

**Межрегиональный Центр Косметологии и Парикмахерского Искусства**  
**Негосударственное Образовательное Учреждение**  
**Дополнительного Профессионального Образования**  
Москва, ул. Космонавтов, д.18/2, офис 2, тел. 8-495-723-30-71, сайт [www.kosmkurs.ru](http://www.kosmkurs.ru)

**Программа профессиональной переподготовки**  
**«Декоративная косметология».**

Утверждаю 12.01.2017г.  
  
Директор Лийко Г.А.



Ответственный за реализацию программы Романова Г.Н.

**Категория слушателей:** Слушатели имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование, а также лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

**Срок обучения:** 480/48 (ак. часов /месяц)

**Форма обучения:** очная, с частичным отрывом от работы, с применением дистанционных технологий.

**Цель:** Формирование целостного представления о косметических процедурах, выработка теоретических и практических навыков в косметическом деле. Освоение современными и инновационными техниками в декоративной косметике в связи с выполнением новых производственных обязанностей.

**Задачи:** В результате изучения данного курса слушатели должны:

**1. Знать:**

- Правила выполнения косметических работ;
- Правила санитарии и гигиены;
- Назначение применяемых инструментов приемы пользования ими и правила хранения;
- Правила обслуживания клиентов и оказание первой медицинской доврачебной помощи;
- Правила безопасности труда, электро и пожарной безопасности.

**2. Уметь:**

- Выполнять поверхностную и гигиеническую очистку кожи лица и тела, выполнять уходы за разными типами кожи, накладывать маски и аппликации;
- Выполнять косметический массаж лица и тела ;
- Выполнять обертывания тела;
- Проводить дезинфекцию и стерилизацию инструментов;
- Соблюдать правила безопасности труда, пользоваться средствами пожаротушения, оказывать первую помощь при несчастных случаях;
- Удалять ненужные волоски с лица и тела;
- Выполнять коррекцию и окраску бровей и ресниц красителями;
- Определять типы кожи.

Утвержден:

Приказом по учреждению

№ 8-17СО от «26» апреля 2017г.

директор НОУ ДПО «Межрегиональный центр  
косметологии и парикмахерского искусства»



Лийко Г.А.

# **Годовой календарный учебный график НОУ ДПО «Межрегиональный центр косметологии и парикмахерского искусства» на 2017- 2018 учебный год.**

## **Пояснительная записка**

### **Нормативное обеспечение учебного плана**

*Учебный план – нормативный документ, устанавливающий перечень образовательных областей в соответствии с федеральными государственными требованиями к структуре программы дополнительного профессионального образования и объем недельной образовательной нагрузки в соответствии СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».*

Нормативную базу учебного плана составляют:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» в той их части, которая не относится к детям.
- Устав НОУ ДПО «МЦКПИ».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 1 июля 2013 г. N 499 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам"

## **Режим работы НОУ ДПО «Межрегиональный центр косметологии и парикмахерского искусства».**

НОУ ДПО «МЦКПИ» работает в режиме семидневной рабочей недели. Выходные дни - праздничные дни, установленные законодательством РФ. Ежедневный график работы с 9.00 до 20.00.

### **Продолжительность учебного года по программе «Декоративная косметология».**

Образовательный период осуществляется с 11.09.2017 г. по 06.07.2018 г., то есть 10 месяцев или 40 недель (480 ак.часов), с учетом промежуточной и итоговой аттестации.

Продолжительность учебной недели- 3 дня: понедельник, среда и пятница. Количество академических часов в день - 4.

### **Календарный учебный график на 2017-2018 год.**

<b>Периоды учебного года</b>	<b>Дата начала и дата окончания учебного периода</b>	<b>Количество недель</b>	<b>Кол-во дней</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Место проведения</b>
Учебный период	11.09.2017г. – 25.12.2017г.	17	51	204	г. Москва, ул. Космонавтов д.18/2
Зимние каникулы	26.12.2017г. – 09.01.2018г.	2	15	-	
Учебный период	10.01.2018г. – 30.04.2018г.	15	45	180	г. Москва, ул. Космонавтов д.18/2
Весенние каникулы	01.05.2018г. – 10.05.2018г.	2	9	-	
Учебный период	11.05.2018г. – 06.07.2018г.	8	24	96	г. Москва, ул. Космонавтов д.18/2
Итого:		40	120	480	

Регламентирование образовательного процесса на день						
№ группы	Продолжительность занятия	Количество ак. часов в день	Продолжительность ак. часа, мин.	Продолжительность перерыва между парами, мин.	Количество ак. часов в неделю	Перерыв между группами в мин.
1.	9.00 – 12.20	4	45	20	12ч.	10
	12.30 – 15.50	4	45	20	12ч.	10
2.	16.00 – 19.20	4	45	20	12ч.	10
3.						
4.	12.20 – 19.20	8	45	60	24ч.	10
Минимальный перерыв между парами Перерыв на обед для обучающихся более 3-х часов			Все группы	10 минут  40 минут		

## Комплекс организационно-педагогических условий.

### Календарный учебный график программы профессиональной переподготовки

#### «Декоративная косметология»

Модуль	Период проведения	Темы занятий	Форма занятия	Кол-во Ак. час	Форма Контроля	Место проведения занятий
I	11.09.2017-13.10.2017	Введение в профессию.	Лекция	70	Зачет	г.Москва, ул. Космонавтов, д.18/2

II	16.10.2017- 20.11.2017	Косметический массаж.	Лекция Практика Всего	10 50 60	Зачет	г.Москва, ул. Космонавтов, д.18/2
III	22.11.2017- 19.01.2018	Косметические процедуры:	Лекция Практика Всего	14 60 74	Опрос	г.Москва, ул. Космонавтов, д.18/2
IV	20.01.2018- 03.03.2018	Макияж.	Лекция Практика Всего	8 46 54	Зачет	г.Москва, ул. Космонавтов, д.18/2
V	04.03.2018- 06.04.2018	Процедуры с использова- нием аппаратов.	Лекция Практика Всего	10 38 48	Опрос	г.Москва, ул. Космонавтов, д.18/2
VI	07.04.2018- 09.06.2018	Биохимия и косметическая химия	Лекция	110	Зачет	г.Москва, ул. Космонавтов, д.18/2
VII	10.06.2018- 28.06.2018	Косметические процедуры по телу.	Лекция Практика Всего	10 30 40	Зачет	г.Москва, ул. Космонавтов, д.18/2
VIII	29.06.2018- 04.07.2018	Геронтология.	Лекция	12	Опрос	г.Москва, ул. Космонавтов, д.18/2
IX	05.07.2018- 10.07.2018	Трихология.	Лекция	8	Опрос	г.Москва, ул. Космонавтов, д.18/2
		Итого:		480		

**Межрегиональный Центр Косметологии и Парикмахерского Искусства**  
**Негосударственное Образовательное Учреждение**  
**Дополнительного Профессионального Образования**  
 Москва, ул. Космонавтов, д.18/2, офис 2, тел. 8-495-723-30-71, сайт [www.kosmkurs.ru](http://www.kosmkurs.ru)

**Учебно- тематический план образовательной программы**

**«Декоративная косметология» (срок 480 ак. часов).**

Мо- ду- ль	Темы занятий	Форма зая- тия	Ак.час	Форма Конт- роля
I	<u>1.Введение в косметологию.</u> - Определение понятий косметолог, визажист, косметика, космецевтика. - Общие требования к специалисту. - Общие требования к косметическому кабинету и оборудованию. - Сан Пин 2.1.2.2631-10 и Сан Пин 2.1.3.2630-10	Лекция	10	Опрос
	<u>2.Строение кожи:</u> 2.1.Эпидермис. - Пять слоев эпидермиса. - Основные клетки эпидермиса. Меланогенез. 2.2.Дерма. Два слоя дермы. Аморфное вещество. Коллагеновые и эластиновые волокна. 2.3.Гиподерма. 2.4.Сосудистая система кожи 2.5.Нервная система кожи 2.6.Лимфатическая система кожи 2.7.Потовые и сальные железы 2.8.Водножировая мантия кожи. 2.9.Функции кожи.	Лекция	10	Опрос
	<u>3.Дерматология – кожные заболевания.</u> 3.1.Морфологические элементы кожи. 3.2.Классификация кожных болезней: - Доброкачественные и злокачественные кожные заболевания. (Атеромы, Фибромы, Гемангиомы, Ксантомы, Базалиома, Плоскоклеточный рак, Меланома) - Паразитарные заболевания кожи. (Часотка, Демодекс, Педикулез) - Вирусные заболевания кожи. (Бородавки, Герпес, Контагиозный моллюск) - Сосудистые заболевания кожи. (Розовые угри) - Заболевания сальных желез. (Себорея, Акне) - Гнойничковые заболевания кожи. (Стафилодермии, Стрептодермии, Стрептостафилодермии) - Грибковые заболевания кожи. (Кератомикозы, Дерматомикозы, Грибковые заболевания волос, Грибковые заболевания ногтей) - Восполительные заболевания кожи. (Простой контактный дерматит, Аллергический дерматит, Себорейный дерматит, Нейродермит) - Зудящие дерматозы. (Экзема, Псориаз).	Лекция	30	Зачет
II	<u>4.Косметический массаж.</u> 4.1.Анатомия головы и шеи. - Строение лицевого и мозгового черепа. - Мимические и жевательные мышцы лица. - Поверхностные, средние и глубокие мышцы шеи.	Лекция Практика Всего	10 50 60	Зачет

