатическая система. Понятие лимфа. Строение и функции. Понятия о лимотических узлах, капилярах, сосудах, стволах и протоках. Региональные лимфатические узлы разных частей тела

Самостоятельная работа: Развитие в лимфатической системы в течение жизни и ее особенности.

Основы дыхательной системы. Строение дыхательной системы. Функции дыхательной системы. Строение и функции диафрагмы.

Самостоятельная работа: Конспект. Развитие дыхательное системы.

Основы нервной системы. Общее строение нервной системы. Функции центральной и периферической нервной системы.

Самостоятельная работа: Подготовить сообщение на тему: «Отличие, строение и функций нервных систем».

Возрастные особенности кожи. Типы старения. Факторы, влияющие на старения кожи. Механизм старения. Методы профилактики старения кожи.

Тема	Общее кол-во часов	Лекция	Практика	Самостоятельная работа
Анатомия и физиология кожи и мышечного аппарата тела (кожа, строение и ее придатки) Лимфатическая система.				
Базовые понятия анатомии. Оси и плоскости человека. Словарь анатомических терминов	2	2	-	-
Ткани. Функции тканей (эпителиальная, соединительная, мышечная, нервная).	4	2	-	2
Основы гистологии	1	1	-	-
Понятие кожа. Слои кожного покрова. Функции.	2	2	-	-
Опорно-двигательный аппарат. Общее строение и функции. Осевой и добавочный скелет.	6	5		1
Мышцы. Классификация мышц. Скелетные, гладкие, сердечные. Строение. Функции.	6	4		2
Лимфатическая система. Понятие лимфа. Строение и функции. Понятия о лимотических узлах, капиллярах, сосудах, стволах и протоках. Региональные лимфатические узлы разных частей тела	5	4	-	1
Основы дыхательной системы. Строение дыхательной системы. Функции дыхательной системы. Строение и функции диафрагмы.	5	4	-	1
Основы нервной системы. Общее строение нервной системы. Функции центральной и периферической нервной системы.	4	3	-	1
Итого:	**35**	**27**		**8**

4.1.4. Рабочая программа «Основы дерматологии»

Лекция

Первичные и вторичные элементы кожи. Связь кожи с центральной нервной системой и внутренними органами. Кожные заболевания. Общая симптоматология и характеристика болезней кожи. Основные группы кожных заболеваний. Дерматиты, хейлиты, бактериальные поражения кожи, розовые угри, вирусные поражения, псориаз, сифилис. Кожные заболевания, которые являются противопоказанием к проведению массажа.

Самостоятельная работа: Составить таблицу кожных заболеваний. Два столбца, первый которые являются противопоказанием, второй нет.

Написать конспект на тему вирусные поражения кожи

Подготовить сообщение на тему причины появления кожных заболеваний.

Тема	Общее кол-во часов	Лекция	Практика	Самостоятельная работа
Основы дерматологии				
Первичные и вторичные элементы кожи. Связь кожи с центральной нервной системой и внутренними органами.	6	4	-	2
Кожные заболевания. Общая симптоматология и характеристика болезней кожи. Основные	6	4	-	2

группы кожных заболеваний. Дерматиты, хейлиты, бактериальные поражения кожи, розовые угри, вирусные поражения, псориаз, сифилис.				
Кожные заболевания, которые являются противопоказанием к проведению массажа	4	2	-	2
Итого:	**16**	**10**	**-**	**6**

4.1.5 Рабочая программа «Основы косметологии»

Санитария и гигиена в косметологии.

Кожа. Особенности метаболизма кожи. Защитные барьеры кожи. Процесс кератинизации. Придатки кожи. Анатомо-физиологические особенности. Диагностика типов кожи. Особенности кожи и форм тела в различные возрастные периоды. Старение кожи. Факторы, влияющие на старение кожи.

Понятия целлюлит и ожирение. Классификация ожирения. Причины появления целлюлита. Стадии целлюлита, их определение. Оценка состояния кожи, подкожно-жировой клетчатки и тонуса мышц тела клиента. Косметический уход при целлюлите. Методы коррекции целлюлита.

Основы косметического ухода. Основные принципы эстетического ухода. Методы коррекции фигуры. Виды косметических процедур, проводимых косметиком по телу. Виды косметического массажа. Показания и противопоказания к проведению косметических процедур.
Косметический уход за кожей рук, ног.

