

**MATERIAŁ NAUCZANIA: PRAKTYKA ZAWODOWA****Ilość godzin:** 4 tygodnie (140 godzin)**MATERIAŁ NAUCZANIA PRAKTYKA ZAWODOWA kl. I**

Dział programowy	Tematy jednostek metodycznych	Liczba godz.	Wymagania programowe		Uwagi o realizacji
			Podstawowe <b>Uczeń potrafi:</b>	Ponadpodstawowe <b>Uczeń potrafi:</b>	Etap realizacji
I. Organizacja stanowiska pracy	1. Przygotowanie stanowiska zabiegowego		<ul style="list-style-type: none"><li>- ocenić stan pomieszczeń i urządzeń higieniczno-sanitarnych</li><li>- stosować zasady aseptyki i antyseptyki</li><li>- wyodrębnić i stosować metody i środki dezynfekcji i sterylizacji narzędzi do planowanego zabiegu</li><li>- dezynfekować powierzchnie, sprzęty, narzędzia i przybory kosmetyczne</li><li>- dobierać sprzęt i aparaturę kosmetyczną do zabiegu</li><li>- dobierać narzędzia, przybory i preparaty kosmetyczne do zabiegu</li><li>- przygotować sprzęt i aparaturę kosmetyczną do zabiegu</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- opisać metody skutecznej ochrony przed zakażeniami</li><li>- dostosować stanowisko pracy do określonego zabiegu</li><li>- wykorzystać znajomość przepisów bhp podczas wykonywania zabiegu</li><li>- przestrzegać zasad aseptyki i antyseptyki podczas wykonywania zabiegów kosmetycznych</li></ul>	Semestr II
	2. Przygotowanie kosmetyczki i klientki do zabiegu		<ul style="list-style-type: none"><li>- opisać zasady sanitarne obowiązujące w gabinecie kosmetycznym</li><li>- opisać środki ochrony indywidualnej i zbiorowej w zabiegach pielęgnacyjnych</li><li>- przygotować klienta do zabiegu pielęgnacyjnego zgodnie z przepisami bhp</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- dostosować środki ochrony indywidualnej do zabiegów pielęgnacyjnych i upiększających skóry twarzy, dłoni, stóp i reszty ciała</li></ul>	Semestr II
	3. Uporządkowanie stanowiska pracy		<ul style="list-style-type: none"><li>- dezynfekować i sterylizować narzędzia różnymi metodami</li><li>- dezynfekować stanowisko zabiegowe, sprzęt i aparaturę kosmetyczną</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- przygotować roztwór dezynfekcyjny</li><li>- przygotować pakiety oraz warunki ich przechowywania po procesie sterylizacji</li></ul>	Semestr II

