ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
ЛАПШИНА АННА АЛЕКСАНДРОВНА

УТВЕРЖДАЮ:
Индивидуальный предприниматель
_____ А.А. Лапшина
«20» января 2025год
М.П.

ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ПРОФЕССИИ РАБОЧЕГО, ДОЛЖНОСТИ СЛУЖАЩЕГО «КОСМЕТИК-ЭСТЕТИСТ ПО УХОДУ ЗА ЛИЦОМ» (КОСМЕТИК)

Срок освоения программы: 507 часов
Уровень программы: профессиональная подготовка

г. Минусинск – 2025г.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
Федорова Анна Александровна
«01» сентября 2015 год

Программа профессионального обучения
Код: 13138 «Косметик»

Срок реализации - 507 академических часов
уровень программы - профессиональная подготовка

Минусинск 2015 год

Пояснительная записка

Сегодня каждый человек вне зависимости от пола и возраста стремится выглядеть ухоженным и привлекательным. Красивая внешность в наши дни стала визитной карточкой успешного человека, одним из правил хорошего тона. Посещать своего косметика становится настолько же привычным, как и пойти в парикмахерскую. Рейтинг профессии постоянно растет, в связи с чем повсеместно открываются новые салоны и кабинеты с услугами косметика. Спрос на таких специалистов растет с каждым днем. Овладеть престижной профессией можно, посетив курсы косметика.

Косметики являются специалистами по провидению косметических процедур. Они должны уметь выполнять относительно не сложные операции, целью которых улучшение внешнего вида. Специалисты должны уметь проводить популярные косметические процедуры, такие как:

- все разновидности массажа лица;
- чистка кожного покрова;
- пилинг;
- скраб;
- медленное глубокое шелушение кожи лица;
- приготовление и наложение самых разных масок;
- дарсенвализация кожного покрова лица;
- депиляция;
- окрашивание ресниц и бровей;
- обертывание

Программа носит уровень профессиональной подготовки. Современные люди живут в мире моды, красоты, интересных профессий. Большинство людей стремятся выбрать для себя профессию престижную, современную, интересную. В число престижных и востребованных профессий входят ремесла индустрии красоты, одной из которых является профессия косметик.

Рецепта вечной молодости – но есть специалисты, которые владеют секретами ее сохранения.

Пройдя обучение, специалист сможет работать с клиентами в салоне, стать консультантом или тренером в косметической компании, стать экспертом молодости и красоты.

Программа «косметик» реализуется в школе красоты и предоставляет возможность овладеть необходимыми знаниями, умениями и навыками, которые обучающиеся смогут реализовать в своей будущей профессии и жизни. Обучение проходит в специально оборудованном кабинете.

Программа является авторской, разработанной на основе планов учебных центров, осуществляющих подготовку специалистов косметиков.

Направленность программы по содержанию - художественно-эстетическая, по уровню усвоения - профильная.

Цель: насыщенная интенсивная программа с акцентом на практике.

Задачи программы:

- Большое количество практики;
- Изучение любительской и профессиональной косметики;

- обучать грамотному владению профессиональными инструментами и техникой нанесения косметики, конструированию и моделированию различных схем профессионального нанесения косметики;
- подготовка высококвалифицированных специалистов, хорошо знающих современные техники ухода за лицом и телом;
- развивать профессиональные знания умения и навыки.

Особенности содержания программы заключаются:

- в комплексном характере – программа охватывает все основные разделы теории и практики;
- в детальном и поэтапном освоении содержания;
- в приоритетном внимании к отработке практических навыков;
- в использовании большого количества разнообразных схем, дидактических пособий, наглядных иллюстраций.

Условно обучение по программе можно разделить на три этапа:

I. Теоретическое знакомство с предметом.
II. Отработка теоретического материала через схематическое изображение.
III. Отработка практического навыка на моделях.

Программа рассчитана и реализуется для всех желающих. Набор обучающихся в группы – свободный в количестве 8-10 человек.

Обучение по программе рассчитано на объем 507 часов, из них 142 часа отводится на теорию, 360 часов – на практику. Занятия проводятся в учебных кабинетах 5 раза в неделю каждую неделю продолжительностью 2 академических часа (академический час=40 минут) с обязательным перерывом между занятиями не менее 10-15 минут.

