



TECHNIK USŁUG KOSMETYCZNYCH

PROGRAM PRAKTYK

NUMER ZAWODU W KLASYFIKACJI ZAWODÓW: 514207

Łódź, 2019

WYMIAR PRAKTYK ZAWODOWYCH

Minimalny wymiar praktyk zawodowych	tyg.	godz.
sem I zgodnie z podstawą programową		
sem II zgodnie z podstawą programową		
sem III zgodnie z podstawą programową		
sem IV zgodnie z podstawą programową	4	140
Razem	4	140

CELE OGÓLNE

✓ Doskonalenie umiejętności w wykonywaniu zabiegów kosmetycznych.
✓ Kształtowanie postawy etycznej i poczucia odpowiedzialności za wykonane zadania.

CELE OPERACYJNE

Uczeń potrafi:
– stosowanie obowiązujących w gabinecie kosmetycznym przepisów bhp, ppoż. i zaleceń sanepidu,
– scharakteryzowanie wyposażenia gabinetu kosmetycznego i organizacji pracy,
– przeprowadzenie wywiadu z klientem,
– przygotowanie klienta do zabiegu,
– przygotowanie i uporządkowanie stanowiska pracy do określonego zabiegu,
– wykonanie farbowania brwi i rzęs,
– wykonanie regulacji łuku brwiowego,
– zastosowanie różnych rodzajów masek,
– wykonanie masażu twarzy, szyi, ciała i dekoltu,
– rozróżnienie rodzajów manicure'u.
– wykonanie zabiegów pielęgnacyjnych dostosowanych do rodzaju cery,
– przeprowadzenie zabiegu usuwania nadmiernego owłosienia różnymi metodami,
– przeprowadzenie zabiegu pielęgnacyjnego biustu,
– przeprowadzenie zabiegu pielęgnacyjnego kończyn górnych i dolnych,
– dobranie i wykonanie makijażu,
– wykonanie pedicure'u,
– wykonanie kamuflażu defektów skóry.

MATERIAŁ NAUCZANIA

MATERIAŁ NAUCZANIA PRZEDMIOTU PRAKTYKA ZAWODOWA		
Tematy jednostek metodycznych	Wymagania programowe	
	Podstawowe	Ponadpodstawowe
	Uczeń potrafi:	Uczeń potrafi:
Przygotowanie stanowiska zabiegowego	<ul style="list-style-type: none"> – ocenić stan pomieszczeń i urządzeń higienicznosanitarnych – stosować zasady aseptyki i antyseptyki – wyodrębnić i stosować metody i środki dezynfekcji i sterylizacji narzędzi do planowanego zabiegu – dezynfekować powierzchnie, sprzęty, narzędzia i przybory kosmetyczne – dobierać sprzęt i aparaturę kosmetyczną do zabiegu – dobierać narzędzia, przybory i preparaty kosmetyczne do zabiegu – przygotować sprzęt i aparaturę kosmetyczną do zabiegu 	<ul style="list-style-type: none"> – opisać metody skutecznej ochrony przed zakażeniami – dostosować stanowisko pracy do określonego zabiegu – wykorzystać znajomość przepisów bhp podczas wykonywania zabiegu – przestrzegać zasad aseptyki i antyseptyki podczas wykonywania zabiegów kosmetycznych
Przygotowanie kosmetyczki i klientki do zabiegu	<ul style="list-style-type: none"> – opisać zasady sanitarne obowiązujące w gabinecie kosmetycznym – opisać środki ochrony indywidualnej i zbiorowej w zabiegach pielęgnacyjnych – przygotować klienta do zabiegu pielęgnacyjnego zgodnie z przepisami bhp 	<ul style="list-style-type: none"> – dostosować środki ochrony indywidualnej do zabiegów pielęgnacyjnych i upiększających skóry twarzy, dłoni, stóp i reszty ciała
Uporządkowanie stanowiska pracy	<ul style="list-style-type: none"> – dezynfekować i sterylizować narzędzia różnymi metodami – dezynfekować stanowisko zabiegowe, sprzęt i aparaturę kosmetyczną – porządkować przybory i preparaty kosmetyczne – wymieniać sposoby zarażenia się chorobami 	<ul style="list-style-type: none"> – przygotować roztwór dezynfekcyjny – przygotować pakiety oraz warunki ich przechowywania po procesie sterylizacji
Skóra twarzy i rodzaje cery	<ul style="list-style-type: none"> – opisać rodzaje cery – opisać rodzaje skóry głowy – dostosować postępowanie wobec klienta z chorobami skóry i jej przydatków 	<ul style="list-style-type: none"> – dokonać podziału skóry ze względu na jej cechy fizjologiczne i sposoby pielęgnacji

