

Załącznik nr 2A do Regulaminu potwierdzania efektów uczenia się w Wyższej Szkole Kosmetyki i Nauk o Zdrowiu w Łodzi uzyskanych w procesie uczenia się poza systemem studiów

Arkusz samooceny efektów uczenia się

Nr wniosku
(nadaje uczelnia) (miejscowość i data)

Pieczęć uczelni Rok /semestr akademicki:

Imię i nazwisko

Adres e-mail

Tel. kontaktowy

Kierunek:

Który raz składany jest wniosek (dot. danego przedmiotu):

Przedmiot: Pracownia kosmetyki

Lp.	Efekt uczenia się	Potwierdzone	
		Tak	Nie
1.	<u>Potrafię przeprowadzić pielęgnację i upiększanie oprawy oczu-</u> demakijaż oczu, gimnastyka oczu, zalecenia i przeciwwskazania do farbowania brwi i rzęs, próba uczuleniowa, technika farbowania brwi i rzęs, metody korygowania kształtu brwi, technika przeprowadzania regulacji brwi.		
2.	<u>Potrafię przeprowadzić pielęgnację kończyn górnych -</u> preparaty kosmetyczne stosowane do pielęgnacji kończyn górnych, dłoni i paznokci, rozpoznawanie defektów i chorób płytki paznokciowej, zalecenia i przeciwwskazania do wykonywania zabiegów pielęgnacyjnych oraz manicure, technika wykonania masażu dłoni, zabiegi pielęgnacyjne dłoni, manicure, tradycyjny i biologiczny, dezynfekcja i sterylizacja narzędzi do manicure. <u>Stylizacja paznokcia</u> – preparaty stosowane do stylizacji paznokci, zalecenia i przeciwwskazania do wykonywania zabiegów stylizacji i przedłużania paznokci, technika wykonywania przedłużania i stylizacji paznokci (żel, akryl, metody łączone), zdobnictwo paznokcia, manicure kombinowany.		

3.	<u>Potrafię przeprowadzić pielęgnację kończyn dolnych-</u> dolegliwości stóp, higiena i profilaktyka kończyn dolnych, zabiegi pielęgnacyjne, masaż stopy, gimnastyka, zalecenia do wykonywania pedicure, pedicure kosmetyczny, pedicure leczniczy, omówienie metody korekty wrastających paznokci oraz technik usuwanie modzeli i nagiotków.		
4.	<u>Potrafię przeprowadzić depilację różnych części ciała-</u> metody usuwania zbędnego owłosienia, zalecenia i przeciwwskazania do zabiegu depilacji, technika wykonywania depilacji twarzy, pach i bikini oraz depilacji kończyn.		
5.	<u>Potrafię przeprowadzić masaż twarzy, szyi i dekoltu</u> - techniki masażu i ich działanie, środki stosowane do wykonywania masażu, zalecenia i przeciwwskazania do wykonywania masażu, przygotowanie klienta do masażu, metodyka wykonania masażu twarzy, szyi, dekoltu.		
6.	<u>Potrafię przeprowadzić pielęgnację dekoltu i biustu.-</u> prawidłowa budowa i fazy rozwojowe piersi, pielęgnacja piersi w domu, pielęgnacja piersi w okresie ciąży, zabiegi pielęgnacyjne skóry biustu i dekoltu, wskazania, przeciwwskazania i technika przeprowadzania zabiegów na skórę biustu.		
7.	<u>Potrafię obsługiwać i stosować aparaty wykorzystywane w gabinecie kosmetycznym</u> podczas zabiegów: wskazania i przeciwwskazania, technika wykonywania zabiegów z wykorzystaniem aparatury do darsonwalizacji, ultradźwięków, waponizacji oraz promieniowania IR - zabiegi elektrolecnicze (darsonwalizacja, ultradźwięki). Zabiegi światłolecnicze (sollux, terapie LED), zabiegi nawilżające (waponizacja), wskazania i przeciwwskazania, technika wykonywania zabiegów z wykorzystaniem aparatury do galwanizacji (galwanizacja i jonoforeza).		
8.	<u>Potrafię wykonać złuszczenie twarzy peelingami powierzchniowymi (enzymatyczny, scrub, gommage, 2w1) -</u> sposoby mechanicznego i chemicznego złuszczenia naskórka (wskazania, przeciwwskazania, technika wykonywania zabiegów złuszczających), zastosowanie i dobieranie różnych rodzajów peelingów do danego typu skóry i rodzaju cery.		
9.	<u>Potrafię przeprowadzić pielęgnację twarzy z wykorzystaniem masek kosmetycznych-</u> sposób przygotowania, technika aplikacji i usuwania (zdejmowania) różnych masek kosmetycznych (ściąających, parafinowych, ziołowych, kremowych).		
10.	<u>Potrafię wykonać zabiegi nawilżające, odżywcze, regenerujące, normalizujące, przeciwłojotokowe, złuszczające, „anti-pollution”, nawadniające -</u> ramowa pielęgnacja cery dojrzałej, cery wrażliwej, alergicznej, cery tłustej pozornie suchej, cery z trądzikiem różowatym, cery z trądzikiem pospolitym, ramowa pielęgnacja cery męskiej, zabiegi pielęgnacyjne okolicy oka.		
11.	<u>Potrafię przeprowadzić ramową pielęgnację cery dojrzałej, cery wrażliwej, alergicznej, cery tłustej pozornie suchej, cery z trądzikiem różowatym, cery z trądzikiem pospolitym</u> - dostosowanie zabiegu do danego typu cery z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań.		
12.	<u>Potrafię wykonywać zabiegi kosmetyczne dla kobiet w ciąży i karmiących piersią-</u> pielęgnacja biustu i brzucha, zabiegi ujędrniające skórę kobiety ciężarnej, zapobiegające powstawaniu rozstępów. Wskazania i przeciwwskazania do zabiegów kosmetycznych i fizykalnych dla kobiet w		