Состав и свойства косметических средств и используемых материалов.
Ингредиенты, используемые в косметике. Безопасность парфюмерно-косметической продукции – критерии.
Очищение кожи. Требования к очищающим средствам.
Скрабирование. Требования к средствам для скрабирования. Скрабы: солевые, сахарные и скрабы с абразивом из натуральных косточек. Способ применения.
Пилинг. Требования к средствам для пилинга. Способ применения.
Гоммаж. Требования к средствам для пилинга. Способ применения.

Массажные масла. Требования к маслам. Базовое массажное масло. Способ применения.

Обертывания. Средства, используемые при выполнении обертываний.
Нейтральное обёртывание. Маски. Способ применения.
Горячее обертывание. Горячие маски. Способ применения.
Холодное обертывание. Холодные маски. Способ применения.

Самостоятельная работа: Придумать спа-программу и рассчитать ее себестоимость.

Тема	Общее кол-во часов	Лекция	Практика	Самостоятельная работа
Основы косметологии				
		20	6	
Санитария и гигиена в косметологии. Антисептика. Виды антисептики в косметологии.	3	2	-	-

Особенности метаболизма кожи. Защитные барьеры кожи. Придатки кожи. Диагностика типов кожи. Старение кожи. Факторы, влияющие на старение кожи. Особенности аллергических реакций кожи	6	3	1	-
Основы косметического ухода. Косметический уход за кожей рук.	3	2	1	-
Понятия целлюлит и ожирения. Показания и противопоказания к антицеллюлитному массажу. Причины появления целлюлита.	5	3	-	-
Стадии целлюлита, их определение. Косметический уход при целлюлите. Методы коррекции целлюлита	3	2	1	-
Итого:	**15**	**12**	**3**	**-**
Ингредиенты, используемые в косметике				
Состав и свойства косметических средств и используемых материалов	2	2	-	-
Нормы расхода косметических средств и используемых материалов. Частота применения. Способы нанесения. Аллерготест на коже.	6	4	-	2
Итого:	**8**	**6**	**-**	**2**

4.2. Рабочие программы по модулям, формирующим специальные знания

4.2.1. Рабочая программа «Выполнение эстетических процедур по уходу за кожей тела»

I. <u>Организация работы косметика-эстетиста.</u>

Санитария и гигиена. Дезинфекция и стерилизация.
Санитарно-эпидемиологические правила и нормы содержания, дезинфекции и стерилизации инструментов и зоны обслуживания (контактной зоны).
Изучение СанПиН 2.1.2.2631-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги».

Правила оказания первой помощи.
Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ (ред. от 25.12.2023) "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.04.2024)
УК РФ Статья 124. Неоказание помощи больному
Содержимое аптечки мастера.
Правила и алгоритм оказания первой помощи. Искусственное дыхание техника рот в рот. Техника непрямого массажа сердца. Техника наложения кровоостанавливающего жгута. Оказание первой помощи при обмороке.
Организация места оказания услуг. Санитарно-гигиеническая подготовка зоны обслуживания для предоставления эстетических услуг. Оснащение кабинета. Необходимое оборудование и инструменты для кабинета косметологии

II. Выполнение очищающих процедур для тела или отдельных частей.

Подбор профессиональных средств и препаратов для выполнения косметической услуги. Состав и свойства косметических средств и используемых материалов для очищающих процедур для тела на примере косметики «Спакватория». Классификация очищающих средств. Влияние на кожу тела. Частота применения. Нормы расхода косметических средств и используемых материалов. Отличия энзимного пилинга, скраба и гоммажа. Аллерготест на коже. Способы нанесения.
Выполнение поверхностного очищения кожи с применением косметических средств (гоммаж).
Выполнение глубокого очищения кожи с применением косметических средств (скрабирование, пилинг).
Консультирование клиента по выполнению очищающих процедур для тела в домашних условиях.

III. Выполнение косметического массажа тела либо его отдельных частей.

Подбор профессиональных средств и препаратов для косметического массажа тела либо его отдельных частей на примере косметики «Спакватория» . Нормы расхода косметических средств и используемых материалов.

