

## SYLABUS

### Wybrane czynności pielęgnacyjne

#### Informacje podstawowe

<b>Jednostka organizacyjna:</b> Wydział Profilaktyki i zdrowia	<b>Rok akademicki</b> 2026/2027		
<b>Kierunek studiów:</b> Kosmetologia estetyczna	<b>Rok studiów/ semestr</b> <b>Rok I; sem. 1</b>		
<b>Poziom kształcenia:</b> Studia podyplomowe	<b>Kod przedmiotu:</b> <u>K –treści kierunkowe</u> /P –treści podstawowe / H-treści humanistyczne lub społeczne		
<b>Poziom kwalifikacji PRK:</b> VI			
<b>Odniesienie do efektów uczenia się na poziomie 6 wskazanych w uniwersalnych charakterystykach poziomów PRK:</b> P6U_W; P6U_U; P6U_K			
<b>Forma studiów:</b> niestacjonarne	<b>Statut przedmiotu:</b> Obowiązkowy		
<b>Profil studiów:</b> praktyczny	<b>Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się:</b> Zaliczenie na ocenę		
<b>Dyscypliny:</b> Nauki o zdrowiu/ Nauki medyczne	<b>Liczba punktów ECTS:</b> 4		
<b>Koordynator przedmiotu:</b>			
<b>Prowadzący zajęcia:</b>			
<b>Wymagania wstępne:</b> Przed przystąpieniem do realizacji przedmiotu student powinien posiadać wiedzę z zakresu biologii i chemii wyniesioną ze szkoły średniej (pogłębianą w toku nauki) oraz umiejętność analitycznego myślenia. W zakresie kompetencji społecznych student powinien posiadać świadomość konieczności pogłębiania wiedzy oraz cechować się wysoką kulturą osobistą i stosowaniem zasad etyki.			
<b>Założenia i cele dla przedmiotu:</b> Przygotowanie zawodowe w zakresie wykonywania zabiegów z kosmetyki pielęgnacyjnej z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań; zrozumienie związku prawidłowych nawyków żywieniowych, pielęgnacyjnych i prozdrowotnych ze stanem skóry twarzy i ciała.			
<b>Efekty uczenia się dla przedmiotu</b>			
<b>Efekty w zakresie:</b>	Odniesieni e do efektów uczenia się na poziomie 6 charakterys	Kierunkowe efekty uczenia się	<b>Metody weryfikacji</b>

	tyk pierwszego stopnia PRK		
<b>Wiedzy- Student zna i rozumie:</b>			
zaawansowaną wiedzę i definiuje terminologię w zakresie niezbędnym dla kosmetologa;	P6S_WK P6S_WG	K_W11	Kolokwium podsumowujące każdy dział; Ocena aktywności
podstawy technik zabiegowych, wskazania i przeciwwskazania		K_W12	
podstawowe zagadnienia z zakresu etyki jako nauki oraz jej zastosowania w kontekście pracy kosmetologa		K_W13	
zna podstawowe zagadnienia i techniki z zakresu komunikacji interpersonalnej		K_W14	
<b>Umiejętności- Student potrafi:</b>			
wykonać manualnie zabiegi pielęgnacyjne twarzy i ciała: dobrać właściwe zabiegi i substancje dla skór poszczególnych typów cer; zabiegi regeneracyjne, odżywcze, nawilżające, dotleniające, liftingujące, złuszczające; różne typy masażu na twarzy;	P6S_UK P6S_UW P6S_UO	K_U16	Wykonanie poszczególnych ćwiczeń praktycznych na ocenę
obsługiwać aparaturę i sprzęt niezbędny do wykonania zabiegu kosmetycznego; obsługiwać aparaturę niezbędną do wykonania zabiegu na twarzy i ciele: mikrodermabrazji, jonoforezy, kawitacji, sonoforezy, mezoterapii bezigłowej, galwanizacji, oczyszczania wodorowego, darsonwalizacji, radiofrekwencji, oksybracji; aparaturę niezbędną do diagnozy stanu skóry; posługiwać się narzędziami i przyborami niezbędnymi do wykonania zabiegów na twarzy;		K_U17	
interpretować potrzeby skóry klienta; przeprowadzać wywiad kosmetyczny; planować przebieg pielęgnacji w gabinecie kosmetycznym i w domu; udzielać fachowych porad w zakresie pielęgnacji;		K_U18	
zaplanować działania profilaktyczne i pielęgnacyjne, zgodne z potrzebami skóry klienta; analizować stan skóry; określać przyczyny zmian dotyczące skóry; opracować program pielęgnacyjny dla określonych potrzeb skóry; interpretować zdiagnozować zmiany na skórze; dobierać częstotliwość i rodzaj zabiegów; przygotować klienta do zabiegów;		K_U19	
wykorzystuje wiedzę psychologiczną w pracy z klientem; w szczególności w wywiadzie kosmetycznym, rozmowie z klientem trudnym oraz pozyskiwaniu klienta; formułuje i przestrzega własnego kodeksu etycznego pracy kosmetologa; zauważa oznaki przeżywanych emocji u siebie i klienta- potrafi zareagować w sposób adekwatny. radzi sobie ze stresem i oddziela problemy osobiste od zawodowych		K_U20	
<b>Kompetencji społecznych- Student jest gotów do:</b>			
udzielania fachowych porad; kreowania postawy odpowiedzialności za podjęte działania	P6S_KK P6S_KR	K_K03	obserwacja pracy studenta;
przestrzegania zasad BHP i organizacji pracy		K_K04	