Metody/narzędzia diagnostyczne	<ul style="list-style-type: none"> – rozróżnić pojęcie wywiadu wstępnego i wywiadu rozszerzonego – formułować pytania do wywiadu – określić wskazania do zabiegu pielęgnacyjnego – określić przeciwwskazania do zabiegu pielęgnacyjnego – uzupełnić kartę klienta danymi pozyskanymi w trakcie wywiadu i diagnozy 	<ul style="list-style-type: none"> – wybierać metody diagnostyczne – stosować aparaturę diagnostyczną – dostosować rodzaj zabiegu na podstawie ustalonych wskazań i przeciwwskazań – wpisać w kartę klienta informacje z przebiegu zabiegu wraz z zaleceniami pielęgnacyjnymi
Masaż twarzy, szyi i dekoltu	<ul style="list-style-type: none"> – omówić wskazania i przeciwwskazania do masażu twarzy – omówić techniki masażu twarzy, szyi i dekoltu: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, oklepywanie, wibracja 	<ul style="list-style-type: none"> – wykonać masaż kosmetyczny twarzy: relaksacyjny – dostosować ruchy rąk do założonego celu masażu
Pielęgnacja skóry głowy	<ul style="list-style-type: none"> – omówić podstawowe choroby włosów i problemy pielęgnacyjne – omówić sposoby pielęgnacji skóry głowy w gabinecie kosmetycznym oraz w warunkach domowych 	<ul style="list-style-type: none"> – wybierać narzędzia i przybory do wykonania kolejnych czynności podczas zabiegu pielęgnacyjnego skóry głowy
Zabiegi oczyszczania skóry twarzy	<ul style="list-style-type: none"> – omówić preparaty kosmetyczne wykorzystywane w zabiegach oczyszczania skóry twarzy – wykonać zabieg oczyszczania skóry twarzy zgodnie z procedurami 	<ul style="list-style-type: none"> – przygotować skórę do oczyszczania, stosując różne formy jej rozpułchniania, np. czynniki termiczne (wapozon, kaptalazma, borowina, podczerwień), ultradźwięki, (kawitacja), okluzyjne, (parafina), chemiczne (kwasy), mechaniczne (mikrodermabrazja) – stosować dezynfekcję chemiczną i fizyczną – wyodrębnić ze względu na skład i działanie maski kosmetyczne stosowane po zabiegu oczyszczania

<ul style="list-style-type: none"> – Farbowanie brwi i rzęs 	<ul style="list-style-type: none"> – opisać zabieg farbowania rzęs i brwi zgodnie z procedurą 	<ul style="list-style-type: none"> – wykonać zabieg farbowania rzęs i brwi – wykonać regulację łuku brwiowego – wykonać zabiegi podkręcające, wydłużające i zagęszczające rzęsy
Zabiegi manicure	<ul style="list-style-type: none"> – rozróżnić rodzaje manicure’u, (tradycyjny, biologiczny, japoński, francuski, na ciepło) – wymienić kolejność zabiegu pielęgnacyjnego dobranego do problemów skóry dłoni 	<ul style="list-style-type: none"> – uwzględniać wskazania i przeciwwskazania do zabiegu pielęgnacji dłoni
		<ul style="list-style-type: none"> – dobierać rodzaj zabiegu do występujących defektów skóry
		<ul style="list-style-type: none"> – stosować kolejne czynności zgodnie z metodyką zabiegów pielęgnacyjnych
Masaż twarzy, szyi i dekolту, masaż ciała	<ul style="list-style-type: none"> – rozróżnić techniki masażu – stosować przybory do masażu (kamienie, stemple, bańka chińska) 	<ul style="list-style-type: none"> – dostosować ruchy rąk do założonego celu masażu
		<ul style="list-style-type: none"> – wykonać masaż kosmetyczny zgodnie z polskimi i zagranicznymi założeniami metod masażu
	<ul style="list-style-type: none"> – wykazać znajomość budowy mięśniowej człowieka 	<ul style="list-style-type: none"> – wykonać masaż piersi

