

SYLABUS

Kosmetyka i kosmetologia anti-aging

Informacje podstawowe

Jednostka organizacyjna: Wydział Profilaktyki i zdrowia	Rok akademicki 2025/2026
Kierunek studiów: Kosmetologia	Rok studiów/ semestr Rok II; sem. 4
Poziom kształcenia: Studia pierwszego stopnia Poziom kwalifikacji PRK: VI	Kod przedmiotu: K -kierunkowy /P -podstawowy / H-humanistyczny/ <u>W-</u> <u>do wyboru</u>
Odniesienie do efektów uczenia się na poziomie 6 wskazanych w uniwersalnych charakterystykach poziomów PRK: P6U_W; P6U_U; P6U_K	
Forma studiów: niestacjonarne	Statut przedmiotu: do wyboru
Profil studiów: praktyczny	Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się: Zaliczenie na ocenę
Dyscypliny: Nauki o zdrowiu/ Nauki medyczne	Liczba punktów ECTS: 1,5
Koordynator przedmiotu:	
Prowadzący zajęcia:	
Wymagania wstępne: Przed przystąpieniem do realizacji przedmiotu student powinien posiadać wiedzę, umiejętności i kompetencje społeczne z zakresu Kosmetologii, Kosmetologii pielęgnacyjnej i upiększającej, Dermatologii oraz umiejętność przeprowadzania pielęgnacyjnych zabiegów kosmetycznych na poziomie studiów I stopnia.	
Założenia i cele dla przedmiotu: Zapoznanie z surowcami roślinnymi, zwierzęcymi i substancjami pozyskiwanymi biotechnologicznie stosowanymi w kosmetologii i w kosmetykach przeciwstarzeniowych. Omówienie ogólne procesów starzeniowych przebiegających w skórze i sposobów ich terapii z wykorzystaniem roślin leczniczych stosowanych w fitoterapii schorzeń skóry sprzężonych ze starzeniem się organizmu.	
Efekty uczenia się dla przedmiotu	

Efekty w zakresie:	Odniesienie do efektów uczenia się na poziomie 6 charakterystyk drugiego stopnia PRK	Kierunkowe efekty uczenia się	Metody weryfikacji	
Wiedzy- Student zna i rozumie:				
wskazania i przeciwwskazania do wykonania określonych zabiegów pielęgnacyjnych; rozpoznaje potrzeby skóry i dobiera metody pielęgnacyjne.	P6S_WK P6S_WG	K_W37	Kolokwium podsumowujące	
mechanizm starzenia się skóry; zna antyoksydanty stosowane w kosmetyce; rozumie wpływ promieniowania UV na postęp procesu starzenia; Zna substancje pochodzenia roślinnego, zwierzęcego i pozyskiwane biotechnologicznie wykorzystywane w kosmetyce anti-aging. Zna mechanizm działania peptydów zawartych w kosmetykach anti-aging. Definiuje pojęcia: kosmetologia anti-aging, stres oksydacyjny, balneoterapia, foto-aging;		K_W31		
Umiejętności- Student potrafi:				
przyporządkować poszczególne substancje do określonego stanu i potrzeb skóry; scharakteryzować choroby i defekty skóry wieku starczego; wyjaśnić mechanizmy wewnątrz- i zewnątrzpochodnego starzenia się skóry;	P6S_UK P6S_UW P6S_UO	K_U37	Wykonanie poszczególnych ćwiczeń praktycznych na ocenę	
dobrać i przeprowadzić zabiegi z grupy anti-aging; wykonać masaż liftujący		K_U43		
zaplanować działania profilaktyczne i pielęgnacyjne, zgodne z potrzebami skóry klienta;		K_U46		
Kompetencji społecznych- Student jest gotów do:				
nieustannego poszerzania wiedzy	P6S_KK P6S_KR	K_K01	obserwacja pracy studenta;	
rozwiązywania najczęstszych problemów związanych z wykonywaniem zawodu;		K_K08		
Bilans punktów ECTS				
Szacowany nakład pracy				
Forma	Liczba godzin		Liczba punktów ECTS	
	Sem 3	Sem 4	Sem 3	Sem 4
Wykład	-	-	-	-
Ćwiczenia	-	7,5	-	1
Seminarium	-	7,5	-	-
Praca własna studenta	-	25	-	0,5
Łączny nakład pracy studenta	40			1,5 -
Liczba godzin kontaktowych	15			
Nakład pracy związany z zajęciami o charakterze praktycznym	7,5			

Kryteria oceny		
Kryteria oceny pracy etapowej	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%
Kryteria oceny ćwiczenia pisemnego	Ocena niedostateczna (2,0)- student nie osiągnął wymaganych efektów uczenia się; praca nie spełnia minimum wymagań lub nie została przygotowana	poniżej 60%
	Ocena dostateczna (3,0)- student osiągnął efekty w stopniu dostatecznym; praca spełnia minimalne kryteria	60-68%
	Ocena dość dobra (3,5)- student osiągnął efekty w stopniu dość dobrym; pracę cechują liczne braki wymagające uzupełnienia	68,5-76%
	Ocena dobra (4,0)- student osiągnął efekty w stopniu dobrym; w pracy występują zauważalne błędy	76,5-84%
	Ocena ponad dobra (4,5)- student osiągnął efekty w stopniu ponad dobrym; praca powyżej przeciętnej nielicznymi błędami	84,5-92%
	Ocena bardzo dobra (5,0)- student osiągnął efekty w stopniu bardzo dobrym; praca przedstawiająca temat w sposób wyczerpujący z ewentualnymi drugorzędnymi błędami	92,5-100%
Kryteria oceny ćwiczenia praktycznego	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	60,5-70%