Выполнение различных видов косметического массажа тела либо его отдельных частей (туловища, верхних конечностей, нижних конечностей, ягодиц, живота). Технологии выполнения пластического, гигиенического, аппаратного массажа, спа-массажа тела либо его отдельных частей.
Визуальный оценка состояния кожи и пальпация перед массажем по критериям: цвет, влажность, тургор, отечность, Кожные сыпи и кровоизлияния, повреждение кожных покровов, подкожно-жировая клетчатка, лимфатические узлы, кровеносные сосуды, мышечный тонус, суставы. Гигиенические требования к проведению массажа. Абсолютные и локальные противопоказания к массажу. Показания к косметическому массажу. Эргономика массажиста. Положение клиента при проведении массажа. Основные приемы косметического массажа: поглаживание, растирание, выжимание, разминание, вибрация. Различные техники выполнения приемов. Физиологическое действие на организм. Ошибки при выполнении приемов. Количество повторений каждого движения.
Массаж отдельных частей тела:
-Массаж верхних конечностей
-Массаж нижних конечностей
-Массаж спины
-Массаж шейно-воротниковой зоны
-Массаж живота
-Массаж грудной клетки

Пластический массаж тела. Техника выполнения приемов, особенности проведения процедуры. Отличительные черты пластического массажа.

СПА-массаж. Краткая история СПА, техника выполнения приемов, особенности проведения процедуры. Отличительные черты спа-массажа. Виды спа-процедур.

Аппаратные методы в косметологии. Механизм и принципы вакуумного массажа. Почему возникают пятна. Отличия вакуумного от других видов массажа. Показания и противопоказания к вакуумному массажу. Аппараты для вакуумного массажа. Основы техники вакуумного массажа. Методика вакуумного массажа шейного отдела, позвоночника, спины, ног, живота, грудной клетки, рук.

Консультирование клиента по выполнению косметического самомассажа тела либо его отдельных частей в домашних условиях.

Устройство, правила эксплуатации и хранения применяемого оборудования, инструментов.

IV. Выполнение различных видов обертывания тела или отдельных частей

Подбор профессиональных средств и препаратов для проведения процедуры обертывания тела. Состав и свойства косметических средств и используемых материалов для проведения процедур обертывания тела на примере косметики «Спакватория». Нормы расхода косметических средств и используемых материалов.

Обертывания: виды, показания, противопоказания. Показания и противопоказания к обертыванию. Классификация обертываний в зависимости от достигаемого эффекта, состава (глиняные, водорослевые, шоколадные и т.д.), температуры (горячие, холодные, нейтральные) и способа применения (нанесение массажными движениями, бинтование (бандажное обертывание). Частота проведения обертываний. Отличительные черты изотермических и контрастных обертываний.
Выполнение изотермических видов обертывания тела либо его отдельных частей. Время экспозиции. Действие состава на кожу.
Выполнение горячих видов обертывания тела либо его отдельных частей. Время экспозиции. Действие состава на кожу.

Консультирование клиента по уходу за телом после проведения процедуры.

Консультирование клиента по выполнению обертывания тела либо его отдельных частей в домашних условиях.

V. Эстетическая коррекция волосяного покрова частей (голень, бедро, подмышечные впадины, область бикини) тела различными способами.

Депиляция. Понятие депиляция. Противопоказания. Типы волосяного покрова. Техники депиляции: техника депиляции "Теплым воском", техника депиляции "Горячим воском", техника депиляции "Холодным воском", шугаринг. Проблема вросших волос.

Оценка состояния волосяного покрова проблемных зон клиента, определение и согласование с клиентом способа проведения косметической услуги. Тестирование кожи в области проблемной зоны

Подбор профессиональных средств и препаратов для проведения косметической услуги.

Выполнение депиляции. Выполнение восковой, механической коррекции волосяного покрова проблемных зон. Техника депиляции "Теплым воском". Техника депиляции "Горячим воском". Техника депиляции "Холодным воском".
Выполнение шугаринга. Противопоказания. Техники: мануальная, бандажная, шпательная, аппликационная. Этапы: осмотр и подготовка, очищение кожи, нанесение талька, подготовка пасты, нанесение пасты, увлажнение кожи после процедуры.

Консультирование клиента по уходу за кожей после проведенной коррекции волосяного покрова в домашних условиях.