<p>Zabiegi pielęgnacyjne skóry twarzy, szyi i dekoltu</p>	<ul style="list-style-type: none"> – omówić procedury przeprowadzania zabiegu pielęgnacyjnego skóry twarzy: nawilżającego, złuszczonego, normalizującego, odżywczonego, liftingującego, regenerującego – omówić przebieg zabiegu pielęgnacyjnego na skórę szyi i dekoltu – omówić zabiegi pielęgnacyjne, wraz ze składnikami aktywnymi, dla poszczególnych rodzajów cer 	<ul style="list-style-type: none"> – dobierać metody i techniki pracy do wykonania określonych zabiegów pielęgnacyjnych – kompletować preparaty kosmetyczne do wykonywania określonych zabiegów pielęgnacyjnych – dostosować narzędzia i przybory do wykonywania określonych zabiegów pielęgnacyjnych – stosować aparaturę wykorzystującą czynniki fizyczne – przestrzegać kolejności wykonywanych czynności w wybranym zabiegu pielęgnacyjnym – określić cele zabiegu – opisać efekty pozabiegowe
---	--	---

<p>Zabiegi oczyszczania skóry twarzy i pleców</p>	<ul style="list-style-type: none"> – omówić preparaty kosmetyczne wykorzystywane w zabiegach oczyszczania skóry twarzy – wykonać zabieg oczyszczania skóry twarzy i pleców zgodnie z procedurami 	<ul style="list-style-type: none"> – rozróżnić zabiegi oczyszczania pod względem stopnia zanieczyszczenia skóry, rodzaju występujących zanieczyszczeń i obszaru działania – przygotować skórę do oczyszczania, stosując różne formy jej rozpuszczania, np. czynniki termiczne (wapozon, kataplazma, borowina, podczerwień), ultradźwięki (kawitacja), okluzyjne (parafina), chemiczne (kwasy), mechaniczne (mikrodermabrazja) – stosować dezynfekcję chemiczną i fizyczną – wyodrębnić ze względu na skład i działanie maski kosmetyczne stosowane po zabiegu oczyszczania
---	--	--

Zabiegi pielęgnacyjne skóry twarzy i ciała z zastosowaniem aparatury kosmetycznej	<ul style="list-style-type: none"> – omówić aparaturę kosmetyczną wykorzystywaną w zabiegach pielęgnacyjnych skóry twarzy i ciała w zależności od problemu skóry 	<ul style="list-style-type: none"> – stosować w wykonywanym zabiegu aparaturę z zakresu fali elektromagnetycznej, światłolecznictwa, elektrolecznictwa, termoterapii, ultradźwięków, podciśnienia, hydroterapii – wyróżnić akcesoria do wybranych urządzeń zastosowanych w zabiegu – obsługiwać urządzenia zabiegowe zgodnie z zasadami i kolejnością czynności
		<ul style="list-style-type: none"> – dostosować preparaty kosmetyczne do zastosowanych urządzeń w zabiegu – przewidywać efekty działania zastosowanych w zabiegach preparatów i urządzeń
Zabiegi pielęgnacyjne i relaksacyjne ciała	<ul style="list-style-type: none"> – omówić procedury przeprowadzenia zabiegu pielęgnacyjnego ciała z zastosowaniem peloidoterapii (borowina, szlamy wulkaniczne, glinki i muły), okładów parafinowych, eksfoliacji kwasami, okluzji (folia, bandaże) – omówić procedury przeprowadzenia zabiegu pielęgnacyjnego biustu z zastosowaniem okluzji parafinowej, alginatów, peloidów, gipsu, masek kremowych 	<ul style="list-style-type: none"> – stosować aromaterapię w zabiegach relaksacyjnych ciała – wyodrębnić składniki aktywne stosowane w preparatach do pielęgnacji ciała – wyodrębnić składniki aktywne stosowane w preparatach do pielęgnacji biustu