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- porządkować przybory i preparaty kosmetyczne</li> <li>- wymieniać sposoby zarażenia się chorobami</li> </ul>		
II. Diagnostyka kosmetyczna	1. Skóra twarzy i rodzaje cery		<ul style="list-style-type: none"> <li>- opisać rodzaje cery</li> <li>- opisać rodzaje skóry głowy</li> <li>- dostosować postępowanie wobec klienta z chorobami skóry i jej przydatków</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dokonać podziału skóry ze względu na jej cechy fizjologiczne i sposoby pielęgnacji</li> </ul>	Semestr II
	2. Metody/narzędzia diagnostyczne		<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozróżnić pojęcie wywiadu wstępnego i wywiadu rozszerzonego</li> <li>- formułować pytania do wywiadu</li> <li>- określić wskazania do zabiegu pielęgnacyjnego</li> <li>- określić przeciwwskazania do zabiegu pielęgnacyjnego</li> <li>- uzupełnić kartę klienta danymi pozyskanymi w trakcie wywiadu i diagnozy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wybierać metody diagnostyczne</li> <li>- stosować aparaturę diagnostyczną</li> <li>- dostosować rodzaj zabiegu na podstawie ustalonych wskazań i przeciwwskazań</li> <li>- wpisać w kartę klienta informacje z przebiegu zabiegu wraz z zaleceniami pielęgnacyjnymi</li> </ul>	Semestr II
III. Pielęgnacja skóry twarzy	1. Masaż twarzy, szyi i dekoltu		<ul style="list-style-type: none"> <li>- omówić wskazania i przeciwwskazania do masażu twarzy</li> <li>- omówić techniki masażu twarzy, szyi i dekoltu: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, oklepywanie, wibracja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykonać masaż kosmetyczny twarzy: relaksacyjny</li> <li>- dostosować ruchy rąk do założonego celu masażu</li> </ul>	Semestr II
	2. Pielęgnacja skóry głowy		<ul style="list-style-type: none"> <li>- omówić podstawowe choroby włosów i problemy pielęgnacyjne</li> <li>- omówić sposoby pielęgnacji skóry głowy w gabinecie kosmetycznym oraz w warunkach domowych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wybierać narzędzia i przybory do wykonania kolejnych czynności podczas zabiegu pielęgnacyjnego skóry głowy</li> </ul>	Semestr II
	3. Zabiegi oczyszczania skóry twarzy		<ul style="list-style-type: none"> <li>- omówić preparaty kosmetyczne wykorzystywane w zabiegach oczyszczania skóry twarzy</li> <li>- wykonać zabieg oczyszczania skóry twarzy zgodnie z procedurami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przygotować skórę do oczyszczania, stosując różne formy jej rozpułchniania, np. czynniki termiczne (wapozon, kataplazma, borowina, podczerwień), ultradźwięki (kawitacja), okluzyjne (parafina), chemiczne (kwasy), mechaniczne (mikrodermabrazja)</li> <li>- stosować dezynfekcję</li> </ul>	Semestr II

				chemiczną i fizyczną - wyodrębnić ze względu na skład i działanie maski kosmetyczne stosowane po zabiegu oczyszczania	
IV. Upiększanie okolicy oczu	1. Farbowanie brwi i rzęs		- opisać zabieg farbowania rzęs i brwi zgodnie z procedurą	- wykonać zabieg farbowania rzęs i brwi - wykonać regulację łuku brwiowego - wykonać zabiegi podkręcające, wydłużające i zagęszczające rzęsy	Semestr II
V. Zabiegi pielęgnacyjne dłoni	1. Zabiegi manicure		- rozróżnić rodzaje manicure'u (tradycyjny, biologiczny, japoński, francuski, na ciepło) - wymienić kolejność zabiegu pielęgnacyjnego dobranego do problemów skóry dłoni	- uwzględniać wskazania i przeciwwskazania do zabiegu pielęgnacji dłoni - dobierać rodzaj zabiegu do występujących defektów skóry - stosować kolejne czynności zgodnie z metodyką zabiegów pielęgnacyjnych	Semestr II
<b>RAZEM:</b>					

#### MATERIAŁ NAUCZANIA PRAKTYKA ZAWODOWA kl. II

Dział programowy	Tematy jednostek metodycznych	Liczba godz.	Wymagania programowe		Uwagi o realizacji
			Podstawowe <b>Uczeń potrafi:</b>	Ponadpodstawowe <b>Uczeń potrafi:</b>	Etap realizacji
I. Organizacja stanowiska pracy	1. Przygotowanie stanowiska zabiegowego		- ocenić stan pomieszczeń i urządzeń higieniczno-sanitarnych - stosować zasady aseptyki i antyseptyki - wyodrębnić i stosować metody i środki dezynfekcji i	- opisać metody skutecznej ochrony przed zakażeniami - dostosować stanowisko pracy do określonego zabiegu - wykorzystać znajomość przepisów bhp podczas	Semestr IV

