

Муниципальная автономная организация
дополнительного образования и профессионального обучения
«Ленинградский учебный центр» станицы Ленинградской
муниципального образования
Ленинградский район

**Методические рекомендации
по подготовке и сдаче итогового экзамена для обучающихся
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
естественнонаучной направленности
«Основы косметологии и макияж»**

ст. Ленинградская
2022 год

Методические рекомендации по подготовке и сдаче итогового экзамена для обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе естественнонаучной направленности «Основы косметологии и макияж» / Кузьмина Л.С.- ст. Ленинградская: Муниципальная автономная организация дополнительного образования и профессионального обучения «Ленинградский учебный центр» станции Ленинградской муниципальной образования Ленинградский район, 2022 г.,- 10 с.

Настоящие методические рекомендации содержат требования к подготовке и сдаче итогового экзамена для обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе естественнонаучной направленности «Основы косметологии и макияж» и имеют целью оказание помощи обучающимся данной программы при подготовке и сдачи итогового экзамена. Данный материал окажет помощь обучающимся подготовиться к итоговому экзамену.

Составитель: Кузьмина Л.С., учитель МАОДОПО ЛУЦ, высшая квалификационная категория.

Рекомендации рассмотрены и рекомендованы к использованию на методическом объединении МАОДОПО ЛУЦ, протокол заседания от 31.03 2022 № 6

Пояснительная записка

В современных условиях, в период активных социально-экономических преобразований в стране, искусства ухода за лицом и украшение лица играет особую роль, превращаясь в реальный фактор развития бизнеса в различных сферах экономической деятельности.

Лицо человека как открытая книга – все переживания, жизненные трудности, хлопоты и заботы предательски оставляют свой отпечаток на нем. Косметолог, косметик, эстетист, визажист – это специалисты, которые могут «прочитать» страницы этой книги и правильно подобрать средства по уходу за кожей и исправлению недостатков.

В настоящее время довольно востребованы и высокооплачиваемые профессии косметолог, косметик - эстет и визажист.

На сегодняшний день в условиях жесткой конкуренции необходимо уметь подать в выгодном свете своё лицо и производить уход за ним, от этого зависит успешность бизнесмена или клерка, а также зависит эффективность работы предприятия либо фирмы. Также необходимо привить с детства навыки ухода за своим лицом и уметь украшать своё лицо, применения правила декоративной косметики.

Требование к уровню освоения содержания программы.

Обучающийся должен знать:

- Анатомию и физиологию кожи
- Основы экономики
- Элементы оказания первой помощи
- Психологию общения и основы маркетинга
- Базовые и специальные средства ухода за кожей
- Типы лица
- Формы лица
- Различные косметические процедуры
- Заболевания кожи
- Гимнастику лица
- Средства макияжа
- Порядок нанесения макияжа
- Цветовые типы лица
- Виды макияжа
- Основы правильного питания
- Состав пищи

Обучающийся должен уметь:

- Устанавливать деловые контакты
- Определять тип кожи
- Определять форму лица
- Выполнять несложные косметические процедуры
- Выполнять технику массажа лица
- Выполнять гимнастику лица

- Пользоваться инструментарием для выполнения макияжа
- Выполнять различные виды макияжа
- Оказывать первую помощь при обмороке, кровотечении
- Определять состав тарелки питания

Перечень вопросов к итоговому экзамену

Теоретический блок вопросов - обучающиеся отвечают на вопросы устно:

1. Обмен веществ.
2. Сбалансированное питание.
3. Потребность организма в белке, жирах и углеводах.
4. Нутрициология.
5. 7 стадий загрязнения организма.
6. Функция нутрицевтиков для организма.
7. Строение кожи.
8. Функции кожи
9. Макияж губ, эффект «амбре».
10. Гигиена рабочего места и инструменты.
11. Основные виды растушевки теней.
12. Какие бывают маски, показания к применению
13. Моделирование лица.
14. Основные правила построения стрелок.
15. Форма глаз.
16. Значение цветных корректоров и баз.
17. Брови-форма.
18. Разновидности праймеров.