		<p>metody i techniki pracy</p> <ul style="list-style-type: none"> – wykonać zabieg pielęgnacyjny biustu w oparciu o wybrane metody i techniki pracy
Depilacja ciała	<ul style="list-style-type: none"> – omówić metody depilacji z zastosowaniem wosków miękkich i twardych, pasty cukrowej – omówić preparaty kosmetyczne stosowane w zabiegu – wyodrębnić składniki aktywne stosowane w preparatach – do depilacji 	<ul style="list-style-type: none"> – wykonać zabieg depilacji z rozróżnieniem obszaru skóry i rodzaju włosa – wykonać zabieg z użyciem wosków miękkich, twardych, pasty cukrowej, zgodnie z techniką pracy
Zabiegi pielęgnacyjne i upiększające okolic oczu	<ul style="list-style-type: none"> – omówić zabiegi pielęgnacyjne skóry wokół oczu, uwzględniając problem obrzęku, zasinienia, zmarszczek mimicznych – opisać zabieg farbowania rzęs i brwi zgodnie z procedurą 	<ul style="list-style-type: none"> – dobierać kształt łuku brwiowego do budowy oczu i kształtu twarzy – rozróżnić etapy zabiegu – wykonać zabieg farbowania brwi i rzęs – wykonać regulację łuku brwiowego – wykonać zabiegi pielęgnacyjne okolic oczu – wykonać zabiegi podkręcające, wydłużające i zagęszczające rzęsy
Rodzaje makijażu	<ul style="list-style-type: none"> – omówić rodzaje makijażu okazjonalnych: makeup no makeup, dzienny, wieczorowy, ślubny, fantasyjny, fotograficzny 	<ul style="list-style-type: none"> – wykonać makijaż dzienny, okazjonalny i fantasyjny – wykonać zabieg farbowania brwi i rzęs – wykonać elementy makijażu charakteryzatorskiego

<p>Techniki wykonania makijażu</p>	<ul style="list-style-type: none"> – omówić przebieg wykonania makijażu – wykonać zadania z zachowaniem symetrii – posługiwać się narzędziami w okolicy oczu w sposób precyzyjny 	<ul style="list-style-type: none"> – dobierać metody i techniki do wykonania makijażu – wykonać makijaż z uwzględnieniem kolejności wykonywanych technik: <ul style="list-style-type: none"> przygotowanie skóry twarzy, podkład/korekta/podkład puder, makijaż oka, makijaż kości policzkowych, makijaż ust – omówić zasady makijażu korekcyjnego (medycznego) – korygować kształt oczu za pomocą sztucznych rzęs, kłypek, metody 1:1, liftingu rzęs
<p>Zabiegi pielęgnacyjne dłoni</p>	<ul style="list-style-type: none"> – dobierać sprzęt i aparaturę kosmetyczną do zabiegu – wymienić kolejność czynności podczas zabiegu pielęgnacyjnego dobranego do problemów skóry dłoni – omówić parafinoterapię – rozróżniać techniki masażu dłoni 	<ul style="list-style-type: none"> – wykonać zabieg SPA na dłonie – dobierać rodzaj zabiegu do występujących defektów skóry dłoni – stosować kolejne czynności zgodnie z metodyką zabiegu parafinowego, na przebarwienia, nadmierne pocenie – dostosować ruchy rąk do założonego celu masażu – wykonać masaż kosmetyczny dłoni zgodnie z założeniami metod