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Кровообращение головы и шеи.</li> <li>- Лимфатические сосуды и узлы головы и шеи.</li> <li>- Нервы головы и шеи.</li> </ul> <p>4.2.Косметический массаж лица по Ахабадзе: Определение массажа; Показания и противопоказания к массажу; Действие на кожу и мышцы; Результат массажа; Норма времени и режим проведения процедур; Массажные средства; Приемы массажа; Основные правила массажа; 31 движение массажа.</p> <p>4.3.Косметический массаж шеи спереди</p> <p>4.4.Косметический массаж воротниковой зоны</p> <p>4.5.Массаж лица по Жаке.</p> <p>4.6.Пластический массаж лица от морщин.</p>			
III	<p><u>5.Дэпиляция теплым о горячим воском:</u> Показания, противопоказания к процедуре. Бандажная методика.</p>	<p>Лекция Практика Всего</p>	<p>2 8 10</p>	Опрос
	<p><u>6.Парафиновая маска.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Определение парафина.</li> <li>- Показания и противопоказания.</li> <li>- Парафиновая маска лица.</li> <li>- Парафин для рук и стоп.</li> </ul>	<p>Лекция Практика Всего</p>	<p>1 5 6</p>	Опрос
	<p><u>7.Уход за кожей лица и шеи.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Очищение кожи.</li> <li>○ Увлажнение кожи.</li> <li>○ Питание кожи.</li> <li>○ Защита кожи.</li> </ul> <p>Комплексный уход за разными типами кожи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Комплексный уход за нормальной кожей.</li> <li>- Комплексный уход за сухой кожей.</li> <li>- Комплексный уход за жирной кожей.</li> <li>- Комплексный уход за возрастной кожей.</li> <li>- Комплексный уход за чувствительной кожей</li> <li>- Комплексный уход за кожей с проявлениями телеангиэктазии.</li> </ul>	<p>Лекция Практика Всего</p>	<p>2 16 18</p>	Опрос
	<p><u>8.Диагностика кожи.</u></p> <p>8.1.Определение диагностики кожи.</p> <p>8.2.Что требуется для диагностики?</p> <p>8.3.Диагностика кожи по Ферштейну:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Классификация типов кожи:</li> <li>- Нормальная кожа</li> <li>- Нормальная типичная кожа</li> <li>- Нормальная кожа с нарушенным эпидермальным барьером</li> <li>- Нормальная обезвоженная кожа</li> <li>- Сухая кожа</li> <li>- Сухая типичная кожа</li> <li>- Сухая кожа с нарушенным эпидермальным барьером</li> </ul>	<p>Лекция Практика Всего</p>	<p>6 24 30</p>	Зачет

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сухая обезвоженная кожа</li> <li>- Жирная кожа</li> <li>- Жирная типичная кожа</li> <li>- Жирная кожа с нарушенным эпидермальным барьером</li> <li>- Жирная обезвоженная кожа</li> <li>- Густая себорея</li> <li>- Жирная себорея</li> <li>- Смешанная себорейная кожа</li> </ul> <p>8.4.Карта клиента. 8.5.Диагностика кожи по Вуду.</p>			
IV	<p>9. <u>Макияж.</u></p> <p>9.1.Колористика – цветовые типы: Тип осени. -Тест для определения цветового типа осени. -Идеальные краски осени -Неподходящие цвета Тип лето. - Тест для определения цветового типа лета. - Идеальные краски лета - неподходящие цвета Тип весна. - Тест для определения цветового типа весны. - Идеальные краски весны. - неподходящие цвета. Тип зима. - Тест для определения цветового типа зимы. - Идеальные краски зимы. - неподходящие цвета.</p> <p>9.2.Декоративная косметика. - Средства декоративной косметики, их состав и цель применения. - Основные требования к кисточкам и спонжам.</p> <p>9.2.1.Грунтовка кожи. - теория светотени - коррекция красных пятен, прыщей, пигментных пятен, морщин, синяков под глазами. - коррекция формы лица.</p> <p>9.2.2.Коррекция бровей. - Окраска бровей и ресниц</p> <p>9.2.3.Макияж глаз Коррекция глаз: - Коррекция размера и разреза глаз. - Коррекция близко посаженных и широко расставленных глаз. - Коррекция нависшего века. - Коррекция опущенных уголков глаз. - Коррекция выпуклых и глубоко посаженных глаз - Коррекция ассиметрии глаз. - Все виды подводок.</p>	Лекция Практика Всего	8 46 54	Зачет

	<p>9.2.4.Макияж губ.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ежедневный макияж губ</li> <li>- Стойкий макияж губ</li> <li>- Коррекция губ:</li> <li>- Коррекция размера губ.</li> <li>- Коррекция ассиметрии губ.</li> <li>- Коррекция опущенных уголков губ.</li> </ul> <p>9.3.Виды макияжа</p> <p>9.3.1.Дневной макияж – особенности и виды.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Спортивный макияж.</li> </ul> <p>9.3.2.Вечерний макияж – особенности и виды.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Дискоточный макияж</li> <li>- Возрастной макияж.</li> <li>- Элитный макияж.</li> </ul> <p>9.3.3.Свадебный макияж – особенности и виды.</p> <p>9.3.4.Фантазийный макияж.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подиумный макияж</li> <li>- Карнавальный макияж</li> <li>- Маскарадный макияж.</li> </ul>			
V	<p><u>10. Аппаратная косметология.</u></p> <p>10.1.Постоянный непрерывный электрический ток:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Гальванизация – определение, показание и противопоказание к процедуре, методика.</li> <li>- Ионофорез (электрофорез) -определение, показание и противопоказание к процедуре, методика.</li> <li>- Дезинкрустация - определение, показание и противопоказание к процедуре, методика.</li> </ul> <p>10.2.Импульсные токи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- д'Арсонвализация - определение, показание и противопоказание к процедуре, методика.</li> <li>- ультратон</li> </ul> <p>10.3.Вакуумный массаж.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вакуумная чистка - определение, показание и противопоказание к процедуре, методика.</li> </ul> <p>10.4. Ультразвуковой скрабер.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ультразвуковая чистка-определение, показание и противопоказание к процедуре, методика.</li> </ul> <p>10.5.Броссаж - определение, показание и противопоказание к процедуре, методика.</p> <p>10.6.Атравматичная чистка - определение, показание и противопоказание к процедуре, методика.</p> <p>10.7.Использование искусственной воздушной среды:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вазоризация - определение, показание и противопоказание к процедуре, методика.</li> </ul>	<p>Лекция</p> <p>Практика</p> <p>Всего</p>	<p>10</p> <p>38</p> <p>48</p>	<p>Опрос</p>
	<p><u>11.Маски- классификация,показания, противопоказания, схема нанесения.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Парафиновая маска</li> <li>- Альгинатная маска</li> <li>- Скульптурная-моделирующая маска</li> </ul>	<p>Лекция</p> <p>Практика</p> <p>Всего</p>	<p>2</p> <p>14</p> <p>16</p>	<p>Опрос</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Подсушивающие, порочуживающие маски</li> <li>- Коллагеновые маски.</li> <li>- Гипсовые маски.</li> </ul>			
VI	<p><u>12.Биохимия.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Общее строение клетки: строение оболочки, цитоплазмы и ядра.</li> <li>- Белки кожи. (Кератин, Коллаген, Эластин)</li> <li>- Углеводы кожи.(Мукополисахариды, Глюкоза, Гепарин, Гиалуроновая кислота)</li> <li>- Жиры кожи. (Триглицериды, Ненасыщенные и насыщенные жирные кислоты, Сквален, Фосфолипиды, Липопротеины, Гликолипиды)</li> <li>- Гормоны кожи</li> <li>- Ферменты кожи.</li> <li>- Витамины кожи.</li> <li>- Микроэлементы кожи.</li> </ul>	Лекция	16	Опрос
	<p><u>13.Косметическая химия.</u></p> <p>Форма упаковки.  Международные требования к упаковке.  Сертификация косметической продукции  Форма косметической продукции.  Классификация сырья:</p> <p>13.1.Липиды:  <ul style="list-style-type: none"> <li>- натуральные растительные масла и животные жиры.</li> <li>- натуральные воски животного и растительного происхождения.</li> <li>- высокомолекулярные спирты и жирные кислоты</li> <li>- ценные липиды</li> <li>- полусинтетические и синтетические жиры и воски.</li> </ul> </p> <p>13.2.Минеральные масла – определение; недостатки и преимущества; в какой косметике содержатся.</p> <p>13.3.Силиконовые масла - определение; недостатки и преимущества; в какой косметике используются.</p> <p>13.4.Растворители.</p> <p>13.5.Высокомолекулярные соединения для образования гелей и лаков - определение; классификация; в какую косметику добавляются.</p> <p>13.6.Абразивные вещества и наполнители - определение; классификация; в какую косметику добавляются.</p> <p>13.7.Эмульгаторы - определение; классификация.</p> <p>13.8.Поверхностно-активные вещества – определение; классификация: анионные, катионные, амфотерные, неионные, сахаристые; в какую косметику вводят.</p> <p>13.9.Консерванты – определение и классификация.</p> <p>13.10.Душистые вещества - определение; классификация.</p> <p>13.11.Красители – определение, классификация.</p> <p>13.12.Солнцезащитные фильтры - определение; классификация.</p>	Лекция	42	Зачет

	<p>13.13. Увлажнители – определение; классификация.</p> <p>13.14. Биостимуляторы – определение; классификация.</p> <p>13.15. Энхансеры.</p> <p>13.16. Комплексообразователи.</p> <p>13.17. Абразивные вещества.</p> <p>13.18. Соллюбилизаторы.</p> <p>13.19. Липосомальная косметика.</p> <p>13.20. Кислородная косметика.</p>			
	<p><u>14. Эфирные масла.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- История ароматерапии.</li> <li>- Определение и роль эфирного масла.</li> <li>- Классификация эфирных масел.</li> <li>- Состав и свойства эфирных масел.</li> <li>- Действие эфирных масел.</li> <li>- Методы получения эфирных масел.</li> <li>- Определение качества эфирных масел.</li> <li>- Показания и противопоказания.</li> <li>- Проникновение эфирных масел.</li> <li>- Методы использования эфирных масел.</li> </ul>	Лекция	12	Опрос
	<p><u>15. История косметики.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Древний мир. Первые косметические средства племен. Египет, Греция, Китай, Япония, Индия, Россия, Европа.</li> <li>- Средние века.</li> <li>- Эпоха Возрождения. Италия, Франция.</li> <li>- Косметология в 15-18 веках.</li> <li>- Косметология в 19-21 веках. Новая косметология.</li> </ul>	Лекция	8	Доклад
	<p><u>16. Психологические аспекты профессии.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Психология общения с клиентом в салоне красоты.</li> <li>- Психологические типы клиентов.</li> <li>- Конфликтология.</li> <li>- Психологический портрет специалиста.</li> <li>- Психологический тренинг.</li> </ul>	Лекция Тренинг	12	Тренинг
	<p><u>17. Растительные экстракты в косметике.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- История фитотерапии.</li> <li>- Определение и роль фитотерапии.</li> <li>- Классификация растений.</li> <li>- Состав и свойства растений.</li> <li>- Действие растений.</li> <li>- Методы приготовления соков, настоев, отваров, настоек и чаи.</li> <li>- Определение качества растений.</li> <li>- Показания к фитотерапии.</li> <li>- Методы использования растений.</li> </ul>	Лекция	8	Опрос
VII	<p><u>18. Косметические процедуры по телу.</u></p> <p>18.1. Сравнительный анализ целлюлита и ожирения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определение</li> <li>- отличительные признаки: расположение; вид кожи; ощущения; периоды появления; причины</li> </ul>	Лекция Практика всего	10 30 40	Опрос