Тема	Общее кол-во часов	Лекция	Практика	Самостоятельная работа
Выполнение эстетических процедур по уходу за кожей тела				
Организация работы косметика-эстетиста. Правила оказания первой помощи.				
Изучение СанПиН 2.1.2.2631-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги» -Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ (ред. от 25.12.2023) "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.04.2024) -УК РФ Статья 124. Неоказание помощи больному	2	2		-
Содержимое аптечки мастера. Правила и алгоритм оказания первой помощи. Искусственное дыхание техника рот в рот. Техника непрямого массажа сердца. Техника наложения кровоостанавливающего жгута Оказание первой помощи при обмороке.	6	2	4	-
Итого:	**8**	**4**	**4**	**-**
Выполнение очищающих процедур для тела или отдельных частей. Энзимный пилинг. Скраб. Гоммаж.				
Классификация очищающих средств. Влияние на кожу тела. Частота применения. Способы нанесения.	2	2	-	-
Отличия энзимного пилинга, скраба и гоммажа. Аллерготест на коже.	10	2	8	-
Итого:	**12**	**4**	**8**	**-**
Выполнение косметического массажного ухода тела или отдельных частей (туловища, верхних конечностей, нижних конечностей, ягодиц, живота)				
Гигиенические требования к проведению массажа.	2	2	-	-
Визуальный оценка состояния кожи и пальпация перед массажем по критериям: цвет, влажность, тургор, отечность, кожные сыпи и кровоизлияния, повреждение кожных покровов, подкожно- жировая клетчатка, лимфатические узлы, кровеносные сосуды, мышечный тонус, суставы.	4	2	2	-
Абсолютные и локальные противопоказания к массажу. Показания к массажу. Физиологическое действие массажа на организм.	2	2	-	-
Эргономика массажиста. Положение клиента при проведении массажа.	6	2	4	-
Основные приемы классического массажа:	19	4	15	-

поглаживание, растирание, выжимание, разминание, вибрация. Различные техники выполнения приемов. Ошибки при выполнении приемов. Количество повторений каждого движения.				
Массаж отдельных частей тела: -Массаж верхних конечностей -Массаж нижних конечностей -Массаж спины -Массаж шейно-воротниковой зоны -Массаж живота -Массаж грудной клетки	43	4	39	-
Итого:	**76**	**16**	**60**	**-**
Выполнение различных видов обертывания тела или отдельных частей				
Показания и противопоказания к обертыванию. Классификация обертываний в зависимости от достигаемого эффекта (антицеллюлитные, лимфодренажные, антивозрастные, лифтинг-обертывания) состава (глиняные, водорослевые, шоколадные и т.д.), температуры (горячие, холодные, нейтральные) и способу применения (нанесение массажными движениями, бинтование (бандажное обертывание)). Частота проведения обертываний. Техника нанесения	24	4	20	-
Итого:	**24**	**4**	**20**	**-**
Эстетическая коррекция волосяного покрова частей тела различными способами. Восковая депиляция. Шугаринг.				
Понятие депиляция. Противопоказания. Типы волосяного покрова. Техника депиляции "Теплым воском". Техника депиляции "Горячим воском". Техника депиляции "Холодным воском". Проблема вросших волос.	18	2	16	-
Шугаринг. противопоказания. Техники: мануальная, бандажная, шпательная, аппликационная. Этапы: осмотр и подготовка, очищение кожи, нанесение талька, подготовка пасты, нанесение пасты, увлажнение кожи после процедуры	18	2	16	-
Итого:	**36**	**4**	**32**	-
Итого всего:	**156**	32	124	-

6. Рабочая программа «Учебная практика косметика-эстетиста»

Практика представляет собой вид учебной деятельности, направленной на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенции в процессе выполнения определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

Практика не идет отдельным блоком, а интегрирована в изучение модулей, формирующих теоретические знания.

Целями учебной практики являются:

- закрепление теоретических знаний, полученных при изучении базовых дисциплин;
- развитие и накопление специальных навыков, изучение и участие в разработке организационно-методических и нормативных документов для решения отдельных задачах по месту прохождения практики;
- приобретение практических навыков в будущей профессиональной деятельности или в отдельных ее разделах.

Задачи учебной практики:
- закрепить знания и умения, приобретаемые обучающимися в результате освоения теоретических курсов;
- выработать практические навыки и способствовать комплексному формированию общих и профессиональных компетенций обучающихся.