Для реализации программы используются индивидуальная, парная и групповая формы работы на занятиях. Теоретические занятия проходят в форме лекций, практическая деятельность осуществляется в рамках отработки полученных знаний на практики.

Обучение по программе основывается на использовании педагогом разнообразных методов работы:

- Словесные: рассказ, беседа, лекция, дискуссия и т.п.
- Наглядные: журналы, картины, фотографии, схемы, окружающее наблюдение, демонстрация видеороликов и фильмов.
- Практические: работа на моделях с профессиональной косметикой по уходу за кожей и профессиональной декоративной косметикой для макияжа, Интернет - ресурсами.
- Репродуктивный и поисковый метод.
- Самостоятельная работа учащихся и работа под наблюдением педагога технолога.

На теоретических занятиях изучают предмет начиная с истоков возникновения, подробно изучают терминологию, типы кожи, современную профессиональную и бытовую косметику и инструмент для ее нанесения. На практических занятиях учатся процедурам по уходу за кожей лица, шеи и

области декольте, очищения кожи (демакияж), маски показания и противопоказания, различные виды масок, косметический массаж лица, депиляция показание и противопоказание, техника работы, средства после депиляции, отработка, моделирование бровей, окраска бровей и ресниц, понятие профессионального макияжа, нанесение макияжа, отработка на модели, психология общения с клиентами.

В результате усвоения программы учащиеся должны усвоить основы таких разделов как «оснащение профессионального кабинета », «санитария и гигиена», «психология общения с клиентом», «строение и типы кожи», «диагностика и профзаболевания», «средства декоративной профессиональной косметики», «основы аппаратной косметологии», «депиляция воском», «парафинотерапия», «искусство макияжа».

В ходе обучения у учащихся формируются не только ЗУНы, а также развиваются личностные качества:

- уверенность;
- оригинальность;
- коммуникабельность;
- отзывчивость;
- толерантность;
- самодостаточность.

Также происходит становление ключевых компетентностей:

- коммуникативная - умение слушать и общаться с клиентом, умение общаться и строить совместную деятельность в коллективе, внешнее обаяние;
- познавательная - способность к обучению в течение жизни как в личном профессиональном, так и в социальном аспекте;
- социальная и гражданская – соблюдение правил здорового образа жизни и норм поведения в обществе, способность к регулированию конфликтов в форме диалога;
- организаторская компетентность – планирование и управление собственной деятельностью, владение навыками контроля и оценки деятельности, владение способами совместной деятельности; умение принимать решение и корректировать свою деятельность.

После получения определенного объема знаний, учащиеся смогут работать в студиях и салонах красоты.

Эффективность усвоения программы оценивается по итоговой сдаче экзамена.

В систему отслеживания и оценивания результатов обучения по программе входят учет знаний и умений по предмету (анкетирование, опрос, тестирование), оценка профессиональных качеств обучающихся в ходе итогового тестирования, оценка проявления самостоятельности, активности и качества выполнения работы.

По окончанию обучения по программе выпускникам, успешно сдавшим итоговые экзамены, выдается сертификат подтверждающий

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 13138 «Косметик»