<p>Pedicure kosmetyczny i leczniczy</p>	<ul style="list-style-type: none"> – rozróżniać rodzaje pedicure’u – przestrzegać kolejności wykonywanych czynności podczas robienia pedicure’u kosmetycznego i leczniczego – stosować frezarkę wysokoobrotową w opracowaniu stóp zgodnie z zasadami – rozpoznać rodzaje frezów zgodnie z ich przeznaczeniem 	<ul style="list-style-type: none"> – dobierać rodzaj pielęgnacji do występujących problemów skóry i paznokci stóp – dostosować rodzaj pedicure’u do zdiagnozowanych problemów – wykonać pedicure stopy cukrzycowej – uwzględniać wskazania i przeciwwskazania do zabiegu pielęgnacji stóp – rozpoznać rodzaje ortez zgodnie z ich przeznaczeniem – omawiać procedury zabiegu z zastosowaniem tamponady i klamr korygujących
<p>Zabiegi pielęgnacyjne spa na stopy</p>	<ul style="list-style-type: none"> – przestrzegać kolejności wykonywanych czynności podczas zabiegu na pocące się stopy, pękające pięty – rozróżniać techniki masażu stopy 	<ul style="list-style-type: none"> – uwzględniać wskazania i przeciwwskazania do zabiegu na stopy – dostosować ruchy rąk do założonego celu masażu – wykonać masaż kosmetyczny stopy zgodnie z założeniami metod
<p>Zabiegi upiększające naturalną płytkę paznokcia lakierami tradycyjnymi i hybrydowymi</p>	<ul style="list-style-type: none"> – dobierać metody i techniki wykonania określonych zabiegów upiększających naturalną płytkę paznokcia – stosować preparaty kosmetyczne do wykonywania określonych zabiegów upiększających naturalną płytkę paznokcia – omówić kształty dłoni i paznokci – wykonać lakierowanie paznokcia klasyczną techniką – wykonać zdobienie typu french – wykonać malowanie lakierem hybrydowym 	<ul style="list-style-type: none"> – wykorzystać techniki zdobienia naturalnej płytki paznokcia

OSIĄGANIE CELÓW KSZTAŁCENIA

Propozycje metod nauczania:
Praktyka zawodowa realizowana jest w gabinetach kosmetycznych oraz salonach spa pod opieką instruktorów praktycznej nauki zawodu. Uczniowie pod nadzorem profesjonalisty wykonują samodzielnie zabiegi kosmetyczne na klientach. Mają okazję nabyć doświadczenie w warunkach naturalnych, związanych z ich przyszłą pracą zawodową. Mogą też w warunkach rzeczywistych sprawdzić swoje umiejętności nabyte podczas nauki w pracowni kosmetyki w szkole. Zajęcia powinny być prowadzone z wykorzystaniem indywidualnej formy kształcenia w bezpośrednim kontakcie z klientem.
Obudowa dydaktyczna:
Regulamin wewnętrzny obowiązujący w miejscu odbywania praktyk.
Warunki realizacji:
Zajęcia edukacyjne z przedmiotu „Praktyka zawodowa” mogą być prowadzone w gabinetach kosmetycznych, salonach kosmetycznych, salonach spa, salonach odnowy biologicznej. W miejscu praktyk powinny znajdować się: kosmetyki i preparaty kosmetyczne, narzędzia i akcesoria, specjalistyczna aparatura do wykonywania poszczególnych zabiegów.
PROPONOWANE METODY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH UCZNIĄ/SŁUCHACZĄ
Ocena zrealizowanych zadań w ramach ćwiczeń, umiejętność pracy w zespole i słuchania innych, poziom zaangażowania, forma bieżąca sprawdzenia praktycznych umiejętności i wiedzy w toku wykonywanych zabiegów.
Wymiar praktyk: 4 tygodnie (140 godzin), na IV semestrze
EWALUACJA PRZEDMIOTU
Ewaluacja obejmująca całą grupę uczniów/słuchaczy. Ewaluacja przeprowadzona przed rozpoczęciem praktyk. Ewaluacja końcowa – koncentrująca się na analizie rezultatów i skutków programu zarówno założonych przed realizacją, jak i niepożądanych wynikłych w trakcie realizacji, opisana w postaci wniosków i rekomendacji do programu w następnych latach kształcenia. Proponowane metody badawcze zastosowane w ewaluacji przedmiotu: - ankieta – kwestionariusz ankiety (ankietą objęty pracodawca i uczeń); - wywiad, rozmowa – lista pytań; - analiza dokumentów – dzienniczek praktyk;