

ЧОУ ДО «ЕВРОПЕЙСКАЯ ШКОЛА КОРРЕСПОНДЕНТСКОГО ОБУЧЕНИЯ»

«Принята»

решением УМС ЧОУ ДО «ЕШКО»
(протокол № 1
от «09» января 2018 г.)

«Утверждена»

приказом № 1
директора ЧОУ ДО «ЕШКО»
от «09» января 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

заочного курса

«Визаж и секреты красоты»*

**Набор обучающихся на курс и реализация программы для продолжающих обучение осуществляется в соответствии с приказом директора ЧОУ ДО «ЕШКО» №28 от 03.08.15 г.*

Курс разработан
Европейской школой корреспондентского обучения.

Белгород, 2018

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Цели образовательного процесса

Программа заочного курса «Визаж и секреты красоты» является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой, реализуемой с целью удовлетворения индивидуальных образовательных потребностей и интересов граждан в получении необходимых теоретических знаний и навыков эстетического ухода за внешностью для:

- сохранения молодости и красоты;
- приобретения практики создания индивидуального имиджа;
- эффективного использования современных косметических средств для правильного ухода за кожей лица и тела в домашних условиях;
- повышения потребительской грамотности при выборе косметической продукции и профессиональных косметических услуг;
- формирования интереса к профессиям, востребованным на рынке труда.

1.2. Рекомендуемый исходный образовательный уровень

Курс ориентирован на взрослых, имеющих образование не ниже основного общего.

1.3. Форма обучения на курсе: заочная.

1.4. Дистанционные образовательные технологии, используемые для организации учебного процесса:

- кейс-технология (обучающимся предоставляются комплекты печатных учебно-методических материалов для самостоятельного изучения);
- интернет-технологии (обучающимся предоставляется возможность выполнения и получения проверенных домашних работ через Интернет для осуществления текущего контроля знаний и контактов с преподавателем, а также возможность доступа к дополнительным образовательным услугам и ресурсам ЕШКО в электронной среде).

1.5. Способ доставки учебных и методических материалов:

- корреспондентский (рассылка почтой): учебные журналы с бланками домашних работ, итоговый экзаменационный тест и т.д.;
- через Интернет (пробный урок, программа курса, домашние работы и т.д.).

1.6. Нормативный срок освоения программы курса с учетом прохождения итоговой аттестации (сдачи письменного заочного итогового экзамена):

- 18 месяцев в нормальном темпе обучения (освоение одного учебного журнала в месяц);
- 10 месяцев в ускоренном темпе обучения (освоение двух учебных журналов в месяц);
- 7 месяцев в ускоренном темпе обучения (освоение трех учебных журналов в месяц).

1.7. Общий объем учебной работы: 260 часов. Включает изучение учебных материалов курса, выполнение практических заданий и домашних работ (256 часов) + выполнение заданий письменного заочного итогового экзаменационного теста (нормативное время – 4 часа).

1.8. Рекомендуемое время изучения одного тематического блока (1 учебного журнала-модуля, содержащего 2 урока): 16 часов в месяц / 4 часа в неделю / не менее 30 минут в день.

1.9. Учебно-методическое обеспечение в рамках программного комплекта материалов курса (кейса):

– *Пробный урок* дает представление о системе обучения на курсе, методе подачи материала, содержании курса. Включает советы и рекомендации по организации эффективной работы над учебным материалом, фрагменты уроков курса, упражнения, образец выполнения домашнего задания. Предлагается в электронной версии, размещенной на сайте ЕШКО.

– *Учебные журналы-модули* (общее количество учебных журналов – 16 / уроков – 32) содержат теоретический материал, практические упражнения, методические рекомендации, домашние работы на бланках-вкладышах (общее количество домашних работ – 32). Учебный журнал с уроками 1-2 включает программу курса (содержание).

– *Письмо старшего преподавателя*, включающее методические рекомендации и разъяснения, касающиеся основных этапов организации учебного процесса. Предоставляется с уроками 1-2.

– *Итоговый экзаменационный тест* построен на материале всего курса, включает теоретическую и практическую части и при успешном прохождении дает право на получение Свидетельства ЕШКО. Предоставляется с учебными материалами последнего урока.