В результате прохождения учебной практики слушатель должен демонстрировать следующие результаты образования:

иметь практический опыт:
- выявление потребностей заказчика услуги;
- оказания бытовых косметических услуг в рамках своих полномочий;
- планирования и осуществления эстетических процедур по уходу за телом;
- ведения специальной документации
- выполнения санитарно-гигиенических мероприятий для сохранения и поддержания здоровья заказчика услуги;
- ведения клиентской базы;
- подбора и применения косметических средств по уходу за телом;
- подбора и применения различных методик по временному удалению волос на разных частях тела;
- коммуникаций с заказчиком услуг, коллегами;
- собирать информацию о состоянии здоровья пациента, заполнять карту клиента;
- выполнять тестирование кожи тела клиента;
- информировать клиента о проводимой эстетической процедуре;
- обеспечить безопасную среду для заказчика услуг, его окружения и персонала;
- проводить текущую и генеральную уборку помещений с использованием различных дезинфицирующих средств;
- составлять памятки для заказчика услуг по вопросам домашнего ухода за кожей тела;
- использовать ритуал в оказании услуги;
- использовать правила эргономики в процессе оказания услуги;
- подбирать и выполнять виды обертываний по показаниям;
- проводить необходимые измерения для коррекции фигуры;
- составлять и выполнять программные уходы за кожей тела разных возрастных периодов;
- выполнять нанесение и снятие масок, пилингов;
- выполнять гигиенический массаж;
- выполнять атравматическую чистку;

ПОЧАСОВОЙ ПЛАН УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

№	Название темы	П	Форма контроля
1.	**Модули, формирующие общие знания**	**7**	
1.1.	*Психология общения с клиентом и профессиональная этика косметика-эстетиста.*	*2*	*Текущий контроль/практическая работа*
1.5.	*Основы*	*3*	*Текущий*

	косметологии.		*контроль/практическая работа*
1.6.	*Ингредиенты, используемые в косметике.*	*2*	*Текущий контроль/практическая работа*
2.	**Промежуточная аттестация**	**4**	*Зачет*
3.	**Модули, формирующие специальные знания**	**124**	
3.1	**Выполнение эстетических процедур по уходу за кожей тела**	124	
3.1.1	*Организация работы косметика- эстетиста. Правила оказания первой помощи*	*4*	*Текущий контроль/практическая работа*
3.1.2	*Выполнение очищающих процедур для тела или отдельных частей. Энзимный пилинг. Скраб. Гоммаж.*	*8*	*Текущий контроль/практическая работа*
3.1.3.	*Выполнение косметического массажного ухода тела или отдельных частей (туловища, верхних конечностей, нижних конечностей, ягодиц, живота)*	*60*	*Текущий контроль/практическая работа*
3.1.4.	*Выполнение различных видов обертывания тела или отдельных частей.*	*20*	*Текущий контроль/практическая работа*
3.1.5.	*Эстетическая коррекция волосяного покрова частей тела различными способами. Восковая депиляция. Шугаринг.*	*32*	*Текущий контроль/практическая работа*
4.	**Промежуточная аттестация**	**4**	*Зачет*
7.	**Итоговая аттестация**	**8**	*Квалификационный экзамен*
	Всего:	**147**	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Темы	Кол-во часов	Практические занятия
1	*Психология общения с клиентом и профессиональная этика косметика-эстетиста.*	2	Приветствие клиента. Приглашение клиента на процедуру. Завершение оказание услуги. Дать необходимые рекомендации. Заполнить необходимую документацию.
2	Основы косметологии.	3	Проведение осмотра, в том числе визуального осмотра и пальпации кожных покровов. Определение диагностических признаков и симптомов наличия заболевания.
3	Ингредиенты используемые в косметике.	2	Разбор состава косметики на примере продукции Спакватория.
4	Организация работы косметика-эстетиста. Правила оказания первой помощи.	4	Полная подготовка кабинета. Дезинфицирующая обработка всех поверхностей и инструментов. Отработка оказания первой помощи на моделях.

5	Выполнение очищающих процедур для тела или отдельных частей. Энзимный пилинг. Скраб. Гоммаж.	8	Практическая отработка различных видов скрабирования. Индивидуальных подбор скраба, в зависимости от желаемого результата. Консультация клиента после процедуры.
6	Выполнение косметического массажного ухода тела или отдельных частей (туловища, верхних конечностей, нижних конечностей, ягодиц, живота).	60	Коммуникация с клиентом (узнаем об акцентной зоне, информируем о возможности регулировок по силе, выкладка клиента на кушетку). Постановка рук. Отработка нанесения масла на клиента. Практическое выполнение основных приемов: поглаживание, растирание, разминание, выжимание и вибрация и их вспомогательных приемов. Отработка эргономики массажиста во время процедуры. Тренировка перехода между приёмами Упражнение на расслабление мышц массажиста. Отработка коммуникации во время массажа с клиентом (все ли комфортно, как массаж по силе). Комплексная проработка гигиенического, пластического, спа масажа (верхние и нижние конечности, спина, шейно-воротниковая зона, живот, грудная клетка). Комплексная проработка пластического массажа Отработка аппаратного массажа вакуумом. Коммуникация после сеанса массажа (осведомление о самочувствии и рекомендации по самомассажу).
7	Выполнение различных видов обертывания тела или отдельных частей.	20	Отработка нанесения обертываний на клиента по характеру желаемого результата. Отработка нанесение горячего обертывания. Отработка нанесения холодного обертывания. Отработка нанесения нейтрального обертывания. Отработка нанесения комбинированного обертывания.
8	Эстетическая коррекция волосяного покрова частей тела различными способами. Восковая депиляция. Шугаринг.	32	Информирование клиента перед началом процедуры. Отработка техник депиляции: техника депиляции "Теплым воском", техника депиляции "Горячим воском", техника депиляции "Холодным воском", шугаринг. Консультация клиента по домашнему уходу.

ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ – 1

(20 вопросов)

1) Что НЕ относится к профессиональным этическим правилам мастера

1 Мастер должен исходить из собственных материальных интересов, когда принимает профессиональные решения.

2 Мастер должен принимать активное участие в просвещении людей относительно реальной пользы массажных технологий и манипуляций.

3 Мастер должен рекламировать только те массажные технологии и манипуляции, на которые он имеет сертификат и соответствующие знания.

Ответ: 1

2) Фраза, которую нужно употреблять при первом контакте с гостем:

1 Здравствуйте! Проходите!

2 Добрый день (утро, вечер)(имя). Меня зовут (имя). Готовы начать? Пройдёмте

3 Привет! Мы можем начать. Пойдем

Ответ: 2

3) Перечислите три основные запретные темы с клиентом

Ответ: Политика, религия, материальный достаток

4) Что самое важное в умении подать себя с хорошей стороны? Укажите наиболее исчерпывающий ответ.

1 гордитесь своим внешним видом, не жуйте перед гостями и не присаживайтесь передохнуть во время работы;

2 второго шанса оставить хорошее впечатление не будет. Главное, чтобы Вы выглядели опрятно и вели себя непринуждённо;

3 всегда носите чистую униформу, соблюдайте личную гигиену.

Ответ: 2

5) Для мастера на работе превыше всего:

1 прибыль заведения;

2 комфорт гостей;

3 чаевые

Ответ: 2

6) Выберите правильное определение фронтальной плоскости:

1 располагается вертикально и разделяет переднюю и заднюю части тела

2 расположенная вертикально и ориентированная спереди назад.

3 разделяет тело на верх и низ.

Ответ: 1

7) Установите соответствие между мышцей и частью тела, на которой она расположена.

1 Большая ромбовидная

2 Нижняя задняя зубчатая

3 Напрягатель широкой фасции

4 Большая круглая

5 Четырехглавая мышцы

6 Камбаловидная

7 Круглый пронатор)

8 Ременная мышца

9 Квадратная мышца

Ответ: 1 Спина 2 Спина 3 Ноги 4 Спина 5 Ноги 6 Ноги 7 Руки 8 Голова, шея 9 Спина

8 Что из перечисленного НЕ относится к функциям мышц:

1 Защита внутренних органов от воздействия окружающей среды

2 Поддержка жизненно важных физиологических процессов

3 Участие в теплопродукции

Ответ: 1

9) Определите функции широчайшей мышцы спины:

1 Вращение плеча кнаружи

2 Вращение плеча внутри

3 Отведение плеча

4 Приведения плеча

Ответ: 2, 4

10) Функции лимфатических узлов:

1 Иммунная

2 Транспортная

3 Барьерно-фильтрационная

4 Все варианты верны

Ответ: 4

11 Какой орган не является частью лимфатической системы?

1 Селезёнка

2 Лимфатические узлы

3 Печень

4 Почки

5 Желудок

Ответ: 5

12) В спокойном состоянии в дыхании участвуют:

1 Мышцы спины

2 Брюшные мышцы

3 Межреберные мышцы

Ответ: 3

14) Сопоставьте тип нервной системы с ее функцией

1 Уменьшение частоты сердечных сокращений

2 Усиление перистальтики кишечника

3 Повешение давление внутри глаз

4 Расслабляет мочевой пузырь

5 Сужение зрачков

Ответ: 1,2,5 - парасимпатическая; 3,4 - симпатическая

15) Что Не относится к первичным элементам кожи:

1 Ссадина

2 Пятно

3 Волдырь

4 Папула

Ответ: 1

16) Назовите основные группы кожных инфекционных заболеваний.