Практическая часть – обучающиеся выполняют практический показ

19. Выполнить технику демакияжа.
20. Выполнить технику нанесения гиперактивной маски.
21. Выполнить технику классического массажа лица.
22. Выполнить технику лимфодренажного массажа лица.
23. Выполнить технику моделирования лица по форме лица.
24. Выполнить технику аэробики лица.
25. Выполнить вертикальную технику смоки айс .
26. Выполнить технику «банан»-европейский макияж глаз.
27. Выполнить технику смоки с бликом.
28. Выполнить технику наложения стрел «кошачий глаз»
29. Выполнить технику наложения стрел «двойной контур»
30. Выполнить технику наложения стрел на близко посаженные глаза.
31. Выполнить технику наложения стрел на круглую форму глаз.
32. Выполнить технику наложения стрел на грустную форму глаз.
33. Выполнить технику наложения стрел при нависшем веке.
34. Выполнить технику наложения стрел при узкой форме глаз.
35. Выполнить технику коррекции носа.
36. Выполнить горизонтальную технику смоки, растяжка в 3 цвета.

- 37.Выполнить технику наложения спортивного макияжа.
- 38.Выполнить технику наложения возрастного макияжа.
- 39.Выполнить технику наложения дневного макияжа.
- 40.Выполнить технику наложения вечернего макияжа.
- 41.Выполнить технику мужского макияжа.
- 42.Выполнить технику европейский макияж с классической стрелкой.
- 43.Брови - техника оформления.

Структура ответа

Теоретический блок вопросов:

1. Обмен веществ (дать определение, перечислить виды обмена, дать краткую их характеристику)
2. Сбалансированное питание (дать определение сбалансированному питанию, дать краткую их характеристику)
3. Потребность организма в белке, жирах и углеводах (перечислить функции белке, жирах и углеводах в организме, каким должно быть их правильное соотношение) .
4. Нутрициология (дать определение, какие Вы знаете нутриенты, дать их краткую характеристику)
5. 7 стадий загрязнения организма (дать краткую характеристику каждой стадии загрязнения организма).
6. Функция нутрицевтиков для организма(дать определение, почему эти вещества необходимы, дать краткую характеристику).
7. Строение кожи (рассказать анатомию кожи и каждого слоя отдельно).
8. Функции кожи(рассказать обобщен функции кожи и каждого слоя отдельно)
9. Макияж губ, эффект «амбре».(перечислить виды макияжа губ, функция эффекта «амбре», горизонтальная, вертикальная техника- дать характеристику)
- 10.Гигиена рабочего места и инструменты (дать характеристику рабочему месту, гигиене рук и инструментам, как обработать).
- 11.Основные виды растушевки теней перечислить виды растушевки теней и охарактеризовать при какой форме глаз применяются).
- 12.Какие бывают маски, показания к применению (перечислить виды масок, дать краткую характеристику, показания)
- 13.Моделирование лица(рассказать о продуктах, используемых для моделирования лица и как выполнить моделирование для разных форм лица).
- 14.Основные правила построение стрелок (рассказать правила построение стрелок в зависимости от формы глаз, посадки глаз и строения).
- 15.Форма глаз (перечислить какие бывают формы глаз и как определить, написав формулу).
- 16.Значение цветных корректоров и баз (область применения и охарактеризовать применение каждого цвета).
- 17.Брови-форма (функция брови, формы в зависимости от формы лица, коррекция, окрашивание).

18.Разновидности праймеров (дать определение праймера, их функции, разновидности для применения и по цвету).

Практическая часть – учащиеся выполняют практический показ

19.Выполнить технику демакияжа (подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

20.Выполнить технику нанесения гиперактивной маски (подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику маски на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

21.Выполнить технику классического массажа лица(подготовить кушетку и рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

22.Выполнить технику лимфодренажного массажа лица (подготовить кушетку и рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру)..