1.10. Дополнительное учебно-методическое обеспечение:

- **Возможность заказать в соответствии с индивидуальными образовательными потребностями за дополнительную плату:**

– видеопрактикум ЕШКО на 2-х DVD: «Визажист-стилист» (85 мин.);

– видеопрактикум ЕШКО на DVD «Маникюр» (48 мин.);

– видеопрактикум ЕШКО на DVD: «Массаж» (51 мин.);

- **Возможность доступа к бесплатным дополнительным образовательным услугам и ресурсам ЕШКО** (вебинарам, Skype-консультациям и т.д.), предлагаемым к использованию посредством информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

1.11. Планируемые результаты освоения образовательной программы

В результате изучения программного материала курса обучающийся должен:

– получить представление о строении кожи и ее основных физиологических функциях; анатомическом строении мышц лица и шеи; современных косметических технологиях ухода за кожей; основных кожных косметических дефектах, причинах их появления, а также комплексных программах устранения косметических дефектов; наиболее распространенных заболеваниях волос, ногтей, кожи лица, рук и ног и методах их лечения; структуре волос и основных процедурах по уходу за волосами; особенностях ухода за кожей лица, рук и ног в домашних условиях; колористической теории и ее применении в цветовой палитре для каждого человека; весеннем, летнем, осеннем и зимнем типах человека; методе морфопсихосинтеза и его применении при определении типа общения; способах коррекции формы лица, глаз, губ, бровей с помощью макияжа; видах и правилах проведения макияжа и демакияжа для разных возрастных групп; средствах и принадлежностях, используемых в работе визажиста; профессиональных техниках работы визажиста; современных средствах украшения лица, татуаже и пирсинге; нетрадиционных методах лечения, применяемых в косметологии; основных методах физиотерапии и аппаратной косметологии; видах и приемах проведения массажа; влиянии косметических СПА-программ на кожу и организм человека в целом;

– знать определения ключевых понятий и терминов; правила проведения процедур по уходу за кожей лица в зависимости от ее типа и возраста; комплексные программы ухода за кожей рук и ног; приемы укрепления волос; показания и противопоказания к проведению различных видов косметологических процедур; особенности ухода за кожей в салоне и в домашних условиях; методы и приемы коррекции формы лица, глаз, губ, бровей с помощью макияжа; положительные и отрицательные стороны проведения ароматерапии в салоне и домашних условиях; классификации масок и порядок их применения; технологии самостоятельного приготовления косметических средств; виды и приемы современного косметического массажа, мануальной терапии, рефлексотерапии и акупунктуры; методы коррекции фигуры; инструментарий, техники и приемы профессионального макияжа; основные параметры тестирования для определения цветотипа;

– уметь определять типы кожи; составлять индивидуальные программы ухода за кожей разных типов с учетом ее возрастных изменений; выполнять базовые виды косметологических процедур в домашних условиях; изготавливать препараты для проведения косметологических процедур в домашних условиях; систематически ухаживать за лицом, телом и заботиться о гигиене; квалифицированно ухаживать за волосами; правильно осуществлять выбор цветовой гаммы в соответствии типом (весенним, летним, осенним, зимним); профессионально наносить макияж и проводить демакияж с учетом возрастных особенностей; корректировать форму лица, глаз, губ, бровей с помощью косметических средств; выполнять натуральный, деловой, вечерний макияж в домашних условиях; осуществлять салонный и домашний уход за проблемной кожей рук и ног; выполнять комплекс косметической гимнастики; проводить косметический массаж; использовать современные аппаратно-физиотерапевтические методы для коррекции фигуры; дифференцировать косметические препараты для домашнего и салонного ухода за кожей; свободно ориентироваться в широком ассортименте готовой косметической продукции; использовать методы и средства нетрадиционной медицины в косметологических целях.

1.12. Форма и способ организации текущего контроля успеваемости

Качество усвоения учебного материала контролируется преподавателем поурочно путем проверки домашних работ, выполненных обучающимся. Домашние работы предоставляются на проверку по почте на печатных бланках или через Интернет. Оцениваются по пятибалльной шкале. Общее количество домашних работ, предусмотренных программой курса – 32.

