

Курс: «Косметик 3 разряда» -252 ак.ч

ПРОГРАММА КУРСА:

1. МОДУЛЬ: Уход на кожей лица и зоной декольте - 52 ак.ч

1. Введение (обзор)

-История создания косметологии как науки.

-Нормативные акты и правила, регламентирующие санитарно-гигиенические требования к личной гигиене косметолога.

Сан Пин 2.1.2. 1199-03. Стандарт ГОСТ-3 53108.

-Эстетика общения с клиентом.

-Эстетические требования к внешнему виду и профессиональный имидж косметолога.

2. Основы бактериологии

-Что такое бактериология. Типы и классификации бактерий. Рост и размножение бактерий.

-Роль бактерий и других микроорганизмов в развитии и распространении бактерий.

3. Дезинфекция и дезинфекционный контроль.

- Стерилизация. Стерилизаторы.

- Санация.

- Дезинфекция. Правильное применение дезинфектантов. Очистители и оборудование. Техника безопасности. Правила хранения

инструментов и материалов.

4. Подготовка клиента к обслуживанию.

- Общие правила подготовки к любому виду обслуживания.

- Правила подготовки к косметическому обслуживанию.

5. Основы анатомии.

-Анатомия головы и шеи.

-Мышцы лица и шеи.

6. Основы дерматологии и гистологии.

-Строение кожи.

-Морфологические элементы кожи.

-Типы кожи. Функции кожи. Цвет кожи. Кожные железы. Аллергичная кожа. Особенности кожи у детей и мужчин. Понятие о кожных линиях.

-Иннервация кожи. Тактильная чувствительность. Эластичность кожи.

7. Процесс старения.

-Факторы старения.

-Способы замедления процесса старения.

-Защита от солнца.

-Гимнастика для лица.

8. Кожные болезни. Трихология.

-Медицинские термины.

-Повреждения кожи (первичные и вторичные).

-Нарушение функций сальных желез.

-Нарушение пигментации.

-Гипертрофические процессы в коже.

-Восстановительная хирургия.

-Профессиональные заболевания косметологов (обзор).

9. Функциональные исследования в косметологии

-Лампа ВУДА.

-УЗИ-исследования.

10. Методы коррекции косметических недостатков кожи (кожа с куперозом, кожа с гиперпигментацией, мелкоморщинистая кожа) с помощью косметических средств и методик.

-Выполнение процедур с применением: инфракрасных лучей, гальванизации, электрического поля ультравысокой частоты (УВЧ),

дарсонвализации и др.

-Препараты терапии кожи.

11. Теория массажа.

-Основные приемы массажа.

-Физиологические механизмы действия массажа

-Подготовительная работа.

-Оборудование, инструменты и материалы.

-Процедура массажа. Технические приемы выполнения массажа лица.

-Лечебно-косметический массаж при различных отклонениях кожи от нормы.

12. Аппликации и маски для лица. Коррекции косметических недостатков

-Виды масок для лица.

-Механизм воздействия. Схема нанесения.

-Приготовление масок для лица.

-«Натуральная косметика».

-Домашние косметические средства.

13. Парафинотерапия. Действие парафина. Оборудование для процедуры.

-Парафинотерапия лица.

-Косметические средства и аксессуары для парафинотерапии лица.

-Показания и противопоказания.

-Методика выполнения.

-Парафинотерапия рук и ног. Аксессуары и средства. Методика выполнения.

14. Красота изнутри: питание, спорт, отдых. Психическое здоровье.

15. Зачет по модулю.

2. МОДУЛЬ: Уход за телом –гигиенический (оздоровительный) массаж -56 ак.ч

1. Введение.

2. Показания к массажу.

3. Противопоказания к массажу.

4. Основные гигиенические требования к процедурам массажа: к пациенту, массажисту, оборудованию и помещению.

5. Основные цели проведения массажа.

6. Положения пациента при проведении массажа.

7. Смазывающие средства (масла, крема, гели) и варианты их применения.

