

SYLABUS

Kosmetyka i kosmetologia anti-aging

Informacje podstawowe

Jednostka organizacyjna: Wydział Profilaktyki i zdrowia	Rok akademicki 2026/2027
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 pierwszego stopnia PRK	Kierunkowe efekty uczenia się	Metody weryfikacji	
Wiedzy- Student zna i rozumie:				
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;	P6S_WK P6S_WG	K_W31	Kolokwium podsumowujące	
zaawansowaną wiedzę i definiuje terminologię w zakresie niezbędnym dla kosmetologa		K_W38		
podstawowe zagadnienia z zakresu etyki jako nauki oraz jej zastosowania w kontekście pracy kosmetologa		K_W46		
Umiejętności- Student potrafi:				
przyporządkować poszczególne substancje do określonego stanu i potrzeb skóry; scharakteryzować choroby i defekty skóry wieku starczego; wyjaśnić mechanizmy wewnątrz- i zewnątrzpo pochodnego 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_K07		
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	-	20	-	0,5
Łączny nakład pracy studenta	35			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 brak samodzielności wykonywanej pracy; wykazuje trudności w łączeniu teorii z praktyką; zna przepisy BHP,	60,5-70%

	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 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 kosmologa; 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	Drobnik A., Jabłońska K., Kamińska A., Praktyczna kosmologia krok po kroku, PZWL, 2021. Klonowska J. (red.), Kosmologia, Edra Urban & Partner, Wrocław 2022. Kołodziejczak A., Kosmologia kliniczna Tom 3, PZWL, Warszawa 2024. M.-C. Martini, Kosmologia i farmakologia skóry, PZWL, Warszawa 2022. Nieścior M., Nowoczesne technologie w kosmologii, Warszawa 2023. Wołosik K., Knaś M., Niczyporuk M., Fito kosmologia. Wykłady z fito kosmologii, fito kosmetyki i kosmetyki naturalnej, Wrocław 2018. Wronowska L., Wpływ pielęgnacji anti-aging na spowolnienie procesu starzenia się skóry, Medpharm, 2022.	
Literatura dodatkowa	Drobnik A., Słodka A., Kosmologia z immunologią skóry, PZWL, 2021. Jabłońska-Trypuć A., Czerpak R., Roślinne surowce kosmetyczne. Wydanie II poprawione i uzupełnione, MedPharm, 2018. Kaszuba A. (red.), Szepietowski J. (red.), Adamski Z. (red.), Dermatologia geriatryczna Tom 1, Czelej, 2016. Kaszuba A. (red.), Szepietowski J. (red.), Adamski Z. (red.), Dermatologia geriatryczna Tom 2, Czelej, 2016. Kaszuba A. (red.), Szepietowski J. (red.), Adamski Z. (red.), Dermatologia geriatryczna Tom 3, Czelej, 2016. Kranc R., Farbiszewski R., Kosmologia. Podstawy naukowe, Medipharm, 2016. Musiał C., Kosmologia i trychologia gerontologiczna. Ujęcie holistyczne, PZWL, 2024. Musiał C., Rola komórek macierzystych we współczesnej medycynie estetycznej i kosmologii, 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.	seminarium	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.	seminarium	2,5
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.	seminarium	2
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	4
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	3,5