	<p>возникновения.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы профилактики и борьбы с целлюлитом и ожирением.</li> </ul> <p>18.2. Антицеллюлитные процедуры:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- антицеллюлитный массаж</li> <li>- антицеллюлитные обертывания.</li> <li>- антицеллюлитная косметика.</li> </ul> <p>18.3. Основы здорового питания.</p>			
	<p><u>19. Дэпиляция.</u></p> <p>Классификация методов, определение, показание, противопоказание, суть методов.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Восковая эпиляция.</li> <li>- Шугаринг.</li> </ul>	<p>Лекция</p> <p>Практика</p> <p>Всего</p>	<p>2</p> <p>8</p> <p>10</p>	Опрос
	<p><u>20. Поверхностные пилинги.</u></p> <p>Показания, противопоказания. Классификация.</p> <p>Методики поверхностных пилингов.</p>	<p>Лекция</p> <p>Практика</p> <p>Всего</p>	<p>2</p> <p>8</p> <p>10</p>	Опрос
	<p><u>21. Грязевые процедуры.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- История грязевых масок.</li> <li>- Классификация пелоидов.</li> <li>- Состав и свойства грязей.</li> <li>- Показания и противопоказания.</li> <li>- Действие грязей.</li> <li>- Методы наложения грязевых масок, аппликаций, обертывания.</li> </ul>	<p>Лекция</p> <p>Практика</p> <p>Всего</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>4</p>	Опрос
	<p><u>22. Талассопродурды</u> – методы с помощью водорослей, солей, морского климата.</p>	<p>Лекция</p>	<p>2</p>	Опрос
VIII	<p><u>23. Геронтология.</u></p> <p>23.1. Теории старения кожи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Теория свободных радикалов.</li> <li>- Теломерная теория.</li> <li>- Фотостарение. Солнцезащитная программа</li> </ul> <p>23.2. Причины старения кожи.</p> <p>23.3. Профилактика преждевременного старения кожи.</p> <p>23.4. Климакс.</p> <p>23.5. Консультирование клиента за 30.</p> <p>23.6. Омолаживающие процедуры.</p>	<p>Лекция</p>	<p>12</p>	Опрос
IX	<p><u>24. Трихология.</u></p> <p>24.1. Строение волос:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Стадии роста волос.</li> </ul> <p>24.2. Классификация типов волос.</p> <p>24.3. Уход за волосами.</p> <p>24.4. Заболевания волос.</p> <p>24.5. Маски для волос.</p>	<p>Лекция</p>	<p>8</p>	Опрос
	<p><u>25. СПА - оператор.</u></p>	<p>Лекция</p>	<p>4</p>	Опрос
	<p><u>26 Экзамен и дипломная работа</u></p>		<p>4</p>	
	<p><u>Итого:</u></p>		<p>480</p>	

**Межрегиональный Центр Косметологии и Парикмахерского Искусства**  
**Негосударственное Образовательное Учреждение**  
**Дополнительного Профессионального Образования**  
 Москва, ул. Космонавтов, д.18/2, офис 2, тел. 8-495-723-30-71, сайт [www.kosmkurs.ru](http://www.kosmkurs.ru)

**Учебный план программы профессиональной переподготовки**

**«Декоративная косметология»:**

Мо- ду- ль	Темы занятий	Форма заня- тия	Ак.час	Форма Конт- роля
I	<u>Введение в профессию.</u> - Определение понятий косметик, косметолог, визажист, косметика, косметцевтика. - Общие требования к специалисту. - Общие требования к косметическому кабинету и оборудованию. - Сан Пин 2.1.2.2631-10 и Сан Пин 2.1.3.2630-10 Строение кожи. Дерматология.	Лекция	70	Зачет
II	<u>Косметический массаж.</u> Анатомия головы и шеи. Косметический массаж лица по Ахабадзе: Определение массажа; Показания и противопоказания к массажу; Действие на кожу и мышцы; Результат массажа; Норма времени и режим проведения процедур; Массажные средства; Приемы массажа; Основные правила массажа; 31 движение массажа. Косметический массаж шеи спереди Косметический массаж воротниковой зоны Массаж лица по Жаке. Пластический массаж лица от морщин.	Лекция Прак- тика Всего	10 50 60	Зачет
III	<u>Косметические процедуры:</u> Дэпиляция теплым и горячим воском: Показания, противопоказания к процедуре. Бандажная методика. Парафиновая маска. Диагностика кожи. Уход за кожей лица и шеи.	Лекция Прак- тика Всего	14 60 74	Опрос
IV	<u>Макияж.</u> Колористика – цветовые типы: лето, весна, зима и осень. Декоративная косметика.	Лекция Прак- тика Всего	8 46 54	Зачет

	Грунтовка кожи. Коррекция бровей. Окраска бровей и ресниц Макияж глаз Макияж губ. Виды макияжа: дневной макияж, вечерний макияж, свадебный макияж, фантазийный макияж.			
V	<u>Процедуры с использованием аппаратов:</u> постоянный непрерывный электрический ток; импульсные токи; вакуумный массаж, вакуумная чистка, ультразвуковая чистка, броссаж, атравматичная чистка, использование искусственной воздушной среды.	Лекция Практика Всего	10 38 48	Опрос
VI	<u>Биохимия:</u> Общее строение клетки, белки кожи, углеводы кожи, жиры кожи, гормоны кожи, ферменты кожи, витамины кожи, микроэлементы кожи. <u>Косметическая химия.</u> Форма упаковки. Международные требования к упаковке. Сертификация косметической продукции Форма косметической продукции. Классификация сырья: липиды, увлажнители, эмульгаторы, консерванты, павы, эфирные масла, растительные экстракты для приготовления масок и кремов.	Лекция	110	Зачет
VII	<u>Косметические процедуры по телу.</u> Сравнительный анализ целлюлита и ожирения: определение, отличительные признаки, методы профилактики и борьбы с целлюлитом и ожирением. Антицеллюлитные процедуры: массаж и обертывания. Основы здорового питания.	Лекция Практика всего	10 30 40	Зачет
VIII	<u>Геронтология.</u> Теории старения кожи, причины старения кожи, профилактика преждевременного старения кожи.	Лекция	12	Опрос
IX	<u>Трихология.</u> Строение волос, классификация типов волос, уход за волосами.	Лекция	8	Опрос
	<u>Экзамен и написание дипломного проекта</u>		4	
	<u>Итого:</u>		480	

## Рабочая программа «Декоративная косметология».

### Наименование модулей/тем и их содержание:

#### Модуль I «Введение в профессию».

Определение понятий косметик, косметолог, визажист, косметика, косметцевтика. Общие требования к специалисту. Общие требования к косметическому кабинету и оборудованию.

Сан Пин 2.1.2.2631-10 и Сан Пин 2.1.3.2630-10. Дезинфекция и стерилизация инструментов. Строение кожи. Дерматология. Психология общения с клиентом. Психологический тренинг.

## **Модуль II «Косметический массаж».**

Анатомия головы и шеи. Косметический массаж лица по Ахабадзе: определение массажа; показания и противопоказания к массажу; действие на кожу и мышцы; результат массажа; норма времени и режим проведения процедур; массажные средства; приемы массажа; основные правила массажа; 31 движение массажа. Косметический массаж шеи спереди. Косметический массаж воротниковой зоны. Массаж лица по Жаке. Пластический массаж лица от морщин.

## **Модуль III «Косметические процедуры».**

Дэпиляция теплым и горячим воском. Показания, противопоказания к процедуре. Бандажная методика. Парафиновая маска. Диагностика кожи. Уход за различными типами кожи лица и шеи с помощью профессиональных продуктов.

## **Модуль IV «Макияж».**

Теория колористики. Изучение цветовых типов: лето, весна, зима и осень. Материалы и инструменты для макияжа, правила их использования, их дезинфекция и хранение. Грунтовка кожи. Коррекция бровей. Окраска бровей и ресниц. Выполнение макияжа глаз с учетом их коррекции. Макияж губ. Выполнение следующих видов макияжа: дневной макияж, вечерний макияж, свадебный макияж, фантазийный макияж.

## **Модуль V «Процедуры с использованием аппаратов».**

Методики, показания и противопоказания к процедурам, которые используют постоянный непрерывный электрический ток; импульсные токи; вакуумный массаж, вакуумная чистка, ультразвуковая чистка, броссаж, атравматичная чистка, использование искусственной воздушной среды.

## **Модуль VI «Биохимия».**

Общее строение клетки, белки кожи, углеводы кожи, жиры кожи, гормоны кожи, ферменты кожи, витамины кожи, микроэлементы кожи. Косметическая химия: упаковка и сырье для производства косметических продуктов. Форма упаковки. Международные требования к упаковке. Сертификация косметической продукции. Форма косметической продукции. Классификация сырья: липиды, увлажнители, эмульгаторы, консерванты, павы, эфирные масла, растительные экстракты для приготовления масок и кремов.

## **Модуль VII «Косметические процедуры по телу».**

Сравнительный анализ целлюлита и ожирения: определение, отличительные признаки, методы профилактики и борьбы с целлюлитом и ожирением. Антицеллюлитные процедуры: массаж и обертывания. Основы здорового питания.

## Модуль VIII «Геронтология».

Теории старения кожи, причины старения кожи, профилактика преждевременного старения кожи. Уход за увядающей кожей с использованием профессиональной косметики.

## Модуль IX «Трихология».

Строение волос, классификация типов волос, уход за волосам и волосистой части головы с использованием профессиональных косметических средств для волос.

