

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ОБУЧЕНИЯ НОВЫМ ТЕХНОЛОГИЯМ КОМПАНИИ «МАДЕЛОН»

УТВЕРЖДАЮ
Директор АНО ДПО «Центр
обучения «МАДЕЛОН»
Е.А.Михеева
1 июня 2022 г.

М.П.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
по выполнению учебной практики
по дополнительной общеобразовательной программе
«Основы классического педикюра»

Подвид
Дополнительное образование детей и взрослых

Москва 2022

Пояснительная записка

Методические практические рекомендации разработаны в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения от 09.11.2018 № 196 (с изменениями и дополнениями);

Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28;

Учебная практика служит связующим звеном между теоретическими и производственной практикой. Она необходима для закрепления теоретических знаний, полученных на занятиях теоретического обучения, а также для получения практического опыта. Практические задания на учебной практике выполняются обучающимися самостоятельно, с применением знаний и умений, полученных на теоретических занятиях, а также с использованием необходимых пояснений, полученных от преподавателя при выполнении или ходе практического занятия. К занятиям учебной практики от обучающегося требуется предварительная подготовка, которую он должен провести перед занятием (повторить пройденный материал, подготовить инструменты и материал, для выполняемой на учебной практике технологии). Список литературы и вопросы, необходимые при подготовке, обучающийся получает от преподавателя заранее из методических рекомендаций к учебной практике

Практические задания учебной практики разработаны в соответствии с рабочей программой Основы Классического педикюра Проведение эстетико-технологических процессов услуг маникюра и педикюра, которые выполняются обучающимся индивидуально.

Учебная практика

Практическое занятие 1

Технология педикюра

Тема: Соблюдение техники безопасности и организация рабочего места мастера педикюра

Цель: научиться проводить дезинфекцию, стерилизацию инструментов, организовывать рабочее место мастера педикюра, работать с электрическими приборами

Время работы – 6 часов

Задание: Провести дезинфекцию и стерилизацию инструментов для педикюра; подготовить рабочее место мастера педикюра

Инструкция к выполнению задания:

1. Подготовить дезинфицирующие средства:
 - перекись водорода
 - средство для обработки рук.
2. Обработать руки перекисью водорода или средством для обработки рук.
3. Подготовить инструменты к стерилизации:
 - инструменты должны быть чистыми и свободными от каких-либо налетов;
 - перед стерилизацией инструменты вытереть насухо, если были обработаны водой;
 - парные инструменты (кусачки, ножницы и т.д.) перед стерилизацией нужно раскрыть;
 - инструменты не должны соприкасаться друг с другом во время стерилизации;
 - не перегружать тигель инструментами;
4. Подготовить стерилизатор:
 - проверить электрическую часть стерилизатора
 - убедиться, что выключатель стоит на позиции «О» («выкл»);
 - открыть крышку и засыпать в тигель шарики
 - прежде, чем вставить вилку в розетку, убедитесь, что напряжение, что напряжение, указанное на приборе соответствует напряжению в сети;
 - вставить вилку в розетку;
 - поставить выключатель на позицию «1» («вкл»), загорится зеленая и красная лампочка, сигнализируя о том, что прибор включен и нагревается;
 - как только стерилизатор достигнет высокой температуры, погаснет зеленая лампочка, стерилизуйте инструменты, только если **не горит зеленая лампочка**;
 - после окончания обработки инструментов поставьте выключатель на позицию «О» («выкл»), лампочка погаснет;
 - для извлечения предметов после стерилизации используйте пинцет или щипцы;
 - вынуть вилку из розетки;
 - закрыть крышку стерилизатора.
5. Подготовить ванночку для ног:
 - проверить электрическую часть;
 - проверить рабочее состояние ванночки;
6. Организовать рабочее место мастера педикюра:
 - подготовить инструменты
 - подготовить материалы
7. Уборка рабочего места мастера маникюра.