przewidywania i uwzględniania czynników wpływających na reakcje własne i pacjenta; rozpoznawania ograniczenia diagnostycznego i leczniczego oraz potrzeb edukacyjnych, w tym tych niezbędnych do zaplanowania własnej aktywności edukacyjnej		K_K05	
okazywania szacunku wobec klienta; postępowania zgodnie z zasadami etyki zawodowej;		K_K06	
rozwiązywania problemów zawodowych		K_K08	
zasięgania opinii ekspertów;		K_K09	

### Bilans punktów ECTS

#### Szacowany nakład pracy

Forma	Liczba godzin		Liczba punktów ECTS	
	Sem 1	Sem 2	Sem 1	Sem 2
Wykład	25		3	
Ćwiczenia	50			
Seminarium	-			
Praca własna studenta	25		1	
Łączny nakład pracy studenta	100		4	
Liczba godzin kontaktowych	75			
Nakład pracy związany z zajęciami o charakterze praktycznym	50			

#### Kryteria oceny

<b>Kryteria oceny pracy etapowej</b>	Ocena niedostateczna (2,0) - student nie osiągnął wymaganych efektów uczenia się	poniżej 60%
	Ocena dostateczna (3,0) - student osiągnął efekty w stopniu dostatecznym	60-68%
	Ocena dość dobra (3,5) - student osiągnął efekty w stopniu dość dobrym	68,5-76%
	Ocena dobra (4,0) - student osiągnął efekty w stopniu dobrym	76,5-84%
	Ocena ponad dobra (4,5) - student osiągnął efekty w stopniu ponad dobrym	84,5-92%
	Ocena bardzo dobra (5,0) - student osiągnął efekty w stopniu bardzo dobrym	92,5-100%
<b>Kryteria oceny ćwiczenia praktycznego</b>	Ocena niedostateczna (2,0) - student nie opanował minimum umiejętności praktycznych i wiadomości teoretycznych określonych programem przedmiotu; nie posiada znajomości prostych zagadnień i terminologii charakterystycznej dla zawodu kosmetologa; nie potrafi wykorzystać wiedzy teoretycznej w praktyce; nie przestrzega przepisów BHP	poniżej 50%
	Ocena dostateczna (3,0) - Student opanował podstawowe treści programowe i umiejętności praktyczne; wykazuje średnie zainteresowanie zdobywaniem umiejętności zawodowych; zna proste zagadnienia i terminologię zawodową; wykonując zadanie praktyczne nie zawsze stosuje łączenie teorii z praktyką; wykazuje dostateczną umiejętność planowania i wykonywania zadań praktycznych; nie opanował dobrze umiejętności prawidłowego organizowania stanowiska pracy; opanował podstawową znajomość przepisów BHP, wszystkie nieobecności są odpracowane	50,5-60%