### Материальное оснащение программы профессиональной переподготовки «Декоративная косметология»:

Мо-ду-ль	Темы занятий	Материальное оснащение занятий	Кол-во, штук
I	<u>Введение в профессию.</u> - Определение понятий косметик, косметолог, визажист, косметика, косметолог. - Общие требования к специалисту. - Общие требования к косметическому кабинету и оборудованию. - Сан Пин 2.1.2.2631-10 и Сан Пин 2.1.3.2630-10 Строение кожи. Дерматология.	- доска - парты - стулья - телевизор и DVD - часы настенные - ноутбук ACER - стол преподавателя - стул преподавателя	1 8 12 1 1 1 1 1
II	<u>Косметический массаж.</u> Анатомия головы и шеи. Косметический массаж лица по Ахабадзе: Определение массажа; Показания и противопоказания к массажу; Действие на кожу и мышцы; Результат массажа; Норма времени и режим проведения процедур; Массажные средства; Приемы массажа; Основные правила массажа; 31 движение массажа. Косметический массаж шеи спереди Косметический массаж воротниковой зоны Массаж лица по Жаке. Пластический массаж лица от морщин.	- кушетки - стулья - косметика «Аравия» - масло для массажа - одноразовые расходные материалы - манекен (голова) ученический для массажа лица - тележка косметическая - УФ рециркулятор «Дезар»	4 12 8 1 50 10 2 1
III	<u>Косметические процедуры:</u> Дэпиляция теплым и горячим воском: Показания, противопоказания к процедуре. Бандажная методика. Парафиновая маска. Диагностика кожи. Уход за кожей лица и шеи.	- кушетки - стулья - косметика «Аравия» - воскоплавы - одноразовые расходные материалы - тележка косметическая - УФ рециркулятор «Дезар» - часы настенные	4 12 8 3 50 2 1 1
IV	<u>Макияж.</u>	-кресла	10

	<p>Колористика – цветовые типы: лето, весна, зима и осень.  Декоративная косметика.  Грунтовка кожи.  Коррекция бровей.  Окраска бровей и ресниц  Макияж глаз  Макияж губ.  Виды макияжа: дневной макияж, вечерний макияж, свадебный макияж, фантазийный макияж.</p>	<p>- зеркала  - наборы кистей  - декоративная косметика (палитры теней, пудры, помад, румян)  - одноразовые расходные материалы  - тележка  косметическая  - УФ рециркулятор «Дезар»  - часы настенные</p>	<p>6  15  13  50  3  1  1</p>
V	<p><u>Процедуры с использованием аппаратов:</u>  постоянный непрерывный электрический ток; импульсные токи; вакуумный массаж, вакуумная чистка, ультразвуковая чистка, броссаж, атравматичная чистка, использование искусственной воздушной среды.</p>	<p>- кушетки  - стулья  - косметика «Аравия»  - Косметический комбайн  - одноразовые расходные материалы  - тележка  косметическая  - УФ рециркулятор «Дезар»  - часы настенные</p>	<p>4  12  8  1  50  2  1  1</p>
VI	<p><u>Биохимия:</u>  Общее строение клетки, белки кожи, углеводы кожи, жиры кожи, гормоны кожи, ферменты кожи, витамины кожи, микроэлементы кожи.  <u>Косметическая химия.</u> Форма упаковки.  Международные требования к упаковке.  Сертификация косметической продукции  Форма косметической продукции.  Классификация сырья: липиды, увлажнители, эмульгаторы, консерванты, павы, эфирные масла, растительные экстракты для приготовления масок и кремов.</p>	<p>- доска  - парты  - стулья  - телевизор и DVD  - часы настенные  - ноутбук ACER  - стол преподавателя  - стул преподавателя</p>	<p>1  8  12  1  1  1  1</p>
VII	<p><u>Косметические процедуры по телу.</u>  Сравнительный анализ целлюлита и ожирения: определение, отличительные признаки, методы профилактики и борьбы с целлюлитом и ожирением.  Антицеллюлитные процедуры: массаж и обертывания. Основы здорового питания.</p>	<p>- кушетки  - стулья  - косметика «Аравия»  - масло для массажа  - одноразовые расходные материалы  - тележка  косметическая  - УФ рециркулятор «Дезар»  - часы настенные</p>	<p>4  12  8  1  50  2  1  1</p>

VIII	<u>Геронтология.</u> Теории старения кожи, причины старения кожи, профилактика преждевременного старения кожи.	- доска - парты - стулья - телевизор и DVD - часы настенные - ноутбук ACER - стол преподавателя - стул преподавателя	1 8 12 1 1 1 1 1
IX	<u>Трихология.</u> Строение волос, классификация типов волос, уход за волосами.	- доска - парты - стулья - телевизор и DVD - часы настенные - ноутбук ACER - стол преподавателя - стул преподавателя	1 8 12 1 1 1 1 1
	<u>Экзамен и написание итоговой работы.</u>	- доска - парты - стулья - телевизор и DVD - ноутбук ACER	1 8 12 1 1

Обучающийся обеспечивается учебниками в электронном виде, рекомендованные Министерством образования и науки РФ. Учебно-методическая литература разработана преподавателями самостоятельно с учетом Государственных требований к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников по программам дополнительного профессионального образования, реализуемых учреждением. Списки учебной литературы высылаемые обучающимся в электронном виде и выдаваемые в библиотеке представлены в конце программы.

### **Практические занятия.**

Целью практических занятий является овладение слушателями практических навыков в декоративной косметологии. Практические занятия предусматривают выполнение различных заданий в рамках курса: очищение кожи лица, рук, ног и тела; уход за разными типами кожи, постановка косметического диагноза, наложение профессиональных масок, выполнение косметического массажа лица и тела, наложение аппликаций и обертываний, удаление лишних волосков с поверхности лица и тела с помощью воска и сахара, выполнение дневного, вечернего макияжа, коррекцию бровей, окраска бровей и ресниц.

### **Самостоятельная работа**

Самостоятельная работа слушателей предполагается перед началом очных занятий и заключается в изучении лекций и литературы, которые предоставляются слушателям заблаговременно, а также в период очного обучения в виде выполняемых домашних заданий. Например: нарисовать рисунки кожи и клетки человека, подготовить доклады и презентации

на различные темы. Самостоятельная работа предполагается и при написании итоговой письменной работы после очных занятий.

**Межрегиональный Центр Косметологии и Парикмахерского Искусства**  
**Негосударственное Образовательное Учреждение**  
**Дополнительного Профессионального Образования**  
Москва, ул. Космонавтов, д.18/2, офис 2, тел. 8-495-723-30-71, сайт [www.kosmkurs.ru](http://www.kosmkurs.ru)

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Учебный план по программе профессиональной переподготовки дополнительного профессионального образования «Декоративная косметология» слушателей Негосударственного образовательного учреждения дополнительного профессионального образования «Межрегиональный центр косметологии и парикмахерского искусства», имеющих среднее профессиональное и (или) высшее образование, а также лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование, разработан Учреждением самостоятельно с использованием примерного учебного плана курса «Косметик», с учетом Государственных требований к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников по специальности, предъявляемых к подготовке по квалификации «Косметик» 3-го разряда, код специальности № 13138.

Учебный план содержит полный перечень изучаемых дисциплин с учетом квалификации, получаемой в конце изучаемого курса, сбалансирован относительно теоретической (110 часов) и практической частей (370 часов), четко определена максимальная и минимальная нагрузка в соответствии с профильностью обучения, с резервом времени для консультаций и зачетных работ, проводимых в рамках учебного времени.

Занятия построены по принципу объединения лекций с практической частью, при этом практическим занятиям отводится большая часть программы.

Для реализации учебного плана в полном объеме Учреждение создает условия, отвечающие требованиям организации учебного процесса, использует групповую и индивидуальную формы работы. Скорректированный режим занятий позволяет в рамках часов учебной программы, отведенных на практические занятия, выполнять зачетные работы по квалификации. Количество экзаменов за курс обучения не превышает 1, а количество зачетов – 8.

Промежуточная и итоговая аттестация проводятся в соответствии со статьей 59, Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».

Программа профессиональной переподготовки дополнительного профессионального образования «Декоративная косметология» подкреплена соответствующими методическими и информационными ресурсами, литературой, представленной в конце программы. На период обучения слушатели обеспечиваются всеми необходимыми для занятий инструментами и аксессуарами, которые представлены выше, в пункте Материальное обеспечение программы.

### **Оценочные материалы**

#### **Образовательной программы «Декоративная косметология»**

Контроль успеваемости обучающихся осуществляется в виде:

- текущего контроля (опросы);
- итогового контроля в виде итогового тестирования или экзамена и написания дипломной работы.

Контроль служит эффективным стимулирующим фактором для организации самостоятельной и систематической работы, усиливает глубину и долговременность полученных знаний.

Организация контроля строиться на оценке знаний слушателей по 5-ти бальной системе в текущих зачетах, итоговом экзамене и дипломной работы.

#### **Примерные вопросы к экзамену по декоративной косметологии:**

**Дать определение, краткую характеристику косметическим понятиям и описать протоколы методов косметических процедур:**

1. Описать метод брашинга.
2. Описать метод ионофореза.
3. Потовые железы.
4. Описать метод вакуумной чистки.
5. Новообразования кожи.
6. Что такое дерма.
7. Липиды и их функция в косметике.
8. Метод дезинкрустации.
9. Парафиновые маски. Показания.
10. Биостимуляторы в косметике.
11. Строение клетки.
12. Противопоказания к парафинотерапии.
13. Воспалительные заболевания кожи.
14. Лимфатическая система кожи.
15. Показания к поверхностному пилингу.
16. Нервные рецепторы.
17. Диагностика сухой кожи.
18. Что такое купероз или ТАЭ.
19. Характеристика белков кожи.
20. Сальные железы.
21. Косметический массаж. Показания.
22. Антиоксиданты в косметике.

23. Представители углеводов кожи.
24. Нарушение пигментации кожи.
25. Косметический массаж. Противопоказания.
26. Водно-жировая мантия кожи.
27. Определение нормальной кожи.
28. Целлюлит. Определение и методы профилактики.
29. Классификация грибковые заболевания.
30. Гормоны кожи.
31. Золотые правила массажа.
32. Паразитарные заболевания кожи.
33. Характеристика цветотипа женщина – осень.
34. Цветовые типы людей.
35. Что такое кератин.
36. Строение кожи. Эпидермис.
37. Красители в косметической химии.
38. Роль жирных кислот в косметической химии.
39. Действие массажа на кожу.
40. Особенность химического состава клетки.
41. Нервная система кожи.
42. Результат массажа.
43. Микроэлементы кожи.
44. Липиды кожи.
45. Обезвоживание кожи.
46. Функции кожи.
47. СПА- косметология.
48. Диагностика жирной кожи.
49. Консерванты в косметике.
50. Витамины кожи.
51. Характеристика цветотипа женщина – весна.
52. Ферменты кожи.
53. Приемы массажа.
54. Кислородная косметика.
55. Доброкачественные и злокачественные заболевания.
56. Диагностика. Нарушение эпидермального барьера.
57. Смешанная себорея.
58. Павы в косметической химии.
59. Абразивные вещества.
60. Обертывание. Алгоритм проведения процедуры.
61. Характеристика цветотипа женщина – зима.
62. Что такое вапоризация. Противопоказания.
63. Свойства гиалуроновой кислоты и ее функции в коже.
64. Увлажнители в косметической химии.
65. Эластин. Коллаген.
66. Густая себорея.
67. Какую функцию выполняют клетки дермы.
68. Минеральные масла в косметической химии.
69. Солнцезащитные фильтры в косметической химии.
70. Виды пилинга.
71. Жидкая себорея.
72. Метод дарсонвализации.