Учебная практика занятие 2

Технология педикюра

Тема: Этапы выполнения педикюра

Цель: научиться выполнять технологию педикюра

Время работы – 6 часов

Задание: организовать рабочее место мастера педикюра к работе, провести технологию педикюра поэтапно

Инструкция к выполнению задания:

1. Организация внешнего вида мастера педикюра.
2. Подготовка рабочего места мастера педикюра к работе:
 - провести дезинфекцию и стерилизацию инструментов и контактных зон; обеспечить инфекционную безопасность потребителя и исполнителя при оказании услуг по педикюру;
 - соблюдение техники безопасности при работе с оборудованием и инструментами во время педикюрной работ;
3. Провести обследование поверхности кожных покровов и ногтей на наличие противопоказаний для реализации услуг по педикюру.
4. Выполнить технологию педикюра поэтапно:

Инструкционно-технологическая карта

| № этапа | Наименование технологии |
|---------|--|
| 1. | Разместить и разложить необходимое оборудование, инструменты и материалы |
| 2. | Усадить клиента в кресло и попросить его снять обувь и носки |
| 3. | Развести в воде концентрированное средство для ванночки |
| 4. | Предложить клиенту опустить обе ноги в ванночку |
| 5. | Взять в руку 2-3 полотенца и вытираем ноги клиента легкими прижимающими движениями |
| 6. | Обработать ноги, ступни, промежутки между пальцев антисептиком |
| 7. | Подстричь ногти с помощью ножниц |
| 8. | Вставить разделители для пальцев |
| 9. | Обработать ногти пилкой для ногтей |
| 10. | Удалить сухую кожу и наросты мазоли с нижней части стопы и пяток с помощью пилки для ног |
| 11. | Удалить разделители для пальцев |
| 12. | Поместить ноги в ванночку с мыльным раствором |
| 13. | Почистить ногти щеткой |
| 14. | Сполоснуть ноги и тщательно вытереть |
| 15. | Вставить разделитель для пальцев |
| 16. | Отдвигаем кутикулу с помощью пушера |
| 17. | Удалить кутикулу и заусенцы с помощью кусачек |
| 18. | Удалить разделители для пальцев и поместить ноги в ванночку с мыльным раствором |
| 19. | Обработать ногти щеткой |
| 20. | Тщательно вытереть ноги |
| 21. | Нанести на ноги клиента дезодорант для ног |

5. Дать характеристику кожи ног потребителя и рекомендацию по домашнему профилактическому (послепроцедурному) уходу.

6. Уборка рабочего места мастера педикюра.

Учебная практика

Практическое занятие 3

Технология педикюра

Тема: Классический педикюр

Цель: научиться выполнять технологию классического педикюра

Время работы – 6 часов

Задание: организовать рабочее место мастера педикюра к работе, провести технологию классического педикюра.

Инструкция к выполнению задания:

1. Организация внешнего вида мастера педикюра.
2. Подготовка рабочего места мастера педикюра к работе:
 - провести дезинфекцию и стерилизацию инструментов и контактных зон; обеспечить инфекционную безопасность потребителя и исполнителя при оказании услуг по педикюру;
 - соблюдение техники безопасности при работе с оборудованием и инструментами во время педикюрных работ;
3. Провести обследование поверхности кожных покровов и ногтей на наличие противопоказаний для реализации услуг по педикюру.
4. Выполнить технологию классического педикюра:

Инструкционно-технологическая карта

Классический педикюр

| № этапа | Наименование технологии |
|---------|--|
| 1. | Разместить и разложить необходимое оборудование, инструменты и материалы |
| 2. | Усадить клиента в кресло и попросить его снять обувь и носки |
| 3. | Развести в воде концентрированное средство для ванночки |
| 4. | Предложить клиенту опустить обе ноги в ванночку |
| 5. | Взять в руку 2-3 полотенца и вытираем ноги клиента легкими прижимающими движениями |
| 6. | Обработать ноги, ступни, промежутки между пальцев антисептиком |
| 7. | Подстричь ногти с помощью ножниц |
| 8. | Вставить разделители для пальцев |
| 9. | Обработать ногти пилкой для ногтей |
| 10. | Удалить сухую кожу и наросты мазоли с нижней части стопы и пяток с помощью пилки для ног |
| 11. | Удалить разделители для пальцев |
| 12. | Поместить ноги в ванночку с мыльным раствором |
| 13. | Почистить ногти щеткой |
| 14. | Сполоснуть ноги и тщательно вытереть |
| 15. | Вставить разделитель для пальцев |
| 16. | Отдвигаем кутикулу с помощью пушера |
| 17. | Удалить кутикулу и заусенцы с помощью кусачек |
| 18. | Удалить разделители для пальцев и поместить ноги в ванночку с мыльным раствором |
| 19. | Обработать ногти щеткой |
| 20. | Тщательно вытереть ноги |
| 21. | Нанести на ноги клиента дезодорант для ног |

5. Дать характеристику кожи ног потребителя и рекомендацию по домашнему профилактическому (послепроцедурному) уходу.

