

## SYLABUS

### Pracownia kosmetologii

#### Informacje podstawowe

<b>Jednostka organizacyjna:</b> Wydział Profilaktyki i zdrowia	<b>Rok akademicki</b> 2026/2027		
<b>Kierunek studiów:</b> Kosmetologia stosowana	<b>Rok studiów/ semestr</b> <b>Rok I-III; sem. 1-2</b>		
<b>Poziom kształcenia:</b> Studia podyplomowe	<b>Kod przedmiotu:</b> <u>K</u> –treści kierunkowe /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> 8		
<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 kosmetologii 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 charaktervs	Kierunkowe efekty uczenia się	<b>Metody weryfikacji</b>

	tyk pierwszego stopnia PRK		
Wiedzy- Student zna i rozumie:			
zaawansowaną wiedzę i definiuje terminologię w zakresie niezbędnym dla kosmetologa;	P6S_WK P6S_WG	K_W27	Kolokwium podsumowujące każdy dział; Ocena aktywności
podstawy technik zabiegowych, wskazania i przeciwwskazania		K_W26	
Umiejętności- Student potrafi:			
stosować w praktyce zasady BHP obowiązujące w gabinecie kosmetycznym podczas wykonywania zabiegów, przeprowadzać proces dezynfekcji, sterylizacji narzędzi i sprzętów używanych podczas zabiegów.	P6S_UK P6S_UW P6S_UO	K_U12	Wykonanie poszczególnych ćwiczeń praktycznych na ocenę
wykonać manualnie zabiegi pielęgnacyjne twarzy i ciała: dobrać właściwe zabiegi i substancje dla skór poszczególnych typów cer; zabiegi regeneracyjne, odżywcze, nawilżające, dotleniające, liftingujące, złuszcżające, aromaterapeutyczne; zabiegi na ciało i biust; różne typy masażu na twarzy i ciele;		K_U28	
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, oksybrażji; obsługiwać aparaturę niezbędną do przeprowadzenia procesu dezynfekcji i sterylizacji; aparaturę niezbędną do diagnozy stanu skóry; posługiwać się narzędziami i przyborami niezbędnymi do wykonania zabiegów na twarzy i ciele;		K_U29	
interpretować potrzeby skóry klienta; przeprowadzać wywiad kosmetyczny; planować przebieg pielęgnacji w gabinecie kosmetycznym i w domu; udzielać fachowych porad w zakresie pielęgnacji;		K_U30	
zaplanować działania profilaktyczne i pielęgnacyjne, zgodne z potrzebami skóry klienta; analizować stan skóry; opracować program pielęgnacyjny dla określonych potrzeb skóry; interpretować zdiagnozować zmiany na skórze; dobierać częstotliwość i rodzaj zabiegów; przygotować klienta do zabiegów;		K_U31	
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_U35	
Kompetencji społecznych- Student jest gotów do:			
udzielania fachowych porad; kreowania postawy odpowiedzialności za podjęte działania	P6S_KK	K_K03	obserwacja pracy studenta;

przestrzegania zasad BHP i organizacji pracy	P6S_KR	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				
Ćwiczenia	70	70	3	3
Seminarium				
Praca własna studenta	15	15	1	1
Łączny nakład pracy studenta	170		8	
Liczba godzin kontaktowych	140			
Nakład pracy związany z zajęciami o charakterze praktycznym	140			

### 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	50,5-60%

	organizowania stanowiska pracy; opanował podstawową znajomość przepisów BHP, wszystkie nieobecności są odpracowane	
	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%