73. Характеристика цветотипа женщина – лето.
74. Вирусные заболевания кожи.
75. Растворители в косметической химии.
76. Сан. Минимум. Дезинфекция и стерилизация.
77. Ультразвук в декоративной косметологии.
78. Гнойничковые заболевания кожи.
79. Обертывание. Показания и противопоказания.
80. Каким образом питательные вещества попадают в клетку.
81. Эмульгаторы.
82. Технология косметологических процедур. Алгоритм проведения.
83. Требования к кабинету и оборудованию.
84. Химическая завивка ресниц.

**Межрегиональный Центр Косметологии и Парикмахерского Искусства  
Негосударственное Образовательное Учреждение  
Дополнительного Профессионального Образования**

Москва, ул. Космонавтов, д.18/2, офис 2, тел. 8-495-723-30-71, сайт [www.kosmkurs.ru](http://www.kosmkurs.ru)

**Информационные и учебно-методические ресурсы обеспечения программы:**

**Список основной литературы выдаваемой слушателям:**

1. - Беликов О.Е., Пучкова Т.В. Консерванты в косметике и средствах гигиены., Москва, «Школа косметических зимиков», 2003.
2. - Борк К., Бройнингер В. Болезни кожи. Диагностика и лечение. Атлас и руководство. ООО «Медицинская литература», Москва 2015.
3. -Вязьмитина А.В, Владимирова Н.Н. Сестринский уход в дерматовенерологии, Ростов-на-Дону «ФЕНИКС» 2017 – 2 штуки
4. - Гордиас О. Тату на один день, ООО Издательство «Эксмо», 2007.
5. - Дрибноход Ю.Ю. Физиотерапия при лечении кожи Ростов-на-Дону «ФЕНИКС» 2015.
6. - Дрибноход Ю.Ю. Основы врачебной косметологии Ростов-на-Дону «ФЕНИКС» 2013
7. - Дрибноход Ю.Ю. Косметология. Издание 13. Ростов-на-Дону «ФЕНИКС» 2017
8. -Дрибноход Ю.Ю. Библия красоты.-СПб.: Весь, 2002.
9. -Дрибноход Ю.Ю. Искусство исцеления кожи. Полная энциклопедия.- СПб.: Весь, 2000.
10. -Дрибноход Ю.Ю. Косметика. Косметология. Словарь-справочник.- СПб.: Весь, 2002.
11. -Дрибноход Ю.Ю. Пособие по косметологии.- СПб.: Весь, 2003.
12. -Дрибноход Ю.Ю. Стильные штучки для украшения тела.- СПб, «ПИТЕР», 2004.
13. - Епифанов В.А. Атлас профессионального массажа. Медицинский атлас. ООО Издательство «Эксмо», 2009.
14. - Кириченко Е.Ю. Справочник по маникюру и педикюру, Ростов-на-Дону «ФЕНИКС», 2008.

15. - Костюкова Э.О. Сестринское дело в косметологии. Практикум. «Лань», СПб, Москва, Краснодар, 2017. – 2 штуки
16. - Моррис Рей, Макияж, Москва, Эксмо, 2010.
17. - Морщакина Н.А. Технология парикмахерских работ, «Высшая школа», 2010.
18. - Нортон Сэлли, Макияж и уход за кожей, «Росмэн», 1996.
19. - Огуй Виктор Косметический массаж, СПб, «ПИТЕР», 2009.
20. - Плотникова Н.Ю., Черниченко Г.А Моделирование причесок и декоративная косметика , Москва, 2015.
21. - Подковенко И.С. Маникюр и педикюр. Справочник мастера, Москва, АСТ, Астрель, 2008.
22. - Пучкова Т.В. Основы косметической химии. Базовые положения и современные ингредиенты. Москва, ООО «Школа косметических химиков», 2011.
23. - Радкевич Н.А. Материалы для парикмахерских и косметических работ, МИНСК, «НОВОЕ ЗНАНИЕ», 2010.
24. - Сикорская С.В., Сикорская А.В. Лечебная косметология, «РИПОЛ классик», 2008.
25. - Чеботарева Н.В. Теоретические и практические аспекты успешной работы врача-косметолога: руководство для врачей , Ставрополь, «Седьмое небо», 2015.
26. - Чижова Е.Т., Михайлова Г.В. Медицинские и лечебно- косметические мази, Москва, ВУНМЦ МЗ РФ, 1999.
27. - Шестакова Н., Андреева Е. Маникюр без труда шаг за шагом, Москва , Эксмо, 2016.
28. - Эрнандес Е. Гиперпигментация кожи и косметическое отбеливание. Серия «Моя специальность – косметология». Москва, ООО «ИД Косметика и медицина», 2012.
29. - Эрнандес Е., Марголина А. Новая косметология. Основы современной косметологии. Издательский дом « Косметика и медицина», Москва, 2012.

#### **Список дополнительной литературы выдаваемый и /или высылаемый слушателям:**

1. Биохимия, В.П. Комов, Москва, ДРОФА: 2004
2. Биохимия, И.К. Проскурина, Москва, ВЛАДОС: 2004
3. Биологическая химия, под ред. Н.И. Ковалевской, Москва, АСАДЕМА: 2005
4. Косметическая химия, часть 1. Ингредиенты. Под редакцией: Л. Самуйлова, Т. Пучковой. 2005.
5. Марголина А.А., Эрнандес Е.И., Зайкина О.Э. Новая косметология. М.: 2000.
6. Пономаренко Г.Н. Физиотерапия в косметологии, 2002
7. Марголина А.А., Эрнандес Е.И. Новая косметология. Том 1, 2007
8. Новикова Л.В. Практическое пособие для косметолога эстетиста. Часть 2, 2006
9. Арнхейм Р. Искусство и визуальное восприятие. М. Прогресс, 1974
10. Бондс Л. Магия цвета. СПб.: Питер Паблишинг, 1997
11. Ваттерман Г. Ваш неповторимый стиль. М.: Кристина и К, 1995.
12. Самуйлова Л.В., Пучкова Т.В. Косметическая химия: Учебное издание, ч.1.: Ингредиенты.

13. Марголина К. А., Эрнандес Е. И., Заикина О. Э. Новая косметология. — М.: Изд. дом «Косметика и Медицина», 2002.
14. Основы микробиологии, вирусологии и иммунологии. /Под ред. Воробьева А., Кривошеина Ю. С. М., 2001.
15. Отбеливание кожи: возможности современной косметологии / Под ред. Е. И. Эрнандес. - М.: 2003.
16. Практикум по технологии косметических средств. Биологически активные вещества в косметике / Под ред. Т. В. Пучковой и В. Е. Кима. - М.: Школа косметических химиков, 2004.
17. - Альтшулер И. Практика бизнеса. Записки консультанта. Русская Редакция, Москва 2003.
18. - Буянов В.М. Первая медицинская помощь, Москва «Медицина», 1982.
19. - Вачков И. Основы технологии группового тренинга, Москва, «Ось-89», 2000.
20. - Грязнова А. Г., Думная Н. Н., Юданова А. Ю. Экономическая теория, «Издательство КноРус», 2010.
21. - Каюмов С., Сергеев М. Прибыльный Салон красоты, СПб, «ПИТЕР», 2009.
22. - Ковалев С.В. Восточная версия нейропрограммирования, или учебники умения жить: Психотерапия личной истории: Психотехнологии изменения прошлого и создания будущего. – Москва, Московский психолого-социальный институт, 2008.
23. - Ковалев С.В. Восточная версия нейропрограммирования, или учебники умения жить: НЛП- психокоррекция: психотехнологии благополучия, совершенства и удачливости. – Москва, Московский психолого-социальный институт, 2007.
24. - Майклз Э, Хэндфилд-Джонс Х., Экселрод Э., Война за таланты. « Манн, Иванов и Фербер», 2016.
25. - Меновщиков В.Ю. Введение в психологическое консультирование, Москва, смысл, 2000.
26. - Петрова С. Салон красоты. Ставка на успех, «ТрансЛит», 2009.
27. - Розанова Н.М., Экономика отраслевых рынков, Москва, ИД юрийт, 2010.
28. - Сергеев М., Кризис в салоне красоты, 2008.
29. - Тупчиенко В.А. Государственная экономическая политика, ЮНИТИ-ДАНА, 2010.
30. - Харин С.С. Искусство психотренинга. Заверши свой гештальт. Минск, Издатель В.П. Ильин, 1998.
31. - Цзен Н., Пахомов Ю., Психотренинг: Игры и упражнения, Москва, Независимая фирма «Класс», 1999.