6. Уборка рабочего места мастера педикюра

Учебная практика

Практическое занятие 4.

Технология педикюра

Тема: Технология косметического педикюра

Цель: научиться выполнять технологию косметического педикюра

Время работы – 6 часов

Задание: организовать рабочее место мастера педикюра к работе, провести технологию косметического педикюра

Инструкция к выполнению задания:

1. Организация внешнего вида мастера педикюра.
2. Подготовка рабочего места мастера педикюра к работе:
 - провести дезинфекцию и стерилизацию инструментов и контактных зон; обеспечить инфекционную безопасность потребителя и исполнителя при оказании услуг по педикюру;
 - соблюдение техники безопасности при работе с оборудованием и инструментами во время педикюрных работ;
3. Провести обследование поверхности кожных покровов и ногтей на наличие противопоказаний для реализации услуг по педикюру.
4. Выполнить технологию косметического педикюра, используя, при необходимости, аппарат для педикюра и косметические средства:

Инструкционно-технологическая карта

| № этапа | Наименование технологии |
|---------|--|
| 1. | Разместить и разложить необходимое оборудование, инструменты и материалы |
| 2. | Усадить клиента в кресло и попросить его снять обувь и носки |
| 3. | Развести в воде концентрированное средство для ванночки |
| 4. | Предложить клиенту опустить обе ноги в ванночку |
| 5. | Взять в руку 2-3 полотенца и вытираем ноги клиента легкими прижимающими движениями |
| 6. | Обработать ноги, ступни, промежутки между пальцев антисептиком |
| 7. | Подстричь ногти с помощью ножниц |
| 8. | Вставить разделители для пальцев |
| 9. | Обработать ногти пилкой для ногтей |
| 10. | Удалить сухую кожу и наросты мозоли с нижней части стопы и пяток с помощью пилки для ног |
| 11. | Удалить разделители для пальцев |
| 12. | Поместить ноги в ванночку с мыльным раствором |
| 13. | Почистить ногти щеткой |
| 14. | Сполоснуть ноги и тщательно вытереть |
| 15. | Вставить разделитель для пальцев |
| 16. | Отдвигаем кутикулу с помощью пушера |
| 17. | Удалить кутикулу и заусенцы с помощью кусачек |
| 18. | Удалить разделители для пальцев и поместить ноги в ванночку с мыльным раствором |
| 19. | Обработать ногти щеткой |
| 20. | Тщательно вытереть ноги |
| 21. | Нанести на ноги клиента дезодорант для ног |

5. Дать характеристику кожи ног потребителя и рекомендацию по домашнему профилактическому (послепроцедурному) уходу.

6. Уборка рабочего места мастера педикюра

Учебная практика
Практическое занятие 5.
Технология педикюра

Тема: Технология СПА-педикюра

Цель: научиться выполнять технологию СПА-педикюра

Время работы – 6 часов

Задание: организовать рабочее место мастера педикюра к работе, провести технологию СПА-педикюра

Инструкция к выполнению задания:

1. Организация внешнего вида мастера педикюра.
2. Подготовка рабочего места мастера педикюра к работе:
 - провести дезинфекцию и стерилизацию инструментов и контактных зон; обеспечить инфекционную безопасность потребителя и исполнителя при оказании услуг по педикюру;
 - соблюдение техники безопасности при работе с оборудованием и инструментами во время педикюрной работ;
3. Провести обследование поверхности кожных покровов на наличие противопоказаний для реализации услуг по педикюру.
4. Выполнить технологию СПА-педикюра