	Ocena dość dobra (3,5) - Student opanował w ograniczonym zakresie podstawowe wiadomości teoretyczne i umiejętności praktyczne określone w programie nauczania; wykazuje niewystarczającą znajomość rozumienia zagadnień i terminologii charakterystycznej dla zawodu kosmetologa; wykazuje brak samodzielności wykonywanej pracy; wykazuje trudności w łączeniu teorii z praktyką; zna przepisy BHP, ale nie zawsze stosuje je w praktyce, wszystkie nieobecności są odpracowane	60,5-70%
	Ocena dobra (4,0) - Student opanował wiadomości i umiejętności w zakresie pozwalającym na zrozumieniu większości materiału z zakresu programu nauczania; posiada umiejętności praktyczne; posiada umiejętności organizacji stanowiska pracy; posiada umiejętności wykorzystania wiedzy teoretycznej w praktyce; wszystkie nieobecności są odpracowane	70,5-80%
	Ocena ponad dobra (4,5) - student opanował pełny zakres wiedzy teoretycznej i umiejętności praktyczne określone programem nauczania; wykazuje się samodzielnością podczas wykonywania zadania, posiada umiejętność organizowania stanowisk pracy; przestrzega zasad BHP; wszystkie nieobecności są odpracowane; posiada umiejętności pracy w zespole	80,5-90%
	Ocena bardzo dobra (5,0) - student opanował pełny zakres wiedzy teoretycznej i umiejętności praktyczne określone programem nauczania; biegle posługuje się terminologią charakterystyczną dla zawodu kosmetologa; wykorzystuje wiedzę teoretyczną w praktyce; rozumie zależności między teorią a praktyką; wykazuje się pełną samodzielnością podczas wykonywania ćwiczenia; posiada umiejętność przewidywania efektów wykonywanego ćwiczenia i samodzielnego stosowania wiedzy w sytuacjach nietypowych; przestrzega zasady BHP	90,5-100%
<b>Literatura</b>		
<b>Literatura obowiązkowa</b>	<p>Kołodziejczak A., Kosmetologia kliniczna Tom 3, PZWL, Warszawa 2024.  Nieścior M. Nowoczesne technologie w kosmetologii Warszawa 2023  Klonowska J. (red.), Kosmetologia, Edra Urban &amp; Partner, Wrocław 2022.  Drobnik A., Słodka A., Kosmetologia z immunologią skóry, PZWL, 2021.  Drobnik A., Jabłońska K., Kamińska A., Praktyczna kosmetologia krok po kroku, PZWL, 2021.  Kołodziejczak A. M. (red.), Kosmetologia Tom 2, PZWL, Warszawa 2020.  Kołodziejczak A. (red.), Kosmetologia Tom 1, PZWL, Warszawa 2019.  Kranc R., Farbiszewski R., Kosmetologia. Podstawy naukowe, Medipharma, 2016.  Nieścior M., Nowoczesne technologie w kosmetologii, Warszawa 2023.  Noszczyk M. (red.), Kosmetologia pielęgnacyjna i lekarska, PZWL, 2020.  M.-C. Martini, Kosmetologia i farmakologia skóry, PZWL, Warszawa 2022.  Padlewska K. (red.), Kosmetologia ciała, PZWL, 2017.</p>	
<b>Literatura dodatkowa</b>	<p>Hoyme R. J., Klasyczne i nowoczesne techniki masażu, 2020.  Jabłońska-Trypuć A., Czerpak R., Roślinne surowce kosmetyczne. Wydanie II poprawione i uzupełnione, MedPharm, 2018.  Parzychowska-Parol A., Zejfer A., Pielęgnacja okołozabiegowa. Diagnostyka, suplementacja i kosmetyka domowa, PZWL, Warszawa 2023.  Piraccini B. M., Choroby paznokci. Praktyczny poradnik-diagnostyka i leczenie, Lublin 2018.  Szafarowska D., Defekty stóp i paznokci. Praktyczny poradnik podologa, PZWL, 2022.  Wcisło-Dziadecka D. (red.), Podstawy kosmetologii leczniczej, PZWL, 2022.  Zejfer A., Kompleksowa terapia problemów skórnych, PZWL, 2022.  Zejfer A. Elementarz pielęgnacji. Twoja droga do pięknej i zdrowej skóry krok po kroku, PZWL, 2024.</p>	

		Czasopisma: Kosmetologia estetyczna, Beauty Forum, Cabines, Polish Journal Of Cosmetology.	
Treści programowe			
L.P.	Treści programowe	Forma prowadzenia zajęć	Liczba godzin
SEMESTR I			
1	Diagnostyka kosmetyczna – badanie podmiotowe i przedmiotowe. Typy cer. Charakterystyka rodzajów skóry. Wywiad kosmetyczny – znaczenie, przebieg. Karta klienta. Praca z analizatorem stanu skóry	Wykład/ćwiczenia	2/5
2	Higieniczne oczyszczanie skóry pleców – cel zabiegu, technika wykonania, metody przygotowania skóry, przeciwwskazania.	Wykład/ćwiczenia	3/5
3	Lecnicze oczyszczanie skóry. – cel zabiegu, technika wykonania, metody przygotowania skóry, przeciwwskazania. Rozpoznawanie przypadków wymagających konsultacji z lekarzem.	Wykład/ćwiczenia	3/5
4	Drenaż limfatyczny twarzy, szyi i dekoltu. Zasady prawidłowego wykonania. Wskazania, przeciwwskazania. Technika wykonania drenażu limfatycznego twarzy, szyi i dekoltu.	Wykład/ćwiczenia	2/5
5	Mezoterapia bezigłowa- mechanizm działania, wskazania, przeciwwskazania, technika wykonania. Preparaty do zabiegu mezoterapii i ich składniki aktywne.	Wykład/ćwiczenia	3/5
6	Wykonywanie wybranych zabiegów kosmetycznych na klientach.	Wykład/ćwiczenia	3/5
7	Metody złuszczenia naskórka stosowane w gabinecie. Podział, wskazania, przeciwwskazania, wpływ na skórę. Zastosowanie hydroksykwasów w kosmetyce - rodzaje, zasady doboru. Wskazania, przeciwwskazania. Użycie kwasu np. glikolowego/ migdałowego/pirogronowego.	Wykład/ćwiczenia	2/5
8	RF – zastosowanie w kosmetyce. Działanie, wskazania, przeciwwskazania, rodzaje głowic, technika wykonania. Preparaty do RF i ich składniki aktywne.	Wykład/ćwiczenia	2/5
9	Wykonywanie zabiegów z wykorzystaniem RF na klientach z zewnątrz.	Wykład/ćwiczenia	2/5
10	Zaliczenie semestru- kolokwium/ćwiczenie praktyczne	Wykład/ćwiczenia	3/5