1.13. Промежуточная аттестация

Проводится по результатам выполнения всех домашних работ, предусмотренных программой курса, по критерию «аттестован»/«неаттестован».

Обучающийся считается аттестованным, если минимальное значение среднего балла по результатам выполнения всех домашних работ курса, предусмотренных программой, соответствует оценке 3 (удовлетворительно).

Допуск к сдаче письменного заочного экзамена осуществляется на основании положительного результата промежуточной аттестации.

1.14. Форма итоговой аттестации

Обучение на курсе завершается обязательной итоговой аттестацией в форме письменного заочного экзамена (тестирования). Сдача итогового экзамена входит в нормативный срок освоения программы курса, выбранный обучающимся с учетом темпа обучения. Срок прохождения итоговой аттестации составляет не более 2-х месяцев.

Задания письменного заочного итогового экзамена предоставляются обучающемуся в виде итогового экзаменационного теста, охватывающего программу всего курса и включающего 2 части (теоретическую и практическую). По результатам выполнения теоретической и практической частей экзаменационного теста выставляется общая итоговая оценка.

Выпускникам, имеющим положительный результат итоговой аттестации, выдается Свидетельство ЕШКО, подтверждающее обучение на курсе, его окончание и успешную сдачу письменного заочного итогового экзамена с указанием полученной оценки и общего количества учебных часов.

2. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование темы	Количество		Объем самостоятельной работы в часах	
		уроков	дом. работ	теоретическая часть	практическая часть
1	История косметики	1 (ур.1)	1	5	11
2	Кожа. Функции кожи	1 (ур.2)	1		
3	Уход за кожей лица в домашних условиях. Рекомендации по уходу с использованием различных вариантов косметических средств	1 (ур.3)	1	5	11
4	Уход за кожей лица в косметическом кабинете	1 (ур.4)	1		
5	Уход за кожей вокруг глаз	1 (ур.5)	1	5	11
6	Уход за телом. Основные рекомендации	1 (ур.6)	1		
7	Колористическая теория. Цветовая типология	1 (ур.7)	1	5	11
8	Колористическая теория. Цветовые рекомендации	1 (ур.8)	1		
9	Весенний цветовой тип: одежда, волосы, макияж	1 (ур.9)	1	5	11
10	Летний цветовой тип: одежда, волосы, макияж. Характеристика летних цветовых подтипов	1 (ур.10)	1		
11	Осенний цветовой тип: одежда, волосы, макияж	1 (ур.11)	1	5	11
12	Зимний цветовой тип: одежда, волосы, макияж	1 (ур.12)	1		
13	Формы лица и их коррекция с помощью макияжа	1 (ур.13)	1	5	11
14	Формы бровей. Уход за ресницами и бровями	1 (ур.14)	1		
15	Характеристика глаз и коррекция их формы	1 (ур.15)	1	5	11
16	Отдельные элементы лица: губы, нос, уши, лоб, скулы. Их характеристика и особенности коррекции	1 (ур.16)	1		
17	Подготовка кожи лица к макияжу. Этапы нанесения макияжа.	1 (ур.17)	1	5	11
18	Корректирующий макияж для разных возрастных групп	1 (ур.18)	1		

19	Виды макияжа. Элементы натурального макияжа. Деловой макияж	1 (ур.19)	1	5	11
20	Вечерний макияж. Праздничный макияж	1 (ур.20)	1		
21	Мышцы лица и шеи. Правила демакияжа	1 (ур.21)	1	5	11
22	История массажа. Виды массажа	1 (ур.22)	1		
23	Профессиональные техники работы визажиста	1 (ур.23)	1	5	11
24	Современные средства украшения лица	1 (ур.24)	1		
25	Принципы смешения цветов — основа искусства макияжа	1 (ур.25)	1	4	12
26	Макияж глаз при недостатках зрения. Перманентный макияж. Татуаж	1 (ур.26)	1		
27	Уход за волосами. Проблемы волос	1 (ур.27)	1	4	12
28	Перманент (химическая завивка). Покраска волос. Укладка волос	1 (ур.28)	1		
29	Уход за руками. Проблемы кожи рук. Уход за ногтями	1 (ур.29)	1	4	12
30	Уход за ногами. Проблемы ног. Стопы. Проблемы стоп	1 (ур.30)	1		
31	Ароматерапия в косметологии	1 (ур.31)	1	4	12
32	Использование эфирных масел в домашних условиях	1 (ур.32)	1		
Итого:		32	32	76	180
Выполнение заданий письменного заочного итогового экзаменационного теста				4	
				ИТОГО: 260	

3. УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

3.1. График предоставления учебных материалов по выбору обучающегося:

- поэтапное (помесячное) получение учебных материалов в соответствии с выбранным темпом обучения;
- единовременное получение полного комплекта учебных материалов курса.

3.2. Продолжительность обучения на курсе с учетом темпа обучения и срока прохождения итоговой аттестации:

- 18 месяцев – при нормальном темпе обучения (*освоение одного учебного журнала в месяц - 1/1*)

Месяц обучения	Кол-во учебных журналов	№№ уроков	Объем учебной работы в часах
1 месяц	1	уроки 1-2	16
2 месяц	1	уроки 3-4	16
3 месяц	1	уроки 5-6	16
4 месяц	1	уроки 7-8	16
5 месяц	1	уроки 9-10	16
6 месяц	1	уроки 11-12	16
7 месяц	1	уроки 13-14	16
8 месяц	1	уроки 15-16	16
9 месяц	1	уроки 17-18	16
10 месяц	1	уроки 19-20	16
11 месяц	1	уроки 21-22	16
12 месяц	1	уроки 23-24	16
13 месяц	1	уроки 25-26	16
14 месяц	1	уроки 27-28	16
15 месяц	1	уроки 29-30	16
16 месяц	1 + экзаменационный тест	уроки 31-32	16
17 месяц 18 месяц	итоговая аттестация		4
ИТОГО:	16	32	260

- 10 месяцев – при ускоренном темпе обучения (*освоение двух учебных журналов в месяц - 2/1*)

Месяц обучения	Кол-во учебных журналов	№№ уроков	Объем учебной работы в часах
1 месяц	2	уроки 1-4	32
2 месяц	2	уроки 5-8	32
3 месяц	2	уроки 9-12	32
4 месяц	2	уроки 13-16	32
5 месяц	2	уроки 17-20	32
6 месяц	2	уроки 21-24	32
7 месяц	2	уроки 25-28	32
8 месяц	2 + экзаменационный тест	уроки 29-32	32
9 месяц 10 месяц	итоговая аттестация		4
ИТОГО:	16	32	260

- 7 месяцев – при ускоренном темпе обучения (*освоение трех учебных журналов в месяц - 3/1*)

Месяц обучения	Кол-во учебных журналов	№№ уроков	Объем учебной работы в часах
1 месяц	3	уроки 1-6	48
2 месяц	3	уроки 7-12	48
3 месяц	3	уроки 13-18	48
4 месяц	3	уроки 19-24	48
5 месяц	3	уроки 25-30	48
6 месяц	1 + экзаменационный тест	уроки 31-32	16
7 месяц	итоговая аттестация		4
ИТОГО:	16	32	260

4. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

4.1. История косметики

Косметика с библейских времен до XIX века. Косметика Древнего Востока. Косметика Древней Греции и Рима. Средние века. Возрождение. XVII-XVIII века. XVIII-XIX века. Косметика XX века и ее классификация. *Домашняя работа.*

4.2. Кожа. Функции кожи

Структура кожи. Эпидермис. Дерма. Подкожная клетчатка. Функции кожи: защита от воздействия внешней среды, защита внутренней среды организма. Придатки кожи – железы. Типы кожи. Нормальная кожа. Сухая кожа. Жирная кожа. Прыщи. Комбинированная кожа. *Домашняя работа.*

4.3. Уход за кожей лица в домашних условиях. Рекомендации по уходу с использованием различных вариантов косметических средств