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	Из них	
			теория	практика
	Теоретическое обучение	**279**	**142**	**137**
I.	**Санитария и гигиена**	**14**	**12**	**2**
	1.1. Вводное занятие.	2	2	-
	1.2. Оснащение кабинета.	2	2	-
	1.3. Санитария и гигиена.	4	4	-
	1.4. Психология общения с клиентом	6	4	2
II.	**Кожа**	**19**	**10**	**9**
	2.1. Строение кожи.	3	2	1
	2.2. Типы кожи.	3	2	1
	2.3. Функции кожи.	3	2	1
	2.4.Возрастные изменения кожи	10	4	6
III.	**Диагностика и профзаболевания**	**14**	**14**	**-**
	3.1 Основные болезни кожи.	4	4	-
	3.2. Дерматология	4	4	-
	3.3. Теоретическая косметология	6	6	-
IV.	**Средства профессиональной косметики.**	**30**	**16**	**14**
	4.1. Косметические брэнды	3	1	2
	4.2 Демакияж	3	1	2
	4.3. Виды кремов для разных типов кожи	4	2	2
	4.4. Профессиональный инструмент.	4	2	2
	4.5. Порядок нанесения косметики.	12	8	4
	4.6. Косметика для работы с аппаратами	4	2	2
V.	**Основы аппаратной косметологии**	**42**	**14**	**28**
	5.1.Массажные линии лица	10	6	4
	5.2. Основные профессиональные аппараты	4	2	2
	5.3.Аппаратная технология	16	8	8
VI.	**Депиляция воском**	**44**	**20**	**24**
	6.1. Депиляция воском и её особенности.	16	10	6
	6.2. Косметика для депиляции	12	6	6
	6.2. Порядок выполнения депиляции	16	4	12
VII.	**Парафинотерапия**	**32**	**14**	**18**
	7.1. Особенности работы с парафином.	16	10	6
	7.2. Порядок выполнения парафинотерапии.	16	4	12
VIII	**Искусство макияжа**	**84**	**42**	**42**
	8.1. Профессиональная декоративная косметика.	8	4	4
	8.2. Порядок нанесения косметики.	12	6	6
	8.3. Экспресс макияж.	16	8	8
	8.4. Дневной макияж.	16	8	8
	8.5. Вечерний макияж.	16	8	8
	8.6. Моделирование бровей	16	8	8
IX.	***Практическое обучение***	**279**	**142**	**137**
	Производственная практика	**216**	**-**	**216**
	Экзамен	**12**	**-**	**12**
	ИТОГО	**507**	**142**	**365**

Индивидуальный предприниматель Лапшина Анна Александровна
ИНН: 245508992154, ОГРН:309246925200017,
тел. 89130366200, e-mail: fashion_school@mail.ru

УТВЕРЖДЕНО:
Индивидуальный предприниматель
_____ А.А. Лапшина
«__» 01 2026 г.

Учебный день	Наименования темы	Кол-во часов лекция	Кол-во часов тестирование	Кол-во часов практика
День 1	Вводное занятие.	2		
День 2	Оснащение кабинета.	2		
День3-4	Санитария и гигиена.	2	2	
День 5-8	Психология общения с клиентом	2	2	2
День 9	Строение кожи.	2	1	
День 10	Типы кожи.	2	1	
День 11	Функции кожи.	2	1	
День 12-16	Возрастные изменения кожи	2	2	6
День 17-18	Основные болезни кожи.	2	1	1
День 19-20	Дерматология	2	1	1
День 21-23	Теоретическая косметология	2	2	2
День 24	Косметические брэнды	1	1	1
День 25	Дэмакияж	1	1	1
День 26-27	Виды кремов для разных типов кожи		2	2
День 28-29	Профессиональный инструмент		2	2
День 30-35	Порядок нанесения косметики.	8	1	3
День 36-37	Косметика для работы с аппаратами	2		2
День 38-42	Массажные линии лица	6	2	4
День 43-44	Основные профессиональные аппараты	2		2

День 45-52	**Аппаратная технология**	8	4	4
День 53-60	Депиляция воском и её особенности.	10	1	5
День 61-66	Косметика для депиляции	6	1	5
День 67-74	Порядок выполнения депиляции	4	1	11
День75-82	Особенности работы с парафином.	10	1	5
День 83-91	Порядок выполнения парафинотерапии	4	1	11
День 92-95	Профессиональная декоративная косметика.	4	1	3
День 96-101	Порядок нанесения косметики.	6	1	5
День 102-109	Экспресс макияж.	8	1	7
День 110-118	Дневной макияж.	8	1	7
День 119-126	Вечерний макияж	8	1	7
День 127-134	Моделирование бровей	8	2	7
16 недель	Производственная практика	216		
Экзамен				12

Примечание: конкретные календарные даты и время проведения занятий утверждается ИП Лапшиной А.А. индивидуально для каждой Учебной группы по мере её комплектации

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

I. История макияжа.

1.1. Вводное занятие.