			<ul style="list-style-type: none"> <li>sterylizacji narzędzi do planowanego zabiegu</li> <li>- dezynfekować powierzchnie, sprzęty, narzędzia i przybory kosmetyczne</li> <li>- dobierać sprzęt i aparaturę kosmetyczną do zabiegu</li> <li>- dobierać narzędzia, przybory i preparaty kosmetyczne do zabiegu</li> <li>- przygotować sprzęt i aparaturę kosmetyczną do zabiegu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wykonywania zabiegu</li> <li>- przestrzegać zasad aseptyki i antyseptyki podczas wykonywania zabiegów kosmetycznych</li> </ul>	
	2. Przygotowanie kosmetyczki i klientki do zabiegu		<ul style="list-style-type: none"> <li>- opisać zasady sanitarne obowiązujące w gabinecie kosmetycznym</li> <li>- opisać środki ochrony indywidualnej i zbiorowej w zabiegach pielęgnacyjnych</li> <li>- przygotować klienta do zabiegu pielęgnacyjnego zgodnie z przepisami bhp</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dostosować środki ochrony indywidualnej do zabiegów pielęgnacyjnych i upiększających skóry twarzy, ciała, dłoni i stóp</li> </ul>	Semestr IV
	3. Uporządkowanie stanowiska pracy		<ul style="list-style-type: none"> <li>- dezynfekować i sterylizować narzędzia różnymi metodami</li> <li>- dezynfekować stanowisko zabiegowe, sprzęt i aparaturę kosmetyczną</li> <li>- porządkować przybory i preparaty kosmetyczne</li> <li>- wymieniać sposoby zarażenia się chorobami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przygotować roztwór dezynfekcyjny</li> <li>- przygotować pakiety oraz warunki ich przechowywania po procesie sterylizacji</li> </ul>	Semestr IV
II. Diagnostyka kosmetyczna	1. Skóra twarzy i rodzaje cery		<ul style="list-style-type: none"> <li>- opisać rodzaje cery</li> <li>- opisać rodzaje skóry głowy</li> <li>- dostosować postępowanie wobec klienta z chorobami skóry i jej przydatków</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dokonać podziału skóry ze względu na jej cechy fizjologiczne i sposoby pielęgnacji</li> </ul>	Semestr IV
	2. Metody/ narzędzia diagnostyczne		<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozróżnić pojęcie wywiadu wstępnego i wywiadu rozszerzonego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wybierać metody diagnostyczne</li> <li>- stosować aparaturę</li> </ul>	Semestr IV

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- formułować pytania do wywiadu</li> <li>- określić wskazania do zabiegu pielęgnacyjnego</li> <li>- określić przeciwwskazania do zabiegu pielęgnacyjnego</li> <li>- uzupełnić kartę klienta danymi pozyskanymi w trakcie wywiadu i diagnozy</li> </ul>	<p>diagnostyczną</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- dostosować rodzaj zabiegu na podstawie ustalonych wskazań i przeciwwskazań</li> <li>- wpisać w kartę klienta informacje z przebiegu zabiegu wraz z zaleceniami pielęgnacyjnymi</li> </ul>	
III. Pielęgnacja skóry twarzy i ciała	1. Masaż twarzy, szyi i dekoltu, masaż ciała		<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozróżnić techniki masażu</li> <li>- stosować przybory do masażu (kamienie, stemple, bańka chińska)</li> <li>- wykazać znajomość budowy mięśniowej człowieka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dostosować ruchy rąk do założonego celu masażu</li> <li>- wykonać masaż kosmetyczny zgodnie z polskimi i zagranicznymi założeniami metod masażu</li> <li>- wykonać masaż piersi</li> </ul>	Semestr IV
	2. Zabiegi pielęgnacyjne skóry twarzy, szyi i dekoltu		<ul style="list-style-type: none"> <li>- omówić procedury przeprowadzania zabiegu pielęgnacyjnego skóry twarzy: nawilżającego, złuszczonego, normalizującego, odżywczonego, liftingującego, regenerującego</li> <li>- omówić przebieg zabiegu pielęgnacyjnego na skórę szyi i dekoltu</li> <li>- omówić zabiegi pielęgnacyjne, wraz ze składnikami aktywnymi, dla poszczególnych rodzajów cer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dobierać metody i techniki pracy do wykonania określonych zabiegów pielęgnacyjnych</li> <li>- kompletować preparaty kosmetyczne do wykonywania określonych zabiegów pielęgnacyjnych</li> <li>- dostosować narzędzia i przybory do wykonywania określonych zabiegów pielęgnacyjnych</li> <li>- stosować aparaturę wykorzystującą czynniki fizykalne</li> <li>- przestrzegać kolejności wykonywanych czynności w wybranym zabiegu pielęgnacyjnym</li> <li>- określić cele zabiegu</li> <li>- opisać efekty pozabiegowe</li> </ul>	Semestr IV
	3. Zabiegi oczyszczania skóry		<ul style="list-style-type: none"> <li>- omówić preparaty kosmetyczne wykorzystywane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozróżnić zabiegi oczyszczania pod względem</li> </ul>	Semestr IV