Ответ: Бактериальные , вирусные, грибковые, паразитарные.

17) Опишите термин псориаз. Понятие, симптомы, причины.

Ответ: Хроническое неинфекционное заболевание, при котором возможно заражение различных органов: кожи, суставов, сердца, почек. Причины. Дисфункция иммунной системы. Когда клетки , направленные на уничтожение болезнетворных агентов , начинают атаковать собственные клетки (в первую очередь кожи).Характеризуются появлением на коже ярко-розовых высыпаний, которые сверху покрыты чешуйками серебристого цвета.

18) Возбудимость и проводимость - свойства характерные для ткани:

1 Нервной

2 Соединительной

3 Мышечной

4 Эпителиальной

Ответ: 1

19) Какие системы отвечают за обмен веществ между организмом и внешней средой?

1 Выделительная, пищеварительная, дыхательная

2 Кровеносная, лимфатическая, дыхательная

3 Дыхательная, половая, выделительная

4 Выделительная, пищеварительная, нервная

Ответ: 1

20) Клетка подкожно-жировой клетчатки называется:

1 Фиброцит.

2 Кератоцит.

3 Адипоцит.

4 Меланоцит.

Ответ: 3

ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ – 2

(20 вопросов)

1) Перечислите основные виды очищающих средств.

Ответ: скраб, пилинг, гоммаж

2) Очищение кожи человека за счет механического воздействия крупных образивных частиц происходит за счет:

1 гоммажа

2 скраба

3 пилинга

Ответ: 2

3) Очищение кожи человека за счет механического воздействия мелких образивных частиц происходит за счет:

1 гоммажа

2 скраба

3 пилинга

Ответ: 1

4) Дайте определение термину массаж.

Ответ: массаж — это дозированное механическое и рефлекторно-осознанное раздражение поверхности нашего тела с целью удовольствия, оздоровления и излечения недугов.

5) Гигиенический массаж- это метод:

1 подготовки мышц к физическим нагрузкам

2 профилактики и борьбы с косметическими дефектами

3 профилактика заболеваний и укрепления здоровья

Ответ: 3

6) Перечислите основные приемы классического массажа.

Ответ: поглаживание, растирание, разминание, вибрацию и пассивные движения.

7) Физиологическое действие растирания:

1 кожа очищается от роговых чешуек, остатков секрета потовых и сальных желез, улучшается кожное дыхание, активизируется секреторная функция кожи

2 происходит быстрое опорожнение кровеносных сосудов в зоне воздействия, а затем их быстрое кровенаполнение.

3 усиливается приток лимфы и крови к массируемым тканям, что значительно улучшает их питание и обменные процессы, появляется гиперемия.

Ответ: 3

8) Опишите эффект горячего обертывания.

Ответ: Кожные поры открываются, поэтому из них удаляются токсины и лишняя жидкость, скопившаяся в организме. Увеличивается прилив крови к тем зонам кожи, где было нанесено обертывание

9) Валяние, накатывание, сдвигание, надавливание- это вспомогательные приемы для:

1 поглаживания

2 растирания

3 разминания

Ответ: 3

10) Какие из ниже перечисленных противопоказаний являются абсолютными?

1 цинга, психические заболевания, остеомиелит

2 нестабильность артериального давления, болезни кожи, инфекционные заболевания в стадии обострения

3 грыжи, грибковое поражение, головная боль

Ответ: 1

11) Температура воздуха при проведении массажа должна быть не более

1. 18 градусов Цельсия

2. 20 градусов Цельсия

3. 22 градусов Цельсия

Ответ: 2

12) Назовите относительное противопоказание к проведению массажа.

1 Повышенная температура.

2 Злокачественное образование.

3 Заболевание крови.

Ответ: 1

12) Какое количество времени не следует проводить массаж после приема пищи:

1. 1 час

2. 30 минут

3. 1,5 часа

Ответ: 3

13) Перечислите противопоказания специфичные для вакуумного массажа.

Ответ: выраженный склероз сосудов со склонностью к тромбозам и кровоизлияниям, нарушения сердечно-сосудистой системы, острые воспалительные процессы в сердце, варикозное расширение вен II-III степени, тромбофлебит

14) Петихии- это:

Ответ: пятно на коже диаметром 1–2 мм, обусловленное капиллярным кровоизлиянием, вначале имеет красный цвет, сменяющийся затем на коричневый.

