

**Приложение № 1**  
**К программе профессиональной**  
**переподготовке «Косметик-эстетист»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

Реализация дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки в **ООО "ФУНДАМЕНТАЛЬНАЯ ШКОЛА КОСМЕТОЛОГИИ ИЛЬИ ВАЙГАЧЕВА"** ориентирована на компетентностный подход, призванный устанавливать соответствие между требованиями к подготовке специалиста (его компетентности в соответствии с предъявляемыми требованиями), содержанием дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки и результатами обучения.

Компетенция – это способность применять знания, умения и личностные качества для успешной деятельности в определённой области; могут быть:

- общекультурными (ОК),
- общепрофессиональными (ОПК),
- профессиональными (ПК).

Результаты обучения – это усвоенные знания, умения и навыки.

Целью реализации настоящей программы профессиональной переподготовки является формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности, приобретения новой квалификации.

№	Наименование дисциплины	Всего, час.	В том числе:			Форма контроля
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
<b>Общепрофессиональные дисциплины</b>						
1	Анатомия и физиология человека	36	10	8	18	Экз.
2	Санитария и гигиена	36	10	8	18	Экз.
3	Психология общения и профессиональная этика	32	8	8	16	Экз.
4	Диагностика и коррекция возрастных дисфункций	24	8	4	12	Зач.
<b>Специальные дисциплины</b>						
5	Предоставление услуг по косметическому уходу за кожей лица, шеи и зоны декольте	72	18	18	36	Экз.
6	Предоставление услуг по косметическому уходу за телом в целях омоложения и коррекции проблемных зон	16	4	4	8	Зач.
7	Бизнес-планирование и продвижение в сфере эстетических услуг	16	4	4	8	Зач.
8	Правила оказания первой доврачебной помощи	16	4	4	8	Зач.
<b>Всего</b>		<b>248</b>	<b>66</b>	<b>58</b>	<b>124</b>	
Итоговый междисциплинарный экзамен		4				
<b>Итого:</b>		<b>252</b>				

- Раздел 1. Анатомия и физиология человека – 36 часов

Анатомия: общая характеристика уровней организации строения тела человека

- Занятие 1. Анатомия: общая характеристика уровней организации строения тела человека.

- Органы и системы органов человека

- Занятие 1. Анатомия нервной системы человека.
- Занятие 2. Кардиореспираторная система человека: основные функции и показатели.
- Занятие 3. Анатомия желудочно-кишечного тракта человека: строение, органы и функции.
- Занятие 4. Анатомия мочеполовой системы человека: строение,

органы и функции.

- Анатомия мышц и фасций лица и шеи человека
  - Занятие 1. Анатомия мышц и фасций лица и шеи человека.
  - Занятие 2. Строение и функции кожи человека.
- Теоретические основы физиологии человека как науки
  - Занятие 1. Теоретические основы физиологии человека.
- Основы физиологии внутренних органов и систем организма
  - Занятие 1. Физиология пищеварения, обмена веществ и энергии. Рациональное питание.
  - Занятие 2. Физиология почек и мочевыделительной системы.
  - Занятие 3. Физиология сердечно-сосудистой системы.
  - Занятие 4. Физиологические особенности кожи: защитные и рецептивные функции, гендерные различия, кожные заболевания.
- Самостоятельная работа слушателей
  - Занятие 1. Анатомия, физиология и патология органов слуха, речи и зрения.
  - Занятие 2. Анатомия опорно-двигательного аппарата человека.
  - Занятие 3. Физиология и гигиена мышечной деятельности.
  - Занятие 4. Физиология и гигиена нервной системы.
  - Занятие 5. Физиология и гигиена: регуляция поз и движений.
- Раздел 2. Санитария и гигиена – 36 часов

- Микробиология и эпидемиология
  - Занятие 1. Основы микробиологии. Понятие о микроорганизмах и их жизнедеятельности.
  - Занятие 2. Основы эпидемиологии. Иммунитет. Профилактика инфекционных заболеваний.
  - Занятие 3. Биологические факторы внешней среды и профилактика инфекционных заболеваний.
- Основы гигиены и санитарии
  - Занятие 1. Основы гигиены и санитарии.
- Дерматология
  - Занятие 1. Физиологические особенности кожи: защитные и рецептивные функции, гендерные различия, кожные заболевания.
  - Занятие 2. Кожные заболевания, передающиеся контактно-бытовым путем.
- Профессиональная гигиена специалистов по предоставлению бытовых косметических услуг и их профилактика
  - Занятие 1. Санитарно-гигиенические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих бытовые косметические услуги.
  - Занятие 2. Санитарно-гигиенические требования к организации рабочего места специалиста по предоставлению бытовых косметических услуг, дезинфекции и стерилизации инструментов, утилизации отходов.