Инструкционно-технологическая карта
СПА-педикюр

| № этапа | Наименование технологии |
|---------|--|
| 1. | Растворите 4 г. на 1 л воды «Педикюрной соли» (Crystal Soak) в педикюрной ванночке или «Очищающая формула» (Soak). Чтобы увеличить количество пены, сначала налейте продукт, затем добавьте воды. Ступни должны находиться в ванночке 5 мин. |
| 2. | Начните с левой стопы. Удалите остатки лака. Придайте форму свободному краю. При помощи инструмента Pusher Plus и дезинфицирующего геля SwissGuard (оказывает легкое анестезирующее воздействие, дополнительно дезинфицирует область кутикулы и инструмент, позволяя ему лучше скользить) отодвинуть кутикулу и тщательно убрать весь птеригий с поверхности натуральной ногтевой пластины. Не оказывать сильное давление на Pusher Plus, т.к. можно повредить нежные клетки матрикса. |
| 3. | Достать одну ногу из ванночки, подсушить полотенцем ступню и обработать поверхность ступни «Педикюрной пилкой» (Pedicure File OPI) - абразив 80/120 Уделить особое внимание огрубевшим участкам ступни. В процессе работы смачивайте ступни водой, т.к. по сухой кожи работать пилкой Pedicure File OPI нельзя. При завершении тщательно зашлифовать ступни стороной «Педикюрной пилки» на 120 абразив. |
| 4. | Нанести на ступни «Размягчитель гиперкератоза» (Soften), подождать 5 мин. При помощи стороны «Педикюрной пилки» на 120 абразив обработать ступни (нанесение «Размягчителя гиперкератоза» (Soften) возможно и до использования педикюрной пилки). |
| 5. | Обработать ступни «Скрабом» (Scrub) и массажными движениями зашлифовать кожу и снять ороговевшие клетки с поверхности стоп. Остатки препарата смыть теплой водой. |
| 6. | Приготовить 2 одноразовых полиэтиленовых пакета. Нанести "Глиняную маску» (Clay Mask) тонким слоем, не затрагивая поверхность натуральных ногтей. Надеть |

| | |
|-----|--|
| | на ступни полиэтиленовые пакеты. Завернуть ступни в полотенце, подержать 5 мин. Удалить маску при помощи влажных горячих полотенец. Эффект теплого компресса. |
| 7. | <p>При помощи «Массажного лосьона» (Massage) произвести массаж ног: Двумя руками распределить лосьон по ногам. Левой рукой фиксируем ногу клиента. Правой рукой массируем икры (повтор 3 раза). Меняем руки и проделываем то же самое. Ладонями массируем торцовые стороны стопы, от пальцев ног к пятке (повтор 3 раза). Большими пальцами массируем ступни от пятки к пальцам ног (движения круговые, повтор 3 раза) Круговыми движениями массируем точку «Ахиллесова пята» (повтор 3 раза) Большими пальцами массируем лодыжку от пальцев ног к колену круговыми движениями и от пальцев ног к пятке круговыми движениями, чередуя (повтор 3 раза). Двумя руками круговыми движениями массируем голень от пальцев ног к колену (повтор 3 раза)</p> |
| 8. | <p>Массирующими движениями нанести на ступни «Защитную формулу» (Smooth). Примечание: Дополнительный продукт - «Освежающий гель для уставших ног с растительными экстрактами» (Refresh) - используют в летнее время, т.к. он имеет свойство сильного охлаждения кожи. Не использовать на сухой коже! Снимает отечность, болевые ощущения, придает бодрость уставшим ногам, подсушивает. Нанести массажными движениями до колена. Не смывать!</p> |
| 9. | При помощи гигроскопической салфетки тщательно обезжирить поверхность натуральных ногтей. |
| 10. | <p>Нанести на область кутикулы антикутикулу «Авоплекс», которая размягчает, увлажняет, питает кожу, замедляет рост кутикулы. Подождать 3-5 мин. Отодвинуть кутикулу при помощи инструмента Pusher Plus и дезинфицирующего геля Swiss Guard, оказывающего анестезирующее действие на кутикулу и обеспечивающее лучшее скольжение инструмента по поверхности натурального ногтя. Не оказывать сильное давление на Pusher Plus, т.к. можно повредить нежные клетки матрикса.</p> |
| 11. | Удалить заусенцы и кутикулу при помощи Ассу Nip (кусачки для кутикулы). Начинать работу с области боковых пазух. Кусачки держать под углом 45 градусов. При продвижении к линии кутикулы угол режущей поверхности уменьшается. При выполнении среза мастер должен продолжать одну и ту же непрерывную линию среза. Нельзя использовать недостаточно острые инструменты - велика вероятность появления большого количества заусенцев. |
| 12. | Обезжирить поверхность натуральных ногтей с помощью антисептика (обеззараживание, обезжиривание и уничтожение бактерий, содержит тимол - профилактическое антигрибковое средство). Нанести препарат на ногти с расстояния 15 сантиметров. |
| 13. | Нанести Bond -Aid (кондиционер, нормализующий кислотно- щелочной баланс натуральных ногтей). |
| 14. | Нанести один тонкий слой базового покрытия |
| 15. | Нанести в 2 слоя цветного лака |
| 16. | Нанести закрепляющее верхнее покрытие |