8. Приемы массажа:

- поглаживание

- растирание

- разминание

- ударные приемы

- вибрация

9. Методика и техника массажа отдельных частей тела:

- массаж волосистой части головы,

- шейно-воротниковой зоны;

- массаж рук (в положении лежа и сидя)

- кисти, предплечья и локтевого сустава;
 - оздоровительный массаж спины (грудной и поясничные отделы);
 - массаж задней поверхности бедра и ягодичной области;
 - массаж тазобедренного сустава;
 - массаж ног (голень и голеностопный сустав, коленный сустав);
 - массаж грудной клетки и живота;
 - массаж грудной клетки.
10. Общий массаж.
11. Техника массажа при повышенном волосяном покрове тела.
- Особенности и рекомендации при проведении массажа в домашних условиях.
12. Частные методики массажа:
- Баночный массаж.
 - Инструментальный массаж.
 - Аппаратный массаж.
 - Зоны проведения
 - Противопоказания
 - Показания
 - Техника
 - Методика
13. Теоретические особенности разновидностей массажа и SPA-процедур.
14. Зачет по модулю.

3. МОДУЛЬ: Уход за телом –антицеллюлитный массаж и обертывания-28 ак.ч

1. Введение. Анатомия и физиология целлюлита.
- Понятие о целлюлите.
 - Тургор кожи и его определение.
 - Особенности строения подкожно-жировой клетчатки у мужчин и женщин
 - Причины возникновения целлюлита.
 - Зоны локализации.
 - Степень выраженности целлюлита.
 - Определение степени выраженности целлюлита.
2. Антицеллюлитный массаж.
- Задачи антицеллюлитного массажа.
 - Противопоказания к проведению антицеллюлитного массажа.
 - Отработка приемов антицеллюлитного массажа на различных частях тела.
 - Техника, методика и средства.
 - Лимфодренаж.
3. Комплексный подход в работе массажиста для выполнения антицеллюлитного массажа.
- Сочетание антицеллюлитного массажа с физиопроцедурами.
 - Стоун терепия (массаж камнями)
 - Обертывания.SPA процедуры.
 - Миостимуляция.
 - Ангарный массаж.
 - Здоровое питание, эмоциональный настрой, физическая культура.
4. Новейшие достижения в области видоизменения тела.
5. Зачет по модулю.

4. МОДУЛЬ: Уход за телом –Депиляция (шугаринг и воск) -20 ак.ч

Депиляция сахаром (шугаринг)

- Введение
- Строение волоса, этапы роста
- Понятие депиляция и ее виды, отличие от эпиляции
- Преимущества сахарной депиляции
- Состав и разновидность пасты для шугаринга
 - Подбор плотности пасты в зависимости от расположения, длины, жесткости волоса и техники удаления
- Противопоказания к применению средств и проведению процедуры
- Перечень необходимых и возможных материалов
- Техника выполнения процедуры (бандажная, шпательная, пальчиковая и мануальная)
- Рекомендации по уходу за кожей после проведения процедуры
- Ценообразование и подсчет себестоимости процедуры
 - Отработка на практике 3-х зон различными методиками (голень-бедро, бикини-глубокое бикини, подмышки)
- Зачет по модулю

Депиляция воском

- Введение
- Строение волоса, этапы роста
- Понятие депиляция и ее виды, отличие от эпиляции
- Преимущества и недостатки восковой депиляции
- Виды воска
 - Подбор воска, температурного режима и другой косметики для проведения процедуры
- Противопоказания к применению средств и проведению процедуры
- Перечень необходимых и возможных материалов
- Техника выполнения процедуры
- Рекомендации по уходу за кожей после проведения процедур
- Зачет по модулю

5. МОДУЛЬ: Архитектура бровей 8 ак.ч

1. Введение
2. Материалы и инструменты
3. Санитарные правила
4. Показания и противопоказания к процедуре
5. Колористика
6. Строение бровей
7. Сравнение бровей и разметка
8. Коррекция неправильной формы бровей
9. Выбор формы бровей по типу лица
10. Возрастные брови
11. Удаление волосков
12. Разбор частых ошибок
13. Обсуждение всех нюансов
14. Отработка процедуры на моделях
15. Зачет по модулю