	cięży. Masaż odchudzający z wykorzystaniem masażu podciśnieniowego i wibracyjnego oraz bańki chińskiej.		
13.	<u>Potrafię wykonać zabiegi antycellulitowo – wyszczuplające na ciało.</u> - rodzaje i stadia cellulitu, przyczyny powstawania cellulitu, diagnostyka cellulitu, zabiegi pielęgnacyjne o działaniu antycellulitowym , wskazania, przeciwwskazania i technika wykonywania poszczególnych zabiegów antycellulitowych, body wrapping.		
14.	<u>Potrafię przeprowadzić zabiegi zmniejszające rozstępy skórne</u> - wskazania, przeciwwskazania i technika wykonywania zabiegów pielęgnacyjnych zapobiegających rozstępom, zabiegi zmniejszające rozstępy skórne, zabiegi zapobiegające otyłości.		
15.	<u>Potrafię przeprowadzić masaż aromaterapeutyczny, masaż modelujący przy użyciu metod podciśnieniowych- SPM, bańka chińska- technika wykonywania masażu. Zasady stosowania olejków aromaterapeutycznych.</u>		
16.	<u>Potrafię wykonać zabiegi złuszczenia naskórka - peelingi ziołowe, peelingi chemiczne, mikrodermabrazja, korektę blizn</u>		
17.	<u>Potrafię wykonać makijaż dzienny, wieczorowy, ślubny-</u> dobieranie i wykonywanie makijażu, zasady wykonywania makijażu, podstawy wiedzy o barwach, modelowanie za pomocą podkładu i pudru, korekta kształtu twarzy, wyposażenie podstawowe do wykonywania makijażu, kosmetyki upiększające, dobieranie i wykonywanie makijażu. Analiza kolorystyczna analiza kolorystyczna jako element stylizacji w obrębie makijażu, fryzury i ubioru.		
18.	<u>stworzyć kartę klienta i ustalić rodzaj zabiegu kosmetycznego</u>		
19.	<u>wykonywać dezynfekcję i sterylizację narzędzi</u>		
20.	<u>diagnozować stan cery</u>		

.....
(podpis)

Literatura podstawowa

1. Peters I.B. Kosmetyka. Podręcznik do nauki zawodu. Wydawnictwo Stam Rea, Warszawa 2002,
2. Jaroszevska B. Kosmetologia. Wydawnictwo ATENA. Warszawa 2004 i wznowienia
3. Marie-Claude Martini red. wyd. pol. Placek W. Kosmetologia i farmakologia skóry. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2007
4. Xenia Petsitis, Katrin Kipper. Kosmetyka ozdobna i pielęgnacyjna twarzy. Wydawnictwo MedPharm, Wrocław 2007
5. Jurkowska S. Rusin A. Aspekty Kosmetologiczne. Ośrodek Informatyczno – Badawczy „Ekoprzem”.Dąbrowa Górnicza 2003
6. Adamski Z. Kaszuba A. Dermatologia dla Kosmetologów. Uniwersytet Medyczny Poznań 2008
7. Draelos Zoe Diana . Kosmeceutyki. Wydawnictwa Medyczne Urban & Partner. Wrocław 2005
8. Jurkowska S. Surowce Kosmetyczne. Wyższa Szkoła Fizykoterapii. Wrocław 2001

Czasopisma:

1. Kosmetyka i Kosmetologia
2. Beauty Forum
3. Cabines
4. Les Nouvelles Esthetiques
5. Ars Medica Aesthetica
6. Dermatologia Estetyczna
7. Biuletyn Kosmetologiczny
8. Dermatologia i Wenorologia