	<p>twarży i pleców</p>		<p>w zabiegach oczyszczania skóry twarzy</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wykonać zabieg oczyszczania skóry twarzy i pleców zgodnie z procedurami</li> </ul>	<p>stopnia zanieczyszczenia skóry, rodzaju występujących zanieczyszczeń i obszaru działania</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- przygotować skórę do oczyszczania, stosując różne formy jej rozpułchniania, np. czynniki termiczne (wapozon, kataplazma, borowina, podczerwień), ultradźwięki (kawitacja), okluzyjne (parafina), chemiczne (kwasy), mechaniczne (mikrodermabrazja)</li> <li>- stosować dezynfekcję chemiczną i fizyczną</li> <li>- wyodrębnić ze względu na skład i działanie maski kosmetyczne stosowane po zabiegu oczyszczania</li> </ul>	
	<p>4. Pielęgnacja skóry głowy</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- omówić podstawowe choroby włosów i problemy pielęgnacyjne</li> <li>- omówić sposoby pielęgnacji skóry głowy w gabinecie kosmetycznym oraz w warunkach domowych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- podać przykład zabiegu pielęgnacyjnego skóry głowy w sytuacji występowania zdiagnozowanego problemu</li> <li>- wymieniać składniki aktywne preparatów stosowanych w zabiegach skóry głowy</li> <li>- dobierać metody i techniki aplikacji preparatu metodą manualną i aparaturową (masaż, mezoterapia mikroigłowa, darsonwalizacja)</li> <li>- wybierać narzędzia i przybory do wykonania kolejnych czynności w</li> </ul>	<p>Semestr IV</p>

				zabiegu pielęgnacyjnym skóry głowy	
	5. Zabiegi pielęgnacyjne skóry twarzy i ciała z zastosowaniem aparatury kosmetycznej		- omówić aparaturę kosmetyczną wykorzystywaną w zabiegach pielęgnacyjnych skóry twarzy i ciała w zależności od problemu skóry	- 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 - dostosować preparaty kosmetyczne do zastosowanych urządzeń w zabiegu - przewidywać efekty działania zastosowanych w zabiegach preparatów i urządzeń	Semestr IV
	6. Zabiegi pielęgnacyjne i relaksacyjne ciała		- 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	- stosować aromaterapię w zabiegach relaksacyjnych ciała - wyodrębnić składniki aktywne stosowane w preparatach do pielęgnacji ciała - wyodrębnić składniki aktywne stosowane w preparatach do pielęgnacji biustu - wykonać zabieg pielęgnacyjny ciała w sytuacji występowania problemu otyłości, cellulitu i	Semestr IV