- Занятие 3. Профессиональные заболевания специалистов по предоставлению бытовых косметических услуг и их профилактика.
- Самостоятельная работа слушателей
  - Занятие 1. Гигиена закаливания.
  - Занятие 2. Гигиеническая характеристика основных факторов воздушной среды, воды и почвы.
- Раздел 3. Психология общения и профессиональная этика – 32 часа.
  - Теоретико-методологические основы социальной психологии
    - Занятие 1. Теоретико-методологические основы социальной психологии.
    - Занятие 2. Социальная психология общения и взаимодействия людей.
  - Психология общения
    - Занятие 1. Психология делового общения. Проявление индивидуально-психологических особенностей личности в деловом общении.
    - Занятие 2. Психология общения: модели эффективного взаимодействия в диаде “работник сферы индивидуальных услуг – клиент”.
    - Занятие 3. Нормы и правила профессиональной этики и профессионального общения специалиста по предоставлению бытовых косметических услуг.
  - Профессиональная этика и этикет
    - Занятие 1. Этика и культура делового общения как условие

эффективности профессиональной деятельности специалиста в сфере обслуживания.

- Занятие 2. Основы этической культуры: деловая беседа, речевой этикет, оформление визитных карточек.
- Конфликты в деловом общении: причины и стратегии их разрешения
  - Занятие 1. Конфликты в деловом общении: причины, типология, структура, стратегии и тактики разрешения.
- Самостоятельная работа слушателей
  - Занятие 1. Коммуникативная сторона общения, или Как взаимодействуют вербальное и невербальное поведение человека.
  - Занятие 2. Классификация жестов в невербальном общении.
  - Занятие 3. Деловой имидж и его значение в жизни современного человека.
  - Занятие 4. Психология общения: модели эффективного взаимодействия в диаде "персональный тренер – клиент".
- Раздел 4. Правила оказания первой доврачебной помощи – 16 часов.
  - Правила оказания первой доврачебной помощи при проведении бытовых косметических процедур
    - Занятие 1. Правила оказания первой доврачебной помощи при проведении бытовых косметических процедур.
  - Первая медицинская помощь при аллергических реакциях и сердечно-сосудистой недостаточности
    - Занятие 1. Первая медицинская помощь при аллергических реакциях и судорожных состояниях.

- Занятие 2. Первая медицинская помощь при острой сердечно-сосудистой недостаточности.
- Первая медицинская помощь при ранах и наружном и внутреннем кровотечении
  - Занятие 1. Первая медицинская помощь при ранах. Понятия: асептика и антисептика. Наложение мягких бинтовых повязок.
  - Занятие 2. Первая медицинская помощь при ранах. Понятия: асептика и антисептика. Наложение мягких бинтовых повязок (практикум).
  - Занятие 3. Первая медицинская помощь при наружном и внутреннем кровотечении.
- Первая медицинская помощь при термотравме и электротравме
  - Занятие 1. Первая медицинская помощь при термотравме: ожогах, отморожениях, общем замерзании.
  - Занятие 2. Первая медицинская помощь при электротравме, ударе молнии.
- Самостоятельная работа слушателей
  - Занятие 1. Первая медицинская помощь при наружном и внутреннем кровотечении (практикум).
  - Занятие 2. Первая медицинская помощь при электротравме, ударе молнии (практикум).
  - Занятие 3. Первая медицинская помощь при термотравме: ожогах, отморожениях, общем замерзании (практикум).
- Раздел 5. Диагностика и коррекция возрастных дисфункций – 24 часа.
  - Возрастные дисфункции: понятие, причины и симптоматика

## возрастных изменений организма человека

- Занятие 1. Концепция Anti Age в современной косметологии.
- Занятие 2. Возрастные дисфункции: понятие, причины и симптоматика возрастных изменений организма человека. Типы старения.
- Биомеханика старения лица и тела человека
  - Занятие 1. Биомеханика старения лица человека: диагностика и коррекция возрастных изменений, типы лицевой патологии.
  - Занятие 2. Биомеханика старения тела человека: диагностика и коррекция возрастных изменений, типы патологии.
- Профилактика преждевременного старения организма и раннее выявление патологии покровных тканей
  - Занятие 1. Профилактика преждевременного старения организма и раннее выявление патологии покровных тканей.
  - Занятие 2. Естественное омоложение лица и тела: современные технологии, методики, процедуры.
- Самостоятельная работа слушателей
  - Занятие 1. Психореабилитация возрастных дисфункций: комплекс мероприятий по формированию позитивного мышления, поведения, имиджа и эмоций, ведение активного образа жизни.
  - Занятие 2. Психосоматика как способ управления своим здоровьем: современные методы, модели и подходы.
- Раздел 6. Предоставление услуг по косметическому уходу за кожей лица, шеи и зоны декольте – 72 часа