#### **Электронные ресурсы:**

1. <http://aromalive.ru/kosmetika/izgotovleniya-kosmetiki/dezinficiruyushhie-i-konserviruyushhie-veshhestva-antioksidanty.html>
2. <http://naturalmask.ru/>
3. <http://cosmocat.ru/>
4. <http://krasota.avarmedioclub.kiev.ua/2011/02/konservanty-v-kosmetike-vse-chto-nuzhno-znat-o-konservantax/>
5. <http://top-kosmetika.ru/>
6. Профессиональный сайт косметологов <http://gazeta-k.ru/>
7. Аппаратная косметология <http://app-cosmetology.ru/>
8. Свободная энциклопедия <http://ru.wikipedia.org/>

## **Новые поступления литературы в 2017г.:**

1. Вязьмитина А.В, Владимиров Н.Н. Сестринский уход в дерматовенерологии, Ростов-на-Дону «ФЕНИКС» 2017 – 2 штуки
1. Борк К., Бройнингер В. Болезни кожи. Диагностика и лечение. Атлас и руководство. ООО «Медицинская литература», Москва 2015.
2. Гузь А.В., Беспалова Т.И. Основы художественного проектирования прически. Специальный рисунок. Практикум. Москва, Издательский центр «Академия», 2012.
3. Дрибноход Ю.Ю. Физиотерапия при лечении кожи Ростов-на-Дону «ФЕНИКС» 2015.
4. Дрибноход Ю.Ю. Основы врачебной косметологии Ростов-на-Дону «ФЕНИКС» 2013
5. Дрибноход Ю.Ю. Косметология. Издание 13. Ростов-на-Дону «ФЕНИКС» 2017
6. Дрибноход Ю.Ю. Библия красоты.-СПб.: Весь, 2017.
7. Дрибноход Ю.Ю. Искусство исцеления кожи. Полная энциклопедия.- СПб.: Весь, 2009.
8. Дрибноход Ю.Ю. Косметика. Косметология. Словарь-справочник.- СПб.: Весь, 2002.
9. Дрибноход Ю.Ю. Пособие по косметологии.- СПб.: Весь, 2017.
10. -Костюкова Э.О. Сестринское дело в косметологии. Практикум. «Лань», СПб, Москва, Краснодар, 2017. – 3 штуки

## **Нормативно правовая литература и законы РФ:**

11. - Конституция Российской Федерации – Москва, Проспект, 2011.
12. - ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» - Новосибирск: Норматика, 2013.
13. - ФЗ «О защите прав юридических лиц и индивидуальных предпринимателей при осуществлении государственного контроля (надзора) и муниципального контроля» - Новосибирск: Норматика, 2013.
14. - Правила оказания услуг и продажи товаров. ФЗ «О защите прав потребителей» - Новосибирск: Норматика, 2013.
15. - Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим медицинскую деятельность: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. – Москва: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2010.
16. - Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения. Оказывающих парикмахерские и косметические услуги: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. – Москва: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2010.
17. - Санитарно-эпидемиологические требования к обращению с медицинскими отходами: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. – Москва: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2011.
18. - Профилактика вирусных гепатитов: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. – Москва: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2011.

19. - Организация и проведение дезинфекционных мероприятий при дерматомикозах: Методические указания. - Москва: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2010.
20. - Сборник нормативно-методических документов по использованию ультрафиолетового бактерицидного излучения для обеззараживания воздуха в помещениях. – Москва: Санэпидмедиа, Центр госсанэпиднадзора в г. Москве, 2005.
21. - Методические указания по дезинфекции. Предстерилизационной очистке и стерилизации изделий медицинского назначения МУ 287-113, Издательство ФГУП «Интерсэн», Москва, 1998.

**Министерство образования и науки РФ  
НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР КОСМЕТОЛОГИИ И  
ПАРИКМАХЕРСКОГО ИСКУССТВА»**

**ДЕКОРАТИВНАЯ КОСМЕТОЛОГИЯ**

Методические указания по написанию реферата  
(дипломной работы)

**Для самостоятельной работы слушателей, обучающихся  
по направлению  
«Декоративная косметология», «Косметик»**

Утверждаю 12.01.2017г.



Методические указания составили:  
косметолог, магистр *Г.Н.Романова*,  
врач дерматокосметолог *Б.Р. Бербекова*.

## Оглавление

Введение.....	3
Этапы работы над рефератом.....	5
Структура реферата.....	8
Требования к оформлению реферата.....	8
Критерии оценки реферата.....	9
Методика обработки полученной информации.....	10
Приложение.....	14
Образец оформления титульного листа реферата .....	16
Образец оформления библиографического списка.....	17

## Введение

Организация учебного процесса на современном этапе развития образования приводит к сокращению аудиторной нагрузки слушателей и увеличению объема часов на самостоятельную работу, что увеличивает значимость текущего контроля знаний слушателей, в том числе с использованием письменных работ (рефератов, тестов, контрольных работ и

т.д.). В связи с этим одна из основных задач учебного процесса сегодня – научиться работать самостоятельно. Это значит развить способности и потребности к самостоятельной работе: повседневной и планомерной работе над учебниками, учебными пособиями, периодической литературой и т.д., активному участию в научной работе. Одним из шагов к решению этих задач является умение студента работать с первичными текстами и создавать тексты вторичные. Вторичные тексты служат для хранения, накопления, переработки и совершенствования первичной информации. Именно это назначение и определяет их существенную роль в обучении. Создавая вторичные тексты, студент приобретает навыки самостоятельной обработки, кодировки и извлечения научной и любой другой информации. К вторичным текстам относятся рефераты, аннотации, эссе, конспекты, обзоры, рецензии и дипломные работы.

Создание вторичных текстов связано с процессами свертывания и развертывания информации. При свертывании происходит сокращение первичного текста, при этом сохраняется информация, необходимая и достаточная для сообщения основного замысла или важнейших положений источника. Обратный процесс – это развертывание информации.

Таким образом, сокращение исходного материала идет двумя путями: по линии отсеивания второстепенного и несущественного и по линии перефразирования главной мысли в краткую форму речевого произведения.

Процесс реферирования текста первичного документа (книги, статьи, патента и т.п.) протекает в три этапа.

1-й этап – это чтение исходного текста и его анализ – обычно несколько раз – с целью детального понимания основного содержания текста, осмысления его фактической информации (изучающее чтение). Просмотр графиков и таблиц с целью уточнить понятое.

2-й этап – это операции с текстом первоисточника: текст разбивается на отдельные смысловые фрагменты с целью извлечения основной информации каждого из них; проводится лексико-грамматический анализ тех предложений, которые по предварительным данным содержат важную информацию, но пока недостаточно поняты.

3-й этап - это свертывание, сокращение, обобщение, компрессия выделенной основной фактологической информации и оформление текста реферата в соответствии с принятой моделью реферата или дипломной работы.

Для написания реферата необходимы следующие навыки и умения: выявление основной фактологической информации в тексте первичного документа, разделение текста на смысловые фрагменты, вычленение основной информации в этих фрагментах, компрессия информации, лингвистическое оформление текста самого реферата в соответствии с требованиями данного жанра.

Изложение материала в реферате может осуществляться двумя способами:

- можно следовать структуре первичного документа;
- можно излагать основное информационное содержание, независимо от структуры первоисточника.

Независимо от типа реферата его текст может быть разделен на три основные части:

- заголовочная;
- собственно реферативная;
- справочный аппарат.

Главной в структуре реферата является его центральная собственно реферативная часть, ибо в ней и содержится основная фактологическая информация из первого документа. Эта часть может включать в себя:

- словесный текст;
- формулы;
- таблицы, графики, диаграммы;
- иллюстрации (фотографии, рисунки и т.д.).

Текст реферата представляет собой целостный, связный, условно самостоятельный текст, представляющий собой в сжатом виде всю основную информацию первоисточника.

В состав заголовочной части входят: название работы (книги, статьи, и т.д.), имя автора (авторов), полные выходные данные реферируемого первоисточника (место и год издания, издательство) и некоторые другие. Справочный аппарат включает в себя, в частности, имя референта и некоторые другие сведения.

Объем дипломной работы колеблется от 40 до 80 печатных страниц. Работа выполняется на одной стороне листа стандартного формата. По обеим сторонам листа оставляются поля размером 35мм слева и 15 мм справа, шрифт 14, интервал 1,5. Все страницы реферата должны быть пронумерованы.

### **Этапы работы над дипломной работой (рефератом)**

Традиционно под рефератом (от лат. *refero* - сообщаю) понимается краткое изложение в письменном виде или в форме публичного доклада содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Это самостоятельная научно-исследовательская работа студента, в которой автор раскрывает суть исследуемой проблемы. Приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание реферата должно быть логичным, изложение материала носит проблемно-тематический характер. Тематика рефератов обычно определяется преподавателем, но в определении темы инициативу может проявить и студент.

Прежде чем выбрать тему реферата по курсу декоративной косметологии, автору необходимо выяснить свой интерес, определить, над какой проблемой он хотел бы работать, более глубоко ее изучить. Тема должна быть не только актуальной по своему значению, но и оригинальной, интересной по

содержанию. При разработке реферата на родном языке используется, как правило, не менее десяти источников. При составлении реферата с использованием иностранных источников количество источников дописывается. При работе над рефератом можно использовать интернет источники с ссылкой на них. При работе над рефератом можно выделить следующие этапы:

- *Составление библиографии.* За основу можно взять лекции преподавателей учебного центра. Добавить литературу, источниками являются библиотеки и книжные магазины. Чтобы выбрать литературу на иностранных языках по интересующей теме, можно использовать фонды Всероссийской библиотеки иностранной литературы им. М.И.Рудомино (Москва, Николоямская ул., 1, тел. 915-36-36), Американского образовательного центра (3 этаж библиотеки иностранной литературы), а также материалы Интернета.

- *Обработка и систематизация информации.* При чтении литературы выделите основные идеи и положения, доказательства, аргументы и выводы, чтобы затем сосредоточить на них внимание. Классифицируйте выписки, сделанные при чтении и переводе рассматриваемых источников. Проанализируйте собранный материал, сделайте выводы.

- *Разработка плана дипломной работы.* План реферата должен состоять из введения, основной части, заключения и списка интернет-источников и литературы.

- *Написание реферата.* При составлении реферата необходимо обратить особое внимание на содержательность, логичность изложения, аргументированность общих выводов. Для этого необходимы следующие умения: умение анализировать различные источники, извлекать из них основную информацию, систематизировать и обобщать ее; умение кратко и ясно излагать на родном языке переведенное с иностранного языка, соблюдать индивидуальность стиля.

- *Оформление работы.* Обратите внимание на структурирование текста, его изложение в соответствии с разработанным планом, оформление цитат и ссылок, библиографии и титульного листа (см. Приложение).

- *Наличие приложений.* Приложения могут содержать таблицы, графики, любой иллюстративный материал.

- *Публичное выступление по результатам исследования.* Вам придется выступить с докладом по дипломной работе на занятии, зачете или на студенческой конференции, поэтому будьте к этому морально готовы.

- *Проверка реферата.* Реферат предоставляется на проверку строго в указанные сроки. При проверке учитываются следующие аспекты:

- содержательность, логичность, аргументированность общих выводов;

- умение анализировать различные источники, извлекать из них исчерпывающую информацию, систематизировать и обобщать ее;

- умение ясно выражать свои мысли в письменной форме;

- яркость, образность изложения, индивидуальность стиля;
- правильное оформление работы (изложение текста в соответствии с разработанным планом, грамотное оформление цитат и ссылок, библиографии, титульного листа и т. д.);
- наличие приложений.