			kremowych	rozstępów, w oparciu o wybrane metody i techniki pracy - wykonać zabieg pielęgnacyjny biustu w oparciu o wybrane metody i techniki pracy	
	7. Depilacja ciała		- 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	- wykonać zabieg depilacji z rozróżnieniem obszaru skóry i rodzaju włosa - wykonać zabieg z użyciem wosków miękkich, twardych, pasty cukrowej, zgodnie z techniką pracy	Semestr IV
IV. Upiększanie okolicy oczu	1. Farbowanie brwi i rzęs		- opisać zabieg farbowania rzęs i brwi zgodnie z procedurą	- wykonać zabieg farbowania rzęs i brwi - wykonać regulację łuku brwiowego - wykonać zabiegi podkreślające, wydłużające i zagęszczające rzęsy	Semestr IV
	2. Zabiegi pielęgnacyjne i upiększające okolic oczu		- omówić zabiegi pielęgnacyjne skóry wokół oczu, uwzględniając problem obrzęku, zasinienia, zmarszczek mimicznych - opisać zabieg farbowania rzęs i brwi zgodnie z procedurą	- 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 podkreślające, wydłużające i zagęszczające rzęsy	Semestr IV
V. Wykonanie makijażu	1. Rodzaje makijażu		- omówić rodzaje makijażu okazjonalnych: make-up no	- wykonać makijaż dzienny, okazjonalny i fantasyjny	Semestr IV

			make-up, dzienny, wieczorowy, ślubny, fantazyjny, fotograficzny	- wykonać zabieg farbowania brwi i rzęs - wykonać elementy makijażu charakteryzatorskiego	
	2. Techniki wykonania makijażu		- omówić przebieg wykonania makijażu - wykonać zadania z zachowaniem symetrii - posługiwać się narzędziami w okolicy oczu w sposób precyzyjny	- dobierać metody i techniki do wykonania makijażu - wykonać makijaż z uwzględnieniem kolejności wykonywanych technik: 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, kępek, metody 1:1, liftingu rzęs	Semestr IV
VI. Zabiegi pielęgnacyjne dłoni	1. Zabiegi manicure		- rozróżniać rodzaje manicure'u (tradycyjny, biologiczny, japoński, francuski, na ciepło) - wymienić kolejność zabiegu pielęgnacyjnego dobranego do problemów skóry dłoni	- uwzględniać wskazania i przeciwwskazania do zabiegu pielęgnacji dłoni - dobierać rodzaj zabiegu do występujących defektów skóry - wykonywać kolejne czynności zgodnie z metodyką zabiegów pielęgnacyjnych	Semestr IV
	2. Zabiegi pielęgnacyjne dłoni		- dobierać sprzęt i aparaturę kosmetyczną do zabiegu - wymienić kolejność czynności podczas zabiegu pielęgnacyjnego dobranego do problemów skóry dłoni - omówić parafinoterapię - rozróżniać techniki masażu	zabiegu SPA na dłonie - dobierać rodzaj zabiegu do występujących defektów skóry dłoni - stosować kolejne czynności zgodnie z metodyką zabiegu parafinowego, na przebarwienia, nadmierne	Semestr IV

			dłoni	pocenie - dostosować ruchy rąk do założonego celu masażu - wykonać masaż kosmetyczny dłoni zgodnie z założeniami metod	
VII. Zabiegi pielęgnacyjne stóp	1. Pedicure kosmetyczny i leczniczy		- 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	- 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	Semestr IV
	2. Zabiegi pielęgnacyjne spa na stopy		- przestrzegać kolejności wykonywanych czynności podczas zabiegu na pocące się stopy, pękające pięty - rozróżniać techniki masażu stopy	- uwzględniać wskazania i przeciwwskazania do zabiegu na stopy - dostosować ruchy rąk do założonego celu masażu - wykonać masaż kosmetyczny stopy zgodnie z założeniami metod	Semestr IV
VIII. Zabiegi upiększające naturalną płytkę paznokcia	1. Zabiegi upiększające naturalną płytkę paznokcia lakierami		- dobierać metody i techniki wykonania określonych zabiegów upiększających naturalną płytkę paznokcia - stosować preparaty	- wykorzystać techniki zdobienia naturalnej płytki paznokcia	Semestr IV

	tradycyjnymi i hybrydowymi		kosmetyczne do wykonywania określonych zabiegów upiększających naturalną płytkę paznokcia naturalną płytkę paznokcia - omówić kształty dłoni i paznokci - wykonać lakierowanie paznokcia klasyczną techniką - wykonać zdobienie typu french - wykonać malowanie lakierem hybrydowym		
<b>Razem:</b>					