**DZIENNIK PRAKTYKI ZAWODOWEJ**

**Dla …………………………………………………………słuchacza/ki III semestr**

**Technik usług kosmetycznych**

*(kierunek szkoły)*

**………………………………………………………………………………………………………………**

*(pieczęć szkoły do której uczęszcza słuchacz/ka)*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Wykonywane czynności** | **Ilość godzin** |  | **Data** | **Wykonywane czynności** | **Ilość godzin** |
|  | ***1. Wiadomości wstępne***  Omówienie programu nauczania, regulaminu pracy oraz przepisów bhp, ppoż. i SANEPID mających zastosowanie w gabinecie kosmetycznym. Wyposażenie i organizacja pracy w gabinecie kosmetycznym. Zagadnienia higieny osobistej i zachowania estetyki miejsca pracy.  ***2.Diagnostyka kosmetyczna***  Przeprowadzenie badania skóry za pomocą wzorku, dotyku, aparatury oraz specjalnych testów. Przeprowadzenie wywiadu kosmetycznego. Ustalenie zabiegu kosmetycznego i sposobu postępowania zgodnego z rozpoznaniem. Dobór właściwych preparatów. Udzielenie porady kosmetycznej. | 8 h  8 h |  | ***3. Pielęgnacja i upiększenie okolic oczu***  Technika przeprowadzenia zabiegów pielęgnacyjnych w okolicach oczu – wskazania, przeciwwskazania. Technika przeprowadzania farbowania brwi i rzęs – wskazania i przeciwwskazania. Korygowanie kształtu brwi.  ***4. Masaż twarzy, szyi i dekoltu***  Przygotowanie stanowiska pracy, preparatów i środków do masażu. Przygotowanie pacjenta do masażu. Technika wykonania poszczególnych ruchów masażu. Wskazania i przeciwwskazania.  ***5. Maski kosmetyczne***  Rodzaje i zastosowanie masek kosmetyczno-odżywczych, ściągających, ziołowych, parafinowych, liftingujących, rozgrzewających. Wskazania i przeciwwskazania. Technika przygotowania, nakładania i zdejmowania masek kosmetycznych. | 20 h  20 h  20 h |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Wykonywane czynności** | **Ilość godzin** |  | **Data** | **Wykonywane czynności** | **Ilość godzin** |
|  | ***6. Klasyczne zabiegi kosmetyczne***  Przygotowanie stanowiska pracy – odpowiednich środków kosmetycznych, sprzętu, aparatury, preparatów kosmetycznych. Właściwa organizacja pracy. Przygotowanie pacjenta do zabiegu. Technika przeprowadzania zabiegu przy ramowej pielęgnacji cery normalnej, suchej, tłustej, mieszanej, dojrzałej. Sposoby przeprowadzania oczyszczania skóry. Technika wykonania zabiegu  przy cerze z rozszerzonymi naczynkami.  ***7.Pielęgnacja piersi w gabinecie kosmetycznym***  Przygotowanie stanowiska pracy – odpowiednich środków kosmetycznych, sprzętu, aparatury, preparatów kosmetycznych. Organizacja pracy. Przygotowanie pacjenta. Technika wykonania zabiegów pielęgnacyjnych w obrębie biustu. Wskazania i przeciwwskazania  ***8. Pielęgnacja kończyn górnych***  Zabiegi pielęgnacyjne ramion, łokci i rąk. Masaż kończyny górnej. Przygotowanie stanowiska do manicure. Wykonanie manicure. | 20 h  8 h  10 h |  | ***9. Pielęgnacja kończyn dolnych***  Technika przeprowadzania zabiegów pielęgnacyjnych kończyn dolnych. Technika wykonania masażu stóp. Przygotowanie stanowiska do pedicure. Wykonanie pedicure.  ***10.Usuwania nadmiernego owłosienia***  Przygotowanie stanowiska pracy do usuwania nadmiernego owłosienia. Przygotowanie pacjenta do zabiegu. Technika przeprowadzania zabiegu przy użyciu wosku zimnego i ciepłego.  ***11.Zabiegi pielęgnacyjne na ciało***  Przygotowanie stanowiska pracy. Przygotowanie pacjenta do zabiegu. Technika wykonania peelingu na ciało. Technika wykonania masażu z zastosowaniem odpowiednich preparatów. Technika owijania folią. Wskazania i przeciwwskazania do wykonania zabiegu.  ***12 Makijaż***  Przygotowanie stanowiska pracy do makijażu. Przygotowanie klientki do zabiegu. Przygotowanie skóry do nałożenia makijażu: oczyszczenie, tonizowanie, nawilżenie. Analiza budowy twarzy kształtu twarzy, długości i kształtu brwi, rozstawienie oczu, budowa kości policzkowych, owalu twarzy, kształtu, długości i wielkości nosa, symetrii twarzy (nos, oczy, brwi). Technika tuszowania defektów skóry. Technika wykonania makijażu dziennego, wieczorowego i fantazyjnego | 10 h  10 h  10 h |

……………………………………………………………………

(podpis kierownika/opiekuna praktyk)