23.Выполнить технику моделирования лица по форме лица (подготовить рабочее место, руки, оборудование, определить форму лица, и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

24.Выполнить технику аэробики лица (выполнить на себе с пояснениями функций каждого упражнения).

25.Выполнить вертикальную технику смоки айс (подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

26.Выполнить технику «банан»-европейский макияж глаз(подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

27.Выполнить технику смоки с бликом (подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

28.Выполнить технику наложения стрел «кошачий глаз» (подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

29. Выполнить технику наложения стрел «двойной контур» (подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

30.Выполнить технику наложения стрел на близко посаженные глаза. (пояснить свои действия ,подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

31.Выполнить технику наложения стрел на круглую форму глаз. (пояснить свои действия , подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

32.Выполнить технику наложения стрел на грустную форму глаз. (пояснить свои действия, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

- 33.Выполнить технику наложения стрел при нависшем веке (пояснить свои действия, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).
- 34.Выполнить технику наложения стрел при узкой форме глаз (пояснить свои действия, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).
- 35.Выполнить технику коррекции носа (пояснить свои действия, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).
- 36.Выполнить горизонтальная технику смоки, растяжка в 3 цвета (пояснить свои действия по выбору цветов, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).
- 37.Выполнить технику наложения спортивного макияжа(пояснить свои действия, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).
- 38.Выполнить технику наложения возрастного макияжа(пояснить свои действия, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).
- 39.Выполнить технику наложения дневного макияжа(пояснить свои действия, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).
- 40.Выполнить технику наложения вечернего макияжа(пояснить свои действия, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).
- 41.Выполнить технику мужского макияжа(пояснить свои действия, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).
- 42.Выполнить технику европейский макияж с классической стрелкой(пояснить свои действия, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).
- 43.Брови- техника оформления(пояснить свои действия по выбору формы, подготовить рабочее место, руки, оборудование и выполнить технику на клиенте, убрать рабочее место, завершить процедуру).

Критерии оценки ответа на экзамене

Оценка «ОТЛИЧНО» ставится, если выпускник строит ответ логично в соответствии с планом, обнаруживает глубокое знание основных понятий курса и в полной мере раскрывает содержание вопроса. Уверенно отвечает на дополнительные вопросы. При ответе грамотно использует научную лексику. Успешно справляется с практическим заданием.

Оценка «ХОРОШО» ставится, если выпускник строит ответ в соответствии с планом, обнаруживает хорошее знание основных понятий и достаточно полно раскрывает содержание вопроса. Ответ содержит ряд несущественных неточностей. Наблюдается некоторая неуверенность или

неточность при ответе на дополнительные вопросы. Речь грамотная с использованием научной лексики. Успешно справляется с практическим заданием или допускает незначительные ошибки.

Оценка «УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» ставится, если, ответ выпускника недостаточно логически выстроен. Обнаруживается слабость в развернутом раскрытии содержательных вопросов, хотя основные понятия раскрываются правильно. Наблюдается сильная степень неуверенности при ответе на дополнительные вопросы. Научная лексика используется ограниченно. Успешно справляется с практическим заданием или допускает существенные ошибки.

Оценка «НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» ставится, если, выпускник оказывается неспособным правильно раскрыть содержание основных понятий и теорий. Проявляет стремление подменить научное обоснование проблемы рассуждением бытового плана. Ответ содержит ряд серьезных неточностей. Преобладает бытовая лексика. Не способен выполнить практическое задание.

Порядок проведения итоговой аттестации

Итоговый экзамен для обучающихся должны проводиться в торжественной обстановке, в соответствующем внешнем виде.

К итоговой аттестации допускаются учащиеся, завершившие полное обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе естественнонаучной направленности «Основы косметологии и макияж» профессиональной подготовки и успешно прошедшие промежуточную аттестацию.

Не позднее, чем за полгода до начала итогового экзамена по программе педагог доводит до сведения обучающихся конкретный перечень экзаменационных вопросов по учебным дисциплинам, входящим в состав итоговой аттестации.