Этапы домашнего ухода. Очищение кожи. Мыло. Косметическое молочко. Гидрофильное масло. Эмульсии. Тоники. Увлажнение кожи. Солнцезащитный фактор (SPF). Питание кожи. Средства с липосомами. Дополнительный уход (домашний вариант). Отшелушивающие препараты. Косметические маски. Детская кожа. Приготовление косметических средств в домашних условиях. *Домашняя работа.*

4.4. Уход за кожей лица в косметическом кабинете

Этапы процедуры с жирной кожей, склонной к угревой сыпи. Очищение кожи. Пилинг. Подготовка и проведение глубокой очистки. Лечебные маски, сокращение пор. Роль косметолога. Глины. Ампульные препараты. Использование коллагена. Лазерная терапия. *Домашняя работа.*

4.5. Уход за кожей вокруг глаз

Предупреждение утомления глаз. Процедуры для усталых глаз. Демакияж глаз. Уход за кожей вокруг глаз после демакияжа. Гели. Кремы. Сыворотки. Маски. Проблемы кожи вокруг глаз. *Домашняя работа.*

4.6. Уход за телом. Основные рекомендации

Очищение кожи. Косметический душ. Пилинг для тела. Ванна. Мыло и гель. Препараты для самостоятельного приготовления в домашних условиях. Лосьены для тела. Массаж. Сауна. Дезодоранты. Уход за грудью. Кремы и лосьены. Увеличение бюста. Гимнастические упражнения. Процедуры, выполняемые в косметическом кабинете. Целлюлит. Целлюлолиполиз. Растяжение кожи. *Домашняя работа.*

4.7. Колористическая теория. Цветовая типология

Исторические аспекты развития и восприятия цвета. Цвет в истории. Современная колористическая теория. Психологическое воздействие цвета. *Домашняя работа.*

4.8. Колористическая теория. Цветовые рекомендации

Цветовые типы и соответствующая им палитра красок. Роль цветовых рекомендаций. Индивидуальная цветовая карта. Определение собственного цветового типа – тестирование. *Домашняя работа.*

4.9. Весенний цветовой тип: одежда, волосы, макияж

Характеристика весеннего цветового типа. Актуально-выигрышные цвета весеннего типа. Волосы и макияж. Аксессуары для весны. Мужчина – весенний цветовой тип. Цветовое сочетание элементов гардероба и макияжа весеннего типа. *Домашняя работа.*

4.10. Летний цветовой тип: одежда, волосы, макияж. Характеристика летних цветовых подтипов

Основные характеристики летних подтипов. Цветовая палитра летнего типа. Волосы и макияж. Аксессуары и дополнения летнего типа. Мужчины – летний тип. Цветовое сочетание элементов гардероба и макияжа летнего типа. *Домашняя работа.*

4.11. Осенний цветовой тип: одежда, волосы, макияж

Основные характеристики осеннего типа. Мужчины – осень. Актуально-выигрышные цвета для осени. Аксессуары и дополнения. Волосы и макияж. Цветовое сочетание элементов гардероба и макияжа осеннего типа. *Домашняя работа.*

4.12. Зимний цветовой тип: одежда, волосы, макияж

Основные характеристики зимнего типа. Волосы. Мужчины – зима. Актуально-выигрышные цвета для зимы. Аксессуары и дополнения. Макияж. Цветовое сочетание элементов гардероба и макияжа зимнего типа. *Домашняя работа.*

4.13. Формы лица и их коррекция с помощью макияжа

Учение физиогномики: японская и китайская школы. Метод морфопсихосинтеза. Современные тенденции описания формы лица. Формы лиц. Овальное лицо. Круглое лицо. Четырехугольное лицо. Треугольное лицо. Многогранное лицо. Трапециевидное лицо. Роль макияжа в создании собственного образа. *Домашняя работа.*

4.14. Формы бровей. Уход за ресницами и бровями

Брови. Как правильно сформировать бровь. Макияж бровей. Формы бровей. Уход за бровями и ресницами. *Домашняя работа.*

4.15. Характеристика глаз и коррекция их формы

Глаза — наша визитная карточка. Средства макияжа глаз. Тени. Этапы работы с глазами. Характеристика и коррекция формы глаз. Идеальные глаза. Небольшие глаза. Глаза с опущенным наружным углом. Глубоко посаженные глаза. Выпуклые глаза. Узкие глаза. Ближко расположенные глаза. Широко расположенные глаза. Цвет глаз и психологический аспект. *Домашняя работа.*