	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	
	Ocena dobra (4,0) - student opanował wiadomości i umiejętności w zakresie pozwalającym na zrozumieniu większości materiału z zakresu programu nauczania; posiada umiejętności praktyczne; posiada umiejętność organizacji stanowiska pracy; posiada umiejętność 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		
Literatura obowiązkowa	<p>Drobnik A., Jabłońska K., Kamińska A., Praktyczna kosmetologia krok po kroku, PZWL, 2021.</p> <p>Klonowska J. (red.), Kosmetologia, Edra Urban & Partner, Wrocław 2022.</p> <p>Kołodziejczak A., Kosmetologia kliniczna Tom 3, PZWL, Warszawa 2024.</p> <p>M.-C. Martini, Kosmetologia i farmakologia skóry, PZWL, Warszawa 2022.</p> <p>Nieścior M., Nowoczesne technologie w kosmetologii, Warszawa 2023.</p> <p>Wołosik K., Knaś M., Niczyporuk M., Fito kosmetologia. Wykłady z fito kosmetologii, fito kosmetyki i kosmetyki naturalnej, Wrocław 2018.</p> <p>Wronowska L., Wpływ pielęgnacji anti-aging na spowolnienie procesu starzenia się skóry, Medpharm, 2022.</p>	
Literatura dodatkowa	<p>Drobnik A., Słodka A., Kosmetologia z immunologią skóry, PZWL, 2021.</p> <p>Jabłońska-Trypuć A., Czerpak R., Roślinne surowce kosmetyczne. Wydanie II poprawione i uzupełnione, MedPharm, 2018.</p> <p>Kaszuba A. (red.), Szepietowski J. (red.), Adamski Z. (red.), Dermatologia geriatryczna Tom 1, Czelej, 2016.</p> <p>Kaszuba A. (red.), Szepietowski J. (red.), Adamski Z. (red.), Dermatologia geriatryczna Tom 2, Czelej, 2016.</p> <p>Kaszuba A. (red.), Szepietowski J. (red.), Adamski Z. (red.), Dermatologia geriatryczna Tom 3, Czelej, 2016.</p> <p>Kranc R., Farbiszewski R., Kosmetologia. Podstawy naukowe, Medipharm, 2016.</p>	

	Musiał C., Kosmetologia i trychologia gerontologiczna. Ujęcie holistyczne, PZWL, 2024. Musiał C., Rola komórek macierzystych we współczesnej medycynie estetycznej i kosmetologii, PZWL, 2023. Zejfer A., Kompleksowa terapia problemów skórnych, PZWL, 2022. 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 4			
1	Diagnostyka skóry starzejącej się – zmiany świadczące o starzeniu się skóry w oparciu o diagnostykę wizualną i palpacyjną oraz wywiad kosmetyczny uwzględniający czynniki sprzyjające procesom starzenia się skóry. Przygotowanie karty klienta – zasady przygotowania oraz uzupełniania karty klienta do zabiegów anti-aging. Planowanie zabiegów anti-aging – algorytmy zabiegów przeciwstarzeniowych twarzy, szyi i dekoltu z uwzględnieniem wskazań oraz przeciwwskazań do ich wykonania.	ćwiczenia	3
2	Preparaty stosowane w zabiegach anti-aging twarzy, szyi i dekoltu oraz ich składniki aktywne. Serum, koncentraty, ampułki przeznaczone do zastosowania w zabiegach anti-aging. Maski (kolagenowe, algowe, włókninowe, kremowe) w zabiegach przeciwstarzeniowych. Przeprowadzenie manualnego zabiegu anti-aging twarzy, szyi i dekoltu z zastosowaniem preparatów o działaniu przeciwstarzeniowym.	ćwiczenia	3
3	Preparaty stosowane w zabiegach anti-aging na okolice oczu oraz ich składniki aktywne. Dobór preparatów w odniesieniu do przeprowadzonej diagnostyki kosmetycznej skóry okolic oczu. Techniki aplikacji. Wykonanie zabiegu anti-aging skóry okolic oczu z wykonaniem masażu okolicy oczu.	ćwiczenia	3
4	Manualny lifting twarzy - masaż liftujący. Wskazania, przeciwwskazania. Dobór środków poślizgowych i wspomagających (pielęgnacyjnych) masaż liftujący wraz z ich składnikami aktywnymi. Technika wykonania. Wykonanie masażu liftującego twarzy.	ćwiczenia	3
5	Dobór zabiegów, preparatów i ich składników aktywnych w zależności od stanu i potrzeb skóry. Wykonanie zabiegów anti-aging twarzy, szyi dekoltu w oparciu o przeprowadzoną diagnostykę kosmetyczną.	ćwiczenia	3