Правила внутреннего распорядка. Санитарно-гигиенические требования. Правила техники безопасности и противопожарной безопасности. Инструктаж учащихся. Введение в предмет: необходимые инструменты и принадлежности, краткое содержание программы, оборудование кабинета, наглядные пособия, стенды, книги и профессиональные журналы.

Форма организации занятия: ознакомительная лекция.

1.2. Оснащение кабинета

Оборудование. Стерилизаторы.

Форма организации занятия: лекция

1.3. Санитария и гигиена и психология общения.

Изучение санитарных норм и правил, стерилизация (методы стерилизации, обработка инструмента, рабочей поверхности, кожи).

Форма организации занятия: лекция

II. «Кожа»

2.1. Строение кожи.

Терминология строения кожи и ее особенностей, особенности строения кожи у детей и мужчин, функции, типы кожи, этапы ее развития в течение жизни человека, индивидуальный уход, основы массажа кожи лица.

Практическая работа: схематические зарисовки строения кожи в индивидуальные альбомы, схематическая зарисовка массажных линий лица, нанесение крема на лицо по массажным линиям на модель.

2.2. Типы кожи.

Терминология разных типов кожи.

Практические занятия: Работа с косметическими средствами по уходу за разными типами кожи (подготовка к нанесению макияжа).

Форма организации занятия: самостоятельная работа

2.3. Функции кожи.

Терминология функции, основной уход изучение подходящих косметических средств с учетом погодных условий.

Практические занятия: Применение косметических средств, для защиты функций кожи в зависимости от времени года, подбор средств для очищения кожи перед нанесением косметики, дневного ухаживающего крема.

2.4 Возрастные изменения кожи

1. Этапы изменений, деформация, фотостарение кожи, косметика для возрастной кожи, лифтинг.

Форма организации занятия: самостоятельная работа

III. «Диагностика и профзаболевания»

Оценка состояния кожи, морфолдогические элементы кожных сыпей, вирусология, купироз, гиперпигментация, воспалительные процессы, шелушения, причины появления и методы лечения.
3.2 Дерматология
Восстановление нормальной функции и жизнедеятельности клеток кожи.
3.3 Теоретическая косметология
Эпидермальный (липидный) барьер, водный баланс кожи, история пилинга, что такое пилинг, теория старения.

IV. Средства профессиональной косметики
4.1 Косметические бренды
Основные косметические бренды, производители.
4.2 Демакияж
Правила демакияжа, косметические средства, инструмент.
4.3 Виды кремов для разных типов кожи.
Предназначения и соответствие составов кремов к определенному типу кожи, их воздействие, противопоказания.
4.4 Профессиональный инструмент
Инструмент и его предназначение.
4.5 Порядок нанесения косметики
Правила нанесения тонизирующих средств, масок, кремов.
4,6 Косметика для работы с аппаратами.
Антисептические растворы, и контактные гели.

V. Основы аппаратной косметологии.
Правила работы с аппаратами, инструкция, показания и противопоказания, назначения.
5.1 Массажные линии лица.
Схематическая зарисовка массажных линий лица, правила проработки массажных линий при массаже лица.
5.2 Основные профессиональные аппараты.
Разновидности мезороллеров, дарсенвалей, аппаратов для лифтинга, брашинг аппараты, вакуумный аппарат, вапаризатор, лампа лупа.
5.3 Аппаратная технология.
Теоретическое изучение работы аппаратов, практическая отработка каждого аппарата на моделях.
IV. Депиляция воском.
6.1 Депиляция воском и ее особенности.
Технология депиляции, противопоказания, безопасность, эффективность.
6.2 Косметика для депиляции
Основные фирмы производители, наименование и назначение продуктов.
6.3 Порядок выполнения депиляции
Подготовка, техника выполнения восковой депиляции, последующая обработка, консультация по уходу.
VII. Парафинотерапия
7.1 Особенности работы с парафином

Парафиновые ванны, парафин его состав, назначение, показания, и противопоказания.
7.2 Порядок выполнения парафинотерапии.
Подготовка, методика нанесения парафина, последующая обработка.