15) Визикула – это:

Ответ: один из первичных морфологических элементов кожных сыпей, развивающийся вследствие скопления экссудата в эпидермисе с образованием небольшой полости

16) Перечислите типы депиляции и их характеристики.

Ответ: Механические (бритье, выщипывание волос при помощи пинцета, вибродепилятора, депиляция нитями, удаление волос при помощи пемзы). Адгезивные (метод ваксинга, шугаринга). Химические (удаление волос при помощи энзимных, кератолитических и прочих активных веществ, входящих в состав, кремов-депиляторов).

17) Как наносится и удаляется паста? По росту или против роста волос:

1 Нанесение по направлению роста волос, удаление по росту волос.
2 Нанесение против направления роста волос, удаление по росту волос.
3 Нанесение по направлению роста волос, удаление против роста волос.
Ответ: 3

18) С каким слоем кожи работает мастер по шугарингу:

1 Дерма.
2 Гиподерма.
3 Эпидермис.

Ответ: 3

19) Что является противопоказанием к процедуре шугаринга:

1 Сниженный тургор кожного покрова.
2 Нарушение целостности кожного покрова на предполагаемой зоне воздействия.
3 Инсулиннезависимый сахарный диабет.

Ответ: 2

20) Какой из перечисленных этапов является лишним в процедуре шугаринга:

1 Завершающий успокаивающий уход.
2 Постдепиляционное очищение маслом.
3 Талькование.

Ответ: 2

ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Итоговый экзамен по курсу "Косметик-эстетист по телу"

Билет 1

1) Расскажите этапы встречи клиента, его сопровождения и инструктаж в кабинете.
2) Прием поглаживание. Физиологическое действие. Техника выполнения.
3) Массаж по запросу. Классический массаж шейно-воротниковой зоны.

Билет 2

1) Методы создания профессионального имиджа.
2) Правила оказания первой помощи при потере сознания.
3) Массаж по запросу. Классический массаж нижней конечности.

Билет 3

1) Виды и функции общения.
2) Лимфатическая система. Функции. Понятие лимфа.
3) Массаж по запросу Классический массаж спины.

Билет 4

1) Назовите поверхностные мышцы задней поверхности нижней конечности и их функции.
2) Дайте определение массажу. Влияние на мышечную и нервную системы.
3) Массаж по запросу. Пластический массаж живота.

Билет 5

1) Фасция. Строение и функции.
2) Абсолютные и относительные противопоказания к массажу. Показания к массажу.
3) Массаж по запросу. Классический массаж верхней конечности.

Билет 6

1) Кожа. Придатки кожи. Возрастные изменения.
2) Прием растирание. Физиологическое действие Техника выполнения.
3) Массаж по запросу. Пластический массаж нижней конечности.

Билет 7

1) Железы кожи: сальные, потовые.
2) Понятие депиляция. Типы волосяного покрова.
3) Клиент - женщина, 45 лет. Дряблость кожи, видна сосудистая сеточка, чувствительная, сухая кожа. Подобрать домашний уход по типу кожи.

Билет 8

1) Требования, предъявляемые к массажному кабинету.
2) Растирание. Физиологическое действие. Разновидности приема.
3) Массаж по запросу. Классический массаж шейно-воротниковой зоны.

Билет 9

1) Требования, предъявляемые к массажисту.
2) Эргономика массажиста. Правильное положение тела у кушетки.
3) Массаж по запросу. Классический массаж верхней конечности.

Билет 10

1) Назовите поверхностные мышцы спины и их функции.
2) Классификация приемов массажа, их действие на организм.
3) Подготовка рабочего места. Предварительные работы. Приглашение клиента на процедуру. Оказание услуги по уходу за кожей тела. Выполнение временного удаления волос, с использованием шугаринга. Выполнить завершающие работы.

Билет 11

1) Основные заболевания кожи человека.
2) Типы старения кожи. Факторы влияющие на старение.
3) Провести депиляцию в технике "Теплым воском". Зона - ноги до колена.

Билет 12

1) Требования, предъявляемые к косметике.
2) Классификация скрабирующих веществ и их действие.
3) Провести депиляцию шугарингом. Зона – подмышки.

Билет 13

1) Приветствие клиента. Информированное сопровождение.
2) Виды обертываний и их действие на кожу.
3) Выполнить депиляцию в технике "Горячий воск". Зона ноги выше колена.