### Literatura

<b>Literatura obowiązkowa</b>	<p>Kołodziejczak A., Kosmetologia kliniczna Tom 3, PZWL, Warszawa 2024.</p> <p>Nieścior M. Nowoczesne technologie w kosmetologii Warszawa 2023</p> <p>Klonowska J. (red.), Kosmetologia, Edra Urban &amp; Partner, Wrocław 2022.</p> <p>Drobnik A., Słodka A., Kosmetologia z immunologią skóry, PZWL, 2021.</p> <p>Drobnik A., Jabłońska K., Kamińska A., Praktyczna kosmetologia krok po kroku, PZWL, 2021.</p> <p>Kołodziejczak A. M. (red.), Kosmetologia Tom 2, PZWL, Warszawa 2020.</p> <p>Kołodziejczak A. (red.), Kosmetologia Tom 1, PZWL, Warszawa 2019.</p> <p>Kranc R., Farbiszewski R., Kosmetologia. Podstawy naukowe, Medipharma, 2016.</p> <p>Nieścior M., Nowoczesne technologie w kosmetologii, Warszawa 2023.</p> <p>Noszczyk M. (red.), Kosmetologia pielęgnacyjna i lekarska, PZWL, 2020.</p> <p>M.-C. Martini, Kosmetologia i farmakologia skóry, PZWL, Warszawa 2022.</p> <p>Padlewska K. (red.), Kosmetologia ciała, PZWL, 2017.</p>
<b>Literatura dodatkowa</b>	<p>Hoyme R. J., Klasyczne i nowoczesne techniki masażu, 2020.</p> <p>Jabłońska-Trypuć A., Czerpak R., Roślinne surowce kosmetyczne. Wydanie II poprawione i uzupełnione, MedPharm, 2018.</p> <p>Parzychowska-Parol A., Zejfer A., Pielęgnacja okołozabiegowa. Diagnostyka, suplementacja i kosmetyka domowa, PZWL, Warszawa 2023.</p> <p>Piraccini B. M., Choroby paznokci. Praktyczny poradnik-diagnostyka i leczenie, Lublin 2018.</p> <p>Szafarowska D., Defekty stóp i paznokci. Praktyczny poradnik podologa, PZWL, 2022.</p> <p>Wcisło-Dziadecka D. (red.), Podstawy kosmetologii leczniczej, PZWL, 2022.</p> <p>Zejfer A., Kompleksowa terapia problemów skórnych, PZWL, 2022.</p>

		Zejfer A. Elementarz pielęgnacji. Twoja droga do pięknej i zdrowej skóry krok po kroku, PZWL., 2024. Czasopisma: Kosmetologia estetyczna, Beauty Forum, Cabines, Polish Journal Of Cosmetology.	
Treści programowe			
L.P.	Treści programowe	Forma prowadzenia zajęć	Liczba godzin
SEMESTR I			
1	Wiadomości wstępne, wyposażenie i organizacja pracy w gabinecie kosmetycznym. Regulamin pracowni. Demakijaż twarzy, szyi i dekoltu – preparaty, technika wykonania.	ćwiczenia	7
2	Dolegliwości i defekty kosmetyczne skóry okolic oczu – przyczyny, pielęgnacja domowa i gabinetowa. Demakijaż oczu. Zabiegi pielęgnacyjne skóry wokół oczu – technika wykonania, wskazania, przeciwwskazania.	ćwiczenia	7
3	Upiększanie oprawy oczu – środki do farbowania brwi i rzęs. Farbowanie rzęs i brwi – technika wykonania zabiegu, przeciwwskazania, ćwiczenia. Korekta kształtu brwi.	ćwiczenia	7
4	Masaż klasyczny twarzy, szyi i dekoltu – definicja, podział, ogólne zasady wykonania, wskazania, przeciwwskazania. Masaż kosmetyczny – środki poślizgowe i wspomagające, preparaty pielęgnacyjne do masażu – formy, składniki aktywne. Technika wykonania zabiegu. Masaż kosmetyczny – technika głaskania i rozcierania.	ćwiczenia	7
5	Wpływ masażu na organizm. Rodzaje masażu – zadania, znaczenie i zastosowanie w kosmetyce. Masaż kosmetyczny – technika głaskania, rozcierania i ugniatania.	ćwiczenia	7
6	Masaż kosmetyczny – technika głaskania, rozcierania, ugniatania, oklepywania, wibracji. Ruchy uspokajające i modelujące. Hydromasaż – cel, znaczenie i zastosowanie w kosmetyce, preparaty do zabiegu, technika wykonania. Zasady doboru rodzaju i technik masażu do stanu skóry. Aparaty wspomagające masaż. Dobór technik masażu w zależności od rodzaju skóry. Ilość i częstotliwość zabiegów w serii. Masaż kosmetyczny – wszystkie techniki.	ćwiczenia	7
7	Diagnostyka kosmetyczna – badanie podmiotowe i przedmiotowe. Typy cer. Charakterystyka rodzajów skóry. Wywiad kosmetyczny – znaczenie, przebieg. Karta klienta.  Rozpoznawanie rodzajów skóry. Analiza stanu skóry – fototyp, pH skóry, poziom nawilżenia i natłuszczenia. Lampa Wooda. Lumiscan, korneometr	ćwiczenia	7
8	Maski kosmetyczne – podział, składniki aktywne, technika nakładania i zdejmowania. Wskazania i przeciwwskazania. Ćwiczenia nakładania różnych typów masek.  Peelingi- podział podstawowy, technika wykonania.  Podstawowy zabieg pielęgnacyjny twarzy. Dobór preparatów do pielęgnacji określonych typów skóry. Składniki aktywne i ich działanie.	ćwiczenia	7