VIII. Искусство профессионального макияжа

8.1 Профессиональная декоративная косметика
Известные бренды, отличие профессиональной косметики от бытовой, профессиональный инструмент.
8.2 Порядок нанесения косметики.
Этапы профессионального макияжа, техника нанесения косметики.
8.3 Экспресс макияж.
Особенности, назначение, акценты, целостность образа.
8.3 Дневной макияж.
Особенности, назначение, акценты, целостность образа.
8.4 Вечерний макияж.
Особенности, назначение, акценты, целостность образа.
8.5 Моделирование бровей.
Правила определения формы бровей, порядок моделирования бровей (определение будущей формы, подготовка к коррекции, технология коррекции бровей, подбор цвета, технология окрашивания бровей).

Практические занятия: Отработка отдельных элементов на модели, используя разные материалы, инструменты и технологии.
Форма организации занятия: групповая и индивидуальная.

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ПРОГРАММЫ

В течение учебного процесса учащиеся изучают правила работы с профессиональной косметикой, правила по уходу за кожей, эстетические аспекты в работе косметика, основы макияжа. На теоретических занятиях начиная с истоков возникновения, подробно изучают терминологию, оборудование, современные профессиональные аппараты, профессиональную и бытовую косметику и инструмент для ее нанесения. На практических занятиях отрабатывают технические моменты, (массажи, работу с аппаратами, нанесение кремов, масок…) основы профессионального макияжа, учатся подбирать цвет и стиль, общаться с клиентами, самостоятельно создавать образы, отрабатывают нанесение макияжа на моделях (людях) с разным типом кожи и формой лица, колоритом, расой и возрастом.

Профессия косметика развивает эстетический подход к клиентам и самому себе. Учащиеся приобретают достойную профессию и перспективу развития в профессиональном мастерстве.

В ходе обучения у учащихся формируются не только ЗУНы, а также развиваются личностные качества:

- уверенность;
- оригинальность;
- коммуникабельность;
- отзывчивость;
- толерантность;
- самодостаточность.

Также происходит становление ключевых компетентностей:

- коммуникативная - умение слушать и общаться с клиентом, умение общаться и строить совместную деятельность в коллективе, внешнее обаяние;
- познавательная - способность к обучению в течение жизни как в личном профессиональном, так и в социальном аспекте;
- социальная и гражданская – соблюдение правил здорового образа жизни и норм поведения в обществе, способность к регулированию конфликтов в форме диалога;
- организаторская компетентность – планирование и управление собственной деятельностью, владение навыками контроля и оценки деятельности, владение способами совместной деятельности; умение принимать решение и корректировать свою деятельность.

Ожидаемые результаты:

- умение распознавать индивидуальные особенности (тип кожи, колорит, стиль);
- знание особенностей профессиональной косметики и инструмента;
- владение техникой нанесения косметики, владение профессиональными аппаратами, эстетика профессионального

мастерства, создание образов;

- развитие коммуникативного навыка (учет индивидуальных особенностей клиента, умение работать в творческом союзе (команде).

После получения определенного объема знаний, учащиеся смогут работать по профессии косметик в специальных кабинетах, салонах и студиях красоты.

Эффективность усвоения программы оценивается по итоговой сдаче специального экзамена.

В систему отслеживания и оценивания результатов обучения по программе входят учет знаний и умений по предмету (анкетирование, опрос, тестирование), оценка профессиональных качеств обучающихся в ходе итогового тестирования, оценка проявления самостоятельности и профессионального мастерства во время практического экзамена, оцениваемого специальной комиссией.

По окончанию обучения по программе, выпускникам выдается сертификат, подтверждающий получение базовых знаний в данной области.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ

Режим занятий соответствует Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам СанПиН 2.4.4. 1251-03.

Реализация программы соответствует требованиям к обеспечению безопасности обучающихся согласно нормативно-инструктивным документам Министерства образования РФ, Министерства образования администрации Красноярского края,

Для реализации программы требуется кадровое, методическое, информационное и материально-техническое обеспечение.

I. Кадровое обеспечение.

Для реализации программы особых требований к кадровому составу не предъявляется. Образование – не ниже средне-специального по специальности – технолог косметик - эстетист. Опыт педагогической или преподавательской работы не менее 1 года в данной области.