4.16. Отдельные элементы лица: губы, нос, уши, лоб, скулы. Их характеристика и особенности коррекции

Рот. Необходимые этапы макияжа губ. Формы рта и их коррекция. Идеальный рот. Форма рта с тонкими губами. Маленький рот. Выбор подходящего цвета помады. Нос. Формы носа и способы их коррекции. Длинный нос. Короткий нос. Тонкий нос. Широкий нос. Орлиный нос. Искривленный нос. Ухо. Формы ушей. Лоб. Скулы. Коррекция области скул. *Домашняя работа.*

4.17. Подготовка кожи лица к макияжу. Этапы нанесения макияжа

Этапы работы с лицом до макияжа. Корректирующие материалы и средства. Тональные средства. Пудры. Румяна. Предметы и принадлежности для нанесения макияжа. Кисти. Спонжи. Пуховки. Этапы нанесения макияжа для разных возрастных групп. Демакияж. Коррекция недостатков кожи. Нанесение тонального средства. Нанесение пудры. Нанесение румян или темной пудры, корректирующей овал. *Домашняя работа.*

4.18. Корректирующий макияж для разных возрастных групп (продолжение)

Макияж глаз. Макияж губ. Коррекция формы носа и нанесение румян. Корректирующий макияж в действии. Омолаживающий или возрастной макияж. Средства и порядок выполнения коррекции. Макияж для молодой кожи. *Домашняя работа.*

4.19. Виды макияжа. Элементы натурального макияжа. Деловой макияж

Натуральный макияж. Подготовка основного тона лица. Макияж глаз. Макияж губ. Варианты натурального макияжа. Деловой макияж. Варианты делового макияжа.

Домашняя работа.

4.20. Вечерний макияж. Праздничный макияж

Классический вечерний макияж. Варианты классического вечернего макияжа. Праздничный макияж. Монохромность. «Роковая» женщина. Макияж для исключительного случая.

Домашняя работа.

4.21. Мышцы лица и шеи. Правила демакияжа

Мимические мышцы лица. Мышцы, окружающие глазное отверстие. Круговая мышца рта. Мышцы, окружающие носовые отверстия. Мышцы ушной раковины. Действие мимических мышц лица. Мышцы шеи. Морщины и причины их появления. Правила демакияжа в зависимости от расположения отдельных мышц. *Домашняя работа.*

4.22. История массажа. Виды массажа

Массаж как метод лечения. Виды массажа. Классический ручной массаж. Самомассаж. Массаж по схеме Жаке (JACQUET`A). Точечный массаж. Лимфатический массаж. Гальванизация. Ионофорез. Электростимуляция. Дарсонвализация. Массаж шарами. Лазерная терапия. *Домашняя работа.*

4.23. Профессиональные техники работы визажиста

Подготовка места для работы. Требования к косметическому креслу клиента. Оборудование места визажиста. Размещение инструментов. Гигиенические нормы. Освещение. Формирование имиджа стилиста. Профессиональные приемы работы. Свадебный макияж. Традиционные способы работы. Современные тенденции макияжа невест. Макияж для теле-, фото и видео. Особенности нанесения макияжа перед камерой. Уход за лицом. Макияж для мужчин. Чернокожая модель. *Домашняя работа.*

4.24. Современные средства украшения лица

Элементы подиумного макияжа. Мерцающая пудра. Блестки на лице. Стразы на лице. Макияж глаз. Фиксатор помады. Макияж для карнавала. Варианты исправления неожиданных ошибок. *Домашняя работа.*

4.25. Принципы смешения цветов — основа искусства макияжа

Основные цвета. Принципы смешения цветов. Аддитивное смешение. Субтрактивное смешение. Пойнтилистическое смешение цветов. Принцип остаточного образа. Производные цвета. Комплементарные цвета в макияже. Теплые и холодные цвета. Результаты смешения красок в макияже. *Домашняя работа.*