9	Galwanizacja; jonoforeza - rodzaje, działanie prądu stałego. Technika wykonania. Wskazania, przeciwwskazania. Preparaty do jonoforezy i ich składniki aktywne	ćwiczenia	7
10	Darsonwalizacja - rodzaje, działanie prądów d'Arsonvala. Technika wykonania. Wskazania, przeciwwskazania. Wskazania i p/wskazania. Higieniczne oczyszczanie skóry twarzy – cel zabiegu, technika wykonania, metody przygotowania skóry, przeciwwskazania. Zastosowanie światłolecznictwa – promieniowanie podczerwone.	ćwiczenia	7
<b>SEMESTR II</b>			
1	Oczyszczanie wodorowe- zasada działania, wskazania i przeciwwskazania, wykorzystanie w przebiegu zabiegu.	ćwiczenia	7
2	Mikrodermabrazja – rodzaje, wskazania, przeciwwskazania, technika wykonania.	ćwiczenia	7
3	Oksybracja- wskazania, przeciwwskazania, cel, technika wykonania. Zalecenia pozabiegowe. Wykonanie zabiegu.	ćwiczenia	7
4	Ultradźwięki – mechanizm działania, zastosowanie w kosmetyce. Wskazania i przeciwwskazania. Peeling kawitacyjny- technika wykonania zabiegu, wskazania, przeciwwskazania. Preparaty do sonoforezy i ich składniki aktywne.	ćwiczenia	7
5	Sonoforeza- rodzaje, technika wykonania zabiegu, wskazania, przeciwwskazania. Preparaty do sonoforezy i ich składniki aktywne.	ćwiczenia	7
6	Mezoterapia bezigłowa- mechanizm działania, wskazania, przeciwwskazania, technika wykonania. Preparaty do zabiegu mezoterapii i ich składniki aktywne.	ćwiczenia	7
7	Zastosowanie hydroksykwasów w kosmetyce - rodzaje, zasady doboru. Wskazania, przeciwwskazania.	ćwiczenia	7
8	Maski liftingujące. Rodzaje, składniki aktywne, zasada działania, dobór do potrzeb skóry i technika nakładania.	ćwiczenia	7
9	Zabiegi przeciwstarzeniowe z wykorzystaniem wybranych zabiegów fizykalnych.	ćwiczenia	7
10	Wykonywanie wybranych zabiegów kosmetycznych na klientach.	ćwiczenia	7