Во время защиты реферата учитывается манера устного изложения материала и умение отвечать на вопросы. По усмотрению преподавателя рефераты могут быть представлены на занятиях по вашей дисциплине, на научно-практических конференциях, а также использоваться как зачетные работы по пройденным темам.

### Структура дипломной работы

**Титульный лист** обычно оформляется по образцу (см. приложение).

**Оглавление.** В нем излагаются названия глав дипломной работы, указываются страницы, с которых начинается каждый пункт.

**Введение.** Во введении формулируется суть исследуемой проблемы, обосновывается выбор темы, ее актуальность, указываются цель и задачи вашей работы.

**Основная часть** может быть из нескольких разделов или глав, в каждом из которых доказательно раскрывается отдельная проблема или одна из ее сторон. В основной части могут быть представлены таблицы, графики, схемы.

**Заключение.** В заключении подводятся итоги, делаются выводы по теме реферата, предлагаются рекомендации.

**Список источников** оформляется по общепринятым стандартам в алфавитном порядке, указывается год и место издания, издательство, количество страниц. Если в реферате использовались какие-либо материалы из Интернета, то указываются сайты, откуда были заимствованы материалы.

Приложение составляется в том случае, если есть иллюстрированный материал, например, таблицы и схемы.

### Требования к оформлению дипломной работы

Объем дипломной работы может колебаться от 40 до 80 печатных страниц текста в зависимости от темы и подготовки обучающихся, и от количества использованных источников; все приложения к работе не входят в ее объем.

Реферат должен быть выполнен грамматически правильно, с соблюдением общепринятых норм изложения материала. Чтобы облегчить изложение материала, структура предложений должна быть упрощена. Обязательно должны иметься ссылки на используемую литературу.

Рекомендуется следующая последовательность работы над рефератом:

- Продумайте тему своей работы, в общих чертах определите ее содержание, составьте предварительный план.

- Составьте список источников, которые следует прочитать.
- Разработайте как можно более подробный окончательный план и возле всех пунктов и подпунктов укажите, из какой книги или статьи следует взять необходимый материал.
- Последовательно раскройте все предусмотренные планом вопросы, обосновывайте, разъясняйте основные положения, подкрепляйте их конкретными примерами и фактами.
- Старайтесь излагать прочитанное грамотно, точно, кратко; разделяйте текст на абзацы: не допускайте повторений.
- В пронумерованных подстрочных сносках укажите, откуда взяты приведенные в тексте цитаты и факты.
- В конце работы сделайте обобщающие выводы.

## **Критерии оценки дипломной работы**

При оценке рефератов и дипломных работ учитываются следующие критерии:

- Последовательность изложения материала.
- Лексико-грамматическое оформление.
- Глубина проработки материала.
- Правильность и полнота использования источников.
- Соответствие оформления реферата и дипломной работы стандартам.

## **Методика обработки полученной информации**

Информация, полученная в результате прочтения и перевода источников на иностранных языках, предназначена для дальнейшего использования. В связи с этим информация обрабатывается: делаются пометки, подчеркивания, разного вида записи (выписки, план, тезисы, аннотации, конспект и др.). Рекомендуется начинать любого вида записи с библиографических данных текста.

**План** - это основа любого текста, в нем отражается последовательность изложения материала. План как форма записи обычно значительно более подробно передает содержание частей текста, чем оглавление книги или подзаголовки статей.

Форма записи в виде плана чрезвычайно важна для восстановления в памяти содержания прочитанного, для развития навыка четкого формулирования мыслей, умения вести другие виды записей.

Если план должен стать самостоятельной формой записи, то его обрабатывают в процессе дальнейшего изучения источника. Удачно составленный план говорит об умении анализировать текст, о степени усвоения его содержания.

План улучшает записи (обнаруживает непоследовательность, выявляет повторения), ускоряет проработку материала, помогает вести самоконтроль.

Иногда в начале работы по характеру материала очевидно, что план должен быть сложным, но порой это становится ясным не сразу. Возможны два способа работы по составлению плана. 1) Составить краткий простой план, затем его усложнить. 2) Сразу составить сложный план с детализирующими пунктами. Процесс обработки детального простого плана поможет лучше разобраться в содержании, так как, объединяя, обобщают, а выбрасывая, выделяют главное, то есть структурируют текст.

Можно более рационально подойти к составлению плана; записывать пункты плана с большими интервалами и широкими полями, оставляя пространство для его дальнейшего совершенствования.

*Рекомендуем:*

Составляя план при чтении и переводе текста, старайтесь определить границы мыслей. Эти места тотчас же отмечайте в тексте и делайте заголовки, которые станут пунктами плана. Стремитесь, чтобы заголовки-пункты плана наиболее полно раскрывали мысли автора. Последовательно прочитывая текст, составляйте к нему черновой набросок плана с нужной детализацией.

Чтобы облегчить работу, отмечайте самые важные места в тексте, используя для этого легко стирающийся карандаш или закладки. Запись любых планов делайте так, чтобы ее легко можно было охватить одним взглядом.

**Выписки.** В толковом словаре дается следующее определение: «Выписать - значит списать какое-нибудь нужное, важное место из книги, журнала, сделать выборки» (от слова «выбрать»). Сложность выписывания заключается в умении найти и выбрать нужную информацию из одного или нескольких текстов. Выписки особенно удобны, когда требуется собрать материал из разных источников. Они могут быть полезны для более сложных видов записей, таких как тезисы, конспекты.

Выписки можно составлять в любой форме, которая облегчала бы их накопление, изменение, а также подбор по какому-либо признаку или принципу.

*Рекомендуем:*

Делать выписки лучше после того, как текст целиком прочитан и переведен. Выписывать можно дословно (цитатами) или свободно, когда мысли автора излагаются своими словами. Большие отрывки текста, которые трудно цитировать в полном объеме, необходимо сокращать. Записывая цитаты, заключайте их в кавычки, оберегайте текст от искажений.

Если выписки делаются из одного и того же текста, кавычки возле каждой цитаты можно не ставить. Необходимо избегать автоматического выписывания цитат вместо творческого анализа текста.

**Тезисы** принято подразделять на простые и основные. Простые тезисы (иногда их записывают в виде цитат) составляются при первоначальном поверхностном ознакомлении с текстом. Основные тезисы можно составить лишь при уяснении основной мысли всего текста. Основные тезисы часто

создаются на базе простых, путем их обобщения, переделки и исключения как второстепенных.

Существенную помощь при написании тезисов оказывает предварительно составленный план, который полезно приложить к тезисам.

Если тезисы составляются к пунктам сложного плана, то главным пунктам могут соответствовать основные тезиса, подпунктам - простые тезисы.

Так как тезисы позволяют обобщить изучаемый материал, выразить его суть в кратких формулировках, помогая раскрыть содержание книги, статьи и доклада, то процесс их составления, в свою очередь, дает возможность глубже разобраться в материале и стимулирует его понимание.

*Рекомендуем:*

При составлении тезисов не приводите факты и примеры. Сохраняйте в тезисах самобытную форму высказывания, оригинальность авторского суждения, чтобы не потерять документальность и убедительность.

Изучаемый текст читайте неоднократно, разбивая его на отрывки; в каждом из них выделяйте главное и на основе главного формулируйте тезисы.

По окончании работы над тезисами сверьте их с текстом источника, затем перепишите и пронумеруйте.

**Аннотация** помогает ориентироваться в ряде источников на одну и ту же тему, а также при подготовке обзора литературы.

*Рекомендуем:*

Прежде, чем составить аннотацию, прочитайте текст и разбейте его на смысловые части, выделите в каждой части основную мысль и сформулируйте ее своими словами.

Перечислите основные мысли, проблемы, затронутые автором, его выводы, предложения. Определите значимость текста.

В аннотации используйте глаголы констатирующего характера (автор анализирует, доказывает, излагает, обосновывает и т.д.).

**Рецензия** - это критический отзыв о конкретном произведении (статье), где автор высказывается о качестве изложения материала, дает развернутую обоснованную оценку ведущих идей рецензируемого источника. Структура рецензии может быть различной. Последовательно излагая свою позицию по ключевым вопросам исследуемой проблемы, автор рецензии высказывает свое отношение, свои взгляды на статью в целом и на главные ее положения.

Излагая идеи, выводы, доказательства, изложенные в рассматриваемой статье, автор рецензии одновременно высказывает свое отношение к ним, дает им свою критическую оценку, а в заключении рецензии делает выводы.

*Рекомендуем:*

Запишите выходные данные источника. Изучите текст и выделите круг вопросов, затронутых в тексте. Определите характер их освещения (достаточно полный, поверхностный и т.д.).

Выделите в тексте главное, существенное, что характеризует прочитанный материал с точки зрения его теоретической или практической значимости для

изучаемой науки или специальности. Установите логические связи между главными, существенными научными положениями, содержащимися в тексте. Определите актуальность, научную, практическую значимость рассматриваемой работы.

В заключении сделайте вывод об актуальности и новизне темы, важности поднятой проблемы, оригинальности решения, достоверности и эффективности результатов. В выводе дайте общую оценку текста и сферы возможного применения.

## Приложение

### Краткое изложение текста

Для того, чтобы понять, а затем передать основное содержание текста, надо уметь выделить его логико-смысловую структуру, то есть уяснить то, каким образом развивается основная мысль, выраженная в тексте. Основная мысль, как правило, развивается последовательно, обосновывается в отдельных абзацах текста с помощью различных аргументов, которые, в свою очередь, также могут подтверждаться конкретными фактами, примерами.

Основная информация, содержащаяся в тексте, выражается с помощью ключевых слов, в роли которых выступают существительные, глаголы и другие части речи, которые несут смысловую нагрузку. Их нужно выделить и использовать при изложении текста.

Отдельно взятый абзац является логическим этапом развития авторской мысли. Обычно абзац начинается фразой, выражающей мнение, утверждение автора, которое потом обосновывается или подтверждается с помощью конкретных примеров, статистических данных и т.п. Таким образом, и на уровне абзаца нужно уметь выделить содержащуюся в нем главную и второстепенную информацию для того, чтобы понять и передать содержание текста в целом.