Перед итоговым экзаменом проводятся обзорные лекции и консультации.

Билеты выдаются обучающимся одним из членов Итоговой Комиссии. Для подготовки к устному ответу по вопросам билета отводится не менее 40 минут.

На итоговом экзамене председатель и члены комиссии имеют право задавать дополнительные и уточняющие вопросы, а также давать дополнительные вопросы при неполном ответе в пределах программы после ответа на соответствующий вопрос билета.

После завершения экзамена на закрытом заседании членов комиссии простым большинством голосов членов комиссии принимается решение об определении оценки за экзамен. При равном числе голосов голос председателя является решающим.

Результаты итогового экзамена проставляются в экзаменационной ведомости и объявляются председателем в тот же день.

По результатам итоговой аттестации выпускникам по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе естественнонаучной направленности «Основы косметологии и макияж» выдается свидетельство о прохождении обучения по программе.

Выпускникам, не прошедшим аттестационных испытаний в полном объеме и в установленные сроки по уважительным причинам, может быть назначен другой срок проведения итогового экзамена.

Выпускники, не прошедшие всех аттестационных испытаний по не указанным в Положении причинам, отчисляются из МАОДОПО ЛУЦ с выдачей им справки установленного образца, в которой указывается период обучения, перечень изученных предметов и полученные по ним оценки.

Ведомости итоговой аттестации выпускников хранятся в архиве МАОДОПО ЛУЦ.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Дисциплина «Анатомия и физиология человека»

Основные источники

1. Гайворовский И.В., Ничипорук Г.Н., Гайворовский А.И. Анатомия и физиология человека.- М.: ОИЦ «Академия», 2009

Дополнительные источники

1. Швырев А.А. Анатомия и физиология человека с основами общей патологии.- Ростов на Дону: «Феникс», 2004.

1. <http://www.klyaksa.net/>

2. <http://www.rusedu.ru/>

3. <http://www.metod-kopilka.ru/>

Дисциплина «Уход за больными»

Основные источники

1. Двойник С.И., Основы сестринского дела. / Под ред. Двойникова С.И./ - М.: ОИЦ «Академия», 2009.

Дополнительные источники

1. Сборник задач и тестов для студентов медколледжей.- Ростов на Дону: «Феникс», 2003.

2. Обуховец Т.П., Чернова О.В. Основы сестринского дела.- Ростов на Дону: «Феникс», 2011

3. Тимченко В.Н., Леванович В.В., Михайлов И.Б. Детские инфекции.- С-пб.: «ЭЛБИ-Спб», 2005.

Дисциплина «Оздоровительные спа-процедуры»

Основные источники

1. Бирюков А.А. Спортивный массаж. - М.: ОИЦ «Академия», 2008

Дополнительные источники

1. Васичкин В.И. Лечебный массаж. - М.: «АСТ», 2005.

2. Вербов А.Ф. Азбука массажа. – М.: «АСТ», С-Пб.: «Полигон», 2006.

3. Дубровский В.И, Дубровская Н.М. Практическое пособие по массажу. - М.: «ШАГ», 1993.

4. Фокин В.Н. Полный курс массажа.- М.: «Гранд», 2001.

1. <http://www.spa-shungit.com/>

2. http://vk.com/video-23903469_159850651

3. <http://www.massage.ru/>

Дисциплина «Красота и здоровье»

Основные источники:

1. Пивунова А.И. Косметология. Массаж лица. - М.: ОИЦ «Академия», 2010.

Дополнительные источники:

1. Методические рекомендации по применению биологических активных добавок ММА им. Сеченова и института питания РАМН под редакцией академика Васильева В.А. – М.: «ООО Дызарт», 2010.

2. Вербов А.Ф. Албука массажа. – М.: «АСТ», СПб.: «Полигон», 2006.

3. Колесникова А.Е. Косметология. - Ростов – на — Дону: «Феникс», 2008.

1. http://vk.com/video-23903469_159850651