- Основы косметического ухода за кожей лица
  - Занятие 1. Основной уход за кожей лица: особенности строения и типы кожи, общие правила и этапы ухода.
  - Занятие 2. Основы косметического ухода за кожей лица в зависимости от возрастных и гендерных особенностей.
  - Занятие 3. Подготовительные работы в уходе за лицом: стратегия и тактика в уходе за кожей, косметические средства, поверхностное очищение кожи лица.
  - Занятие 4. Проблемная кожа лица: причины, признаки, диагностика и способы решения.
- Глубокое очищение кожи лица. Пилинги
  - Занятие 1. Глубокое очищение кожи лица. Пилинги.
- Косметический массаж лица и шеи
  - Занятие 1. Косметический массаж: анатомо-физиологические основы воздействия на организм, история возникновения, показания и противопоказания, гигиенические требования, массажные средства.
  - Занятие 2. Разновидности косметического массажа лица и шеи: цели и задачи, показания и противопоказания, подготовка и методика проведения, эффект от процедуры.
  - Занятие 3. Массаж и маски для лица.
  - Занятие 4. Методика проведения косметического самомассажа лица и шеи. Аромакосметический массаж.
- Аппаратные методики в уходе за лицом

- Занятие 1. Аппаратные методики в уходе за лицом: ультразвук, микротоки, дарсонвализация, вакуум.
- Занятие 2. Аппаратные методы коррекции возрастных изменений: лимфопресс, вакуумный массаж. Значение физической культуры в профилактике старения.
- Занятие 3. Дермопорация кожи как инновационная технология эстетической косметологии.
- Современные методики подбора косметических средств по уходу за кожей лица и тела с учетом состава и индивидуальных особенностей
  - Занятие 1. Косметическая химия: основа косметического средства, функциональные и биологически активные ингредиенты.
  - Занятие 2. Современные методики подбора косметических средств по уходу за кожей лица и тела с учетом состава и индивидуальных особенностей.
  - Занятие 3. Система ухода за кожей в домашних условиях с целью профилактики старения: очищение, стимуляция, защита.
- Фейсбилдинг как гимнастика для лица
  - Занятие 1. Фейсбилдинг как гимнастика для лица: общая характеристика, история возникновения, показания и противопоказания, комплекс упражнений для укрепления мышц лица.
  - Занятие 2. Лицевая гимнастика: комплексы упражнений, подготовка и методика проведения.
- Самостоятельная работа слушателей

- Занятие 1. Ультрафиолетовое излучение и его воздействие на организм человека: виды УФ-лучей и фототипов, эффект фотостарения кожи, косметические солнцезащитные средства.
- Раздел 7. Предоставление услуг по косметическому уходу за телом в целях омоложения и коррекции проблемных зон – 16 часов
  - Косметический уход за телом: разновидности массажа, концепция SPA, драйбрашинг
    - Занятие 1. Косметический уход за телом: разновидности массажа, концепция SPA.
    - Занятие 2. Оздоровительный массаж тела, история, показания, противопоказания, приемы. Самомассаж тела. Драйбрашинг.
  - Эпилляция и депилляция лица и тела
    - Занятие 1. Эпилляция и депилляция лица и тела: разновидности, показания и противопоказания, подготовка и порядок проведения, средства ухода за кожей после процедуры.
  - Целлюлит как косметическая проблема внешнего вида кожи тела: причины появления, признаки, стадии развития, профилактика
    - Занятие 1. Целлюлит как косметическая проблема внешнего вида кожи тела: причины появления, признаки, стадии развития, профилактика.
  - Обертывания как способ оздоровительного воздействия на кожу тела и всего организма: виды, показания и противопоказания, этапы проведения и результат процедуры, основные компоненты составов для обертываний
    - Занятие 1. Обертывания как способ оздоровительного воздействия на кожу тела и всего организма: виды, показания и противопоказания, этапы проведения и результат процедуры,

основные компоненты составов для обертываний.

- Раздел 8. Бизнес-планирование и продвижение в сфере эстетических услуг – 16 часов
  - Исследование поведения потребителей как основа формирования бизнес-идеи: типы, управление, мотивация
    - Занятие 1. Мировой рынок красоты: основные тенденции, тренды и перспективы развития.
  - Стандарты качества обслуживания клиентов в сфере бытовых косметических услуг
    - Занятие 1. Основы бизнес-планирования: продвижение бытовых косметических услуг.
  - Бизнес-планирование: расчет стоимости оказанных клиенту бытовых косметических услуг
    - Занятие 1. Основы бизнес-планирования: расчет себестоимости бытовых косметических услуг.
  - Организация обслуживания клиентов в сфере оказания бытовых косметических услуг
    - Занятие 1. Стандарты качества обслуживания клиентов в сфере бытовых косметических услуг.
  - Самостоятельная работа слушателей
    - Занятие 1. Как составить бизнес-план: практическое руководство для начинающих.
    - Занятие 2. Бизнес-планирование: понятие, роль и место в системе управления предприятием.
    - Занятие 3. Бизнес-план субъекта малого предпринимательства: структура и содержание основных разделов.