Изложение содержания текста в сокращенном виде предполагает сохранение основного содержания текста при изменении его структуры, т.е. переформулирование текста. Переформулирование позволяет, во-первых, более четко и ясно представить основные положения текста. Для этого используются лексические замены ключевых слов: замена слова на синоним или словосочетание, замена фразеологизма на свободное словосочетание. Во-вторых, переформулирование позволяет сократить объем текста, опуская второстепенную и обобщая конкретизирующую информацию. Последнее достигается благодаря таким лексическим заменам, как замена словосочетания на слово, выражающее более общее понятие. Наряду с лексическими заменами используются приемы упрощения грамматической структуры предложения. Это замена сложных грамматических конструкций словом или словосочетанием. Так, придаточные определительные часто допускают замену на определение, выраженное прилагательным, придаточные дополнительные – на дополнение, выраженное существительным, придаточные обстоятельственные – на существительное с предлогом. При упрощении структуры предложения за счет

опущения членов предложения, несущих второстепенную (детализирующую, поясняющую информацию), можно сократить объемное сложное предложение до простого предложения, содержащего лишь главные члены. При этом, разумеется, теряются детали, но достигается сжатие текста.

### *Образец оформления титульного листа реферата*

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Негосударственное Образовательное Учреждение Дополнительного**  
**Профессионального Образования**  
**«МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР КОСМЕТОЛОГИИ И**  
**ПАРИКМАХЕРСКОГО ИСКУССТВА»**

*Дипломная работа*  
*НА ТЕМУ:*  
*«Современные методы удаления нежелательных волос»*

*Работу выполнила: Гаврилина О.К.*  
*Проверил преподаватель: Романова Г.Н.*

*Москва 2017 г.*

### **БИБЛИОГРАФИЯ**

*Нормативно-правовые акты:*

1. Конституция Российской Федерации – Москва, Проспект, 2011.
2. - ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» - Новосибирск: Норматика, 2013.
3. - ФЗ «О защите прав юридических лиц и индивидуальных предпринимателей при осуществлении государственного контроля (надзора) и муниципального контроля» - Новосибирск: Норматика, 2013.

4. - Правила оказания услуг и продажи товаров. ФЗ «О защите прав потребителей» - Новосибирск: Норматика, 2013.
5. - Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим медицинскую деятельность: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. – Москва: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2010.
6. - Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения. Оказывающих парикмахерские и косметические услуги: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. – Москва: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2010.
7. - Санитарно-эпидемиологические требования к обращению с медицинскими отходами: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. – Москва: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2011.
8. - Профилактика вирусных гепатитов: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. – Москва: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2011.
9. - Организация и проведение дезинфекционных мероприятий при дерматомикозах: Методические указания. - Москва: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2010.
- 10.- Сборник нормативно-методических документов по использованию ультрафиолетового бактерицидного излучения для обеззараживания воздуха в помещениях. – Москва: Санэпидмедиа, Центр госсанэпиднадзора в г. Москве, 2005.
- 11.- Методические указания по дезинфекции. Предстерилизационной очистке и стерилизации изделий медицинского назначения МУ 287-113, Издательство ФГУП «Интерсэн», Москва, 1998. Указ Президента РФ от 30 января 2010 года №120 «Об утверждении Доктрины продовольственной безопасности Российской Федерации».
12. Приказ МЗ и СР РФ от 24 июня 2010 г. N 474н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи населению по профилю «Диетология»
13. Распоряжение от 25 октября 2010 г. №1873-р «Об утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года».

*Специальная и учебная литература:*

14. Борк К., Бройнингер В. Болезни кожи. Диагностика и лечение. Атлас и руководство. ООО «Медицинская литература», Москва 2015.
15. Барановский А.Ю., Протопопова О.Б., Хурцилава О.Г. Геронтодиетология// Успехи геронтологии. 2012. Т. 25. № 2. С. 205-216.
16. Барышева Е.С., Баранова О.В. Основы физиологии питания// Современные проблемы науки и образования. 2009. № 1. С. 43-44.
17. Бебишева Г.В. Главное в лечебном питании// Вестник Клинической больницы №51. 2009. Т. III. № 5. С. 36-38.
18. Бородулин В.И., Тополянский А.В. К истории научных школ: основоположник учения о лечебном питании М.И.Певзнер и его школа// Россия XXI. 2012. № 6. С. 158-177.
19. Вязьмитина А.В., Владимиров Н.Н. Сестринский уход в дерматовенерологии, Ростов-на-Дону «ФЕНИКС» 2017 – 2 штуки
20. Гинзбург М. М., Крюков Н. Н. Ожирение. Влияние на развитие метаболического синдрома. Профилактика и лечение. -М.: Медпрактика - М., 2002. -128 с.
21. Доценко В.А., Кононенко И.А. Проблемы безопасности питания населения// Безопасность жизнедеятельности. 2011. № S11. С. 1-24.
22. Драчева Л.В. Пробиотики и пребиотики для продуктов функционального питания // Пищевые ингредиенты: сырье и добавки. -2006. -№ 2. -С. 74-75.
23. Дрибноход Ю.Ю. Косметология. Издание 13. Ростов-на-Дону «ФЕНИКС» 2017
24. Дрибноход Ю.Ю. Физиотерапия при лечении кожи Ростов-на-Дону «ФЕНИКС» 2015
25. Дружинин В.Ю., Суботялов М.А. Диетология в традиционной аюрведической медицине// Медицина и образование в Сибири. 2012. № 3. С. 30-30.
26. Ефимов А.А., Ефимова М.В. Основы рационального питания. Учебное пособие. Петропавловск-Камчатский: изд-во «КамчатГТУ», 2007.
27. Запорожский А.А., Запорожская С.П., Ковтун Т.В., Ревенко М.Г. Перспективы научных исследований в области разработки продуктов диетического назначения// Известия высших учебных заведений. Пищевая технология. 2012. Т. 326-327. № 2-3. С. 5-9.
28. Казначеев К.С., Чеганова Ю.В., Казначеева Л.Ф. Оптимизация питания // Вестник Новосибирского государственного университета. Серия: Биология, клиническая медицина. 2012. Т. 10. № 4. С. 116-121.
29. Коденцова В.М., Вржесинская О.А. Витамины как обязательный компонент сбалансированного питания спортсменов // Лечебная физкультура и спортивная медицина. 2013. № 4. С. 4-10.
30. Костюкова Э.О. Сестринское дело в косметологии. Практикум. «Лань», СПб, Москва, Краснодар, 2017.

31. Косыгина А. В., Васюкова О. В. Новое в патогенезе ожирения: адипокины-гормоны жировой ткани // Проблемы эндокринологии. -2009. -Т. 55. -№ 1. -С. 44-50.
32. Конь И.Я. Некоторые актуальные проблемы современной детской диетологии (нутрициологии) часть 1. питание здоровых детей// Вопросы детской диетологии. 2003. Т. 1. № 1. С. 8-15.
33. Лавриненко Н.И., Павловская Л.М., Егорова В.З. Функциональное питание для людей пожилого возраста // IX Всерос. конгр. диетологов и нутрициологов «Питание и здоровье». - М., 2012. -С. 52.
34. Маталыгина О.А. Диетология и возможности ее практической реализации// Вопросы современной педиатрии. 2010. Т. 9. № 4. С. 124-131.
35. Романова М.М. Лечебное питание в хирургии и терапии: взгляд из настоящего через прошлое в будущее // Вестник экспериментальной и клинической хирургии. 2011. Т. IV. № 3. С. 619-623.
36. Салихова А.Ф., Фархутдинова Л.М., Салихова А.В., Байбурина Г.Г. Ожирение как глобальная проблема современности // Сборники конференций НИЦ Социосфера. 2011. № 18. С. 27-32.
37. Самсонов М.А. Концепция сбалансированного питания и ее значение в изучении механизмов лечебного действия пищи. Вопросы питания 2001.
38. Самсонов М.А., Покровский А.А. Справочник по диетологии. Москва: «Медицина», 2010.
39. Скворцова В.А., Боровик Т.Э., Баканов М.И., Мигали А.В., Степанова Т.Н., Басаргина Е.Н., Кузенкова Л.М. Нарушения питания и возможности их коррекции // Вопросы современной педиатрии. 2011. Т. 10. № 4. С. 119-125.
40. Сорокина Т. С. История медицины: учебник для студ. высш. мед. учеб. заведений.-9-е изд., стер. -М.: Издательский центр «Академия», 2009. -560 с.
41. Тутельян В. А. Наука о питании: прошлое, настоящее, будущее: к 75-летию Института питания РАМН // Вопр. питания. -2005. -Т. 74, № 6. -С. 3
42. Тутельян В.А. Лечебное питание: современные подходы к стандартизации диетотерапии. Москва: изд-во «Династия», 2010.
43. Чеботарева Н.В. Теоретические и практические аспекты успешной работы врача-косметолога: руководство для врачей , Ставрополь, «Седьмое небо», 2015.
44. Шадрина О.В., Лебедева У.М., Кривошапкин В.Г. Стереотипы питания - польза или вред? // Якутский медицинский журнал. 2011. № 2. С. 83-83.
45. Шаззо А.А., Гюлушанян А.П., Корнена Е.П., Верещагина А.П., Шаззо Б.К. Продукты переработки риса-зерна в диетическом питании// Новые технологии. 2011. № 3. С. 72-75.
46. Шарафетдинов Х.Х., Плотникова О.А. К вопросу о совершенствовании лечебного питания граждан пожилого возраста и инвалидов в

учреждениях социального обслуживания// Вопросы диетологии. 2012. Т. 2. № 3. С. 25-30.

47. Эвенштейн З.М. Популярная диетология. М.: Экономика, 1990.

48. Эрнандес Е. Гиперпигментация кожи и косметическое отбеливание. Серия «Моя специальность – косметология». Москва, ООО «ИД Косметика и медицина», 2012.

49.- Эрнандес Е., Марголина А. Новая косметология. Основы современной косметологии. Издательский дом «Косметика и медицина», Москва, 2012.

50. Статья “Биоэпиляция”/ <http://www.depilsv.ru/>

51. Статья “Фотоэпиляция”/ <http://www.epilacia.ru/>

52. Статья “Сахарная депиляция”/ <http://www.epilacia.ru/>

53. Статья “Анатомия волоса”/ <http://www.epilacia.ru/>

54. Статья “Эпиляция за и против”/ <http://www.cinema-salon.ru/>

55. Статья “Обезболивание”<http://www.master-ep.ru/>