4.26. Макияж глаз при недостатках зрения. Перманентный макияж. Татуаж

Макияж при дальномозоркости. Принципы выполнения макияжа для дальномозорких. Макияж для близоруких. Принципы выполнения макияжа для близоруких. Макияж при ношении контактных линз. Принципы выполнения макияжа при ношении контактных линз. Аккомодация глаза. Перманентный макияж. Перманентный макияж контуров глаз. Перманентный макияж губ. Татуаж. Пирсинг. *Домашняя работа.*

4.27. Уход за волосами. Проблемы волос

Общие сведения о волосах. Дерматологическое строение кожи и волос. Основные процедуры по уходу за волосами. Здоровые волосы. Сухие волосы. Жирные волосы. Поврежденные волосы. Проблемы волос. Перхоть. Выпадение волос. *Домашняя работа.*

4.28. Перманент (химическая завивка). Покраска волос. Укладка волос

История химической завивки. Химическая завивка и тип волос. Покраска волос. Осветление волос. Обычное осветление. Осветляющее мытье. Осветление перед покраской. Средства для укладки волос и фиксации прически. Удаление избыточных волос. Методы, применяемые в домашних условиях. Методы, применяемые в косметическом кабинете.

Домашняя работа.

4.29. Уход за руками. Проблемы кожи рук. Уход за ногтями

Основные процедуры ухода за руками. Гигиена рук. Гимнастика. Дополнительные процедуры для ухода за руками в домашних условиях. Защитные перчатки. Проблемы кожи рук. Потливость ладоней. Обморожение рук. «Гусиная кожа». Шершавые локти. Уход за кожей рук в косметическом кабинете. Лечение обморожений. Vital Lift. Пилинг. Рукопожатия и их значимость. Макияж рук. Уход за ногтями. Болезни ногтей. Искусственные ногти. Основной маникюр. Французский маникюр. Дополнительные украшения на ногтях. Мужской маникюр.

Домашняя работа.

4.30. Уход за ногами. Проблемы ног. Стопы. Проблемы стоп

Общие рекомендации. Основные процедуры. Ежедневная гигиена. Удаление лишнего волосяного покрова. Гимнастика. Проблемы ног. Целлюлит. Варикозная болезнь. Процедуры, выполняемые в домашних условиях. Уход за стопами. Косметический педикюр. Лечебный педикюр. Проблемы стоп. Натоптыши. Мозоль. Бородавки. Вrastание ногтей. Когтистость ногтей. Трещины. Гипергидроз. Отеки стоп. Массаж. *Домашняя работа.*

4.31. Ароматерапия в косметологии

История ароматерапии. Древние цивилизации. Период с X по XIX век. XX век и современность. Изготовление эфирных масел. Методы получения эфирных масел. Использование эфирных масел. Свойства масел. Воздействие. Массаж с эфирными маслами. Ингаляции с эфирными маслами. Ванны. Компрессы. *Домашняя работа.*

4.32. Использование эфирных масел в домашних условиях

Общие рекомендации. Основные процедуры. Ежедневная гигиена. Удаление лишнего волосяного покрова. Гимнастика. Проблемы ног. Целлюлит. Варикозная болезнь. Процедуры, выполняемые в домашних условиях. Уход за стопами. Косметический педикюр. Лечебный педикюр. Проблемы стоп. Натоптыши. Мозоль. Бородавки. Вrastание ногтей. Когтистость ногтей. Трещины. Гипергидроз. Отеки стоп. Массаж. *Домашняя работа.*

ПРИМЕЧАНИЕ: структура каждого тематического блока включает в себя теоретический материал, практические и домашние задания.

5. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА И ЭЛЕКТРОННЫЕ УЧЕБНЫЕ ИЗДАНИЯ

- 5.1. Видеопрактикум «Маникюр» – Москва: ООО «КМВ – 98», 2013. ЕШКО, 2013. Электрон. опт. диск (DVD).
- 5.2. Видеопрактикум «Массаж» – Москва: ООО «КМВ – 98», 2013. ЕШКО, 2013. Электрон. опт. диск (DVD).
- 5.3. Курс ЕШКО «Визажист-стилист». – Харьков: ЕШКО, 2015. – 504с.