II. Методическое обеспечение.

На данный момент при реализации программы используется имеющаяся методическая база:

Методическая литература:

- Джой Терри. Макияж/Практическое руководство: Пер. с англ. – М.: издательский дом «Ниола 21-век» 2003 г.;
- Практическое руководство, Бургес Д. формула красоты: уход за кожей макияж прически/пер. с франц.- М.: издательский дом «Ниола 21-век» 2002 г.;
- Практическое руководство, Мери Кей «Формула красоты», книга по макияжу, 2004 г;
- Подписка на журналы ДОЛОРЕС «Мода, прически, макияж» 2003-2009 гг.;
- Макияж/Подробное руководство, Р.Моррис, издательский дом «ЭКСМО», 2009 г.

Дидактические материалы:

- Комплект схем профессиональных растушёвок теней;
- Портфолио педагога - коллекция фотографий выполненных творческих работ;
- Раздаточные наглядные материалы по теме «Коррекция лица» *(приложение)*
- Комплект рабочих альбомов «Дневник визажиста» (*приложение)*
- Комплект открыток с различными изображениями, соответствующих требованиям эстетики.

Практическое пособие:

- Индивидуальные тетради учащихся «Альбом творческих эскизов».

III. Информационное обеспечение.

Перечень литературы для учащихся:

- Ваш колорит-М.: АСТ: Астель 2002 г.
- Кожа: уход и лечение: махаон 2003 Р. Остров.
- Уход за кожей лица. Разные типы кожи: АСТ, Внешсигма.
- Макияж без проблем: Карминди Аст, Астель, 2009 г.
- Макияж - это просто профессиональные секреты красоты: Ринол Классик, 2007 Р. Джонс.
- 100 советов по макияжу и уходу за кожей. Рипол Классик, 2006 Алексеева Е. А.
- Макияж за пять минут М: ЭКСМО, 2007 г.
- Макияж: идеальная внешность за 20 минут. Д. Платонова.
- Издательство ЭСКМО, 2008 г.

Перечень литературы для педагога:

- Макияж ЭКСМО, 2009 г. Р. Морис.
- Макияж- это просто профессиональные секреты красоты: Ринол Классик, 2007 г., Р. Джонс.
- Макияж от vogue АСТ, Астель 2003 г.
- Making faces K. Ancon 1997 г.

Интернет-ресурсы:

www.beautycup. Info
www.ligaspb.ru
www.dekli.ru

IV. Материально-техническое обеспечение программы.

Занятия проводятся в учебном кабинете, оснащенном необходимым оборудованием.

Для реализации программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение исходя из 8 -10 человек в группе.

1. Зеркало гримерное – на 8 рабочих мест .;
2. Магнитно-маркерная доска – 1 шт.;
3. интерактивная доска – 1 шт.;
4. Стул – 11 шт.;
5. Стол-парта – 5 шт.;
6. кушетки – 4 шт.;
7. Набор косметика – эстетиста – профессиональные аппараты и весь перечень профессиональной косметики по уходу за кожей и инструмент для нанесения косметики:

   Воскоплав для горячего воска – 4 шт.;
   Воскоплав для восковых картриджей – 4 шт.;
   Парафиновая ванночка – 3 шт.;
   Стерилизатор – 2 шт.;
   Кисти – 10 шт.:

Расходный инструмент и материал: одноразовые простыни и полотенца, спонжи, дезинфицирующие жидкости, крема, маски, воски, парафин…

8. Набор визажиста - полная палитра для нанесения макияжа:
   средства для снятия макияжа – 10 фл.;
   ватные диски (30 шт. в уп.) – 16 уп.;
   ватные палочки (100 шт. в уп.) – 1 уп.;
   инструмент (набор кистей) – 10 наборов;
   щипчики для оформления бровей – 10 шт;
   набор для покраски бровей и ресниц – 4 набора.
9. Канцелярские принадлежности:
   Раздаточный материал.;

   Бумага ф-А4 – 1 упаковка;
   простой карандаш (мяг.) – 10 шт.;
10. Электронные носители.
   Жесткий диск – 1шт.
   Флешкарта – 3 шт.
   Лицензионные диски с записями профессиональных семинаров.