| | |
|-----|---|
| 17. | Капнуть 1-2 капли сушки лака |
| 18. | Нанести масло Avoplex (замедляет рост кутикулы, смягчает, увлажняет, питает) на кутикулу, не втирая, т. к. молекулы масла очень маленькие, проникновения. |

5. Дать характеристику кожи ног потребителя и рекомендацию по домашнему профилактическому (послепроцедурному) уходу.

6. Уборка рабочего места мастера педикюра

Учебная практика

Практическое занятие 13.

МДК.01.02. Технология педикюра

Тема: Мужской педикюр

Цель: научиться выполнять технологию мужского педикюра

Время работы – 6 часов

Задание: организовать рабочее место мастера педикюра к работе, провести технологию мужского педикюра

Инструкция к выполнению задания:

1. Организация внешнего вида мастера педикюра.
2. Подготовка рабочего места мастера педикюра к работе:
 - провести дезинфекцию и стерилизацию инструментов и контактных зон; обеспечить инфекционную безопасность потребителя и исполнителя при оказании услуг по педикюру;
 - соблюдение техники безопасности при работе с оборудованием и инструментами во время педикюрной работ;
3. Провести обследование поверхности кожных покровов и ногтей на наличие противопоказаний для реализации услуг по педикюру.
4. Выполнить технологию мужского педикюра:

Инструкционно-технологическая карта Мужской педикюр

| № этапа | Наименование технологии |
|---------|---|
| 1. | Разместить и разложить необходимое оборудование, инструменты и материалы |
| 2. | Усадить клиента в кресло и попросить его снять обувь и носки |
| 3. | Развести в воде концентрированное средство для ванночки |
| 4. | Предложить клиенту опустить обе ноги в ванночку |
| 5. | Взять в руку 2-3 полотенца и вытираем ноги клиента легкими прижимающими движениями |
| 6. | Обработать ноги, ступни, промежутки между пальцев антисептиком |
| 7. | Подстричь ногти с помощью ножниц |
| 8. | Вставить разделители для пальцев |
| 9. | Обработать ногти пилкой для ногтей |
| 10. | Удалить сухую кожу и наросшие мазоли с нижней части стопы и пяток с помощью пилки для ног |
| 11. | Удалить разделители для пальцев |
| 12. | Поместить ноги в ванночку с мыльным раствором |
| 13. | Почистить ногти щеткой |
| 14. | Сполоснуть ноги и тщательно вытереть |
| 15. | Вставить разделитель для пальцев |
| 16. | Отодвигаем кутикулу с помощью пушера |
| 17. | Удалить кутикулу и заусенцы с помощью кусачек |
| 18. | Удалить разделители для пальцев и поместить ноги в ванночку с мыльным раствором |

| | |
|-----|--|
| 19. | Обработать ногти щеткой |
| 20. | Тщательно вытереть ноги |
| 21. | Произвести полировку ногтей или окрашивание бесцветным лаком ногти (при желании клиента) |
| 22. | Нанести на ноги клиента дезодорант для ног |

5. Дать характеристику кожи ног потребителя и рекомендацию по домашнему профилактическому (послепроцедурному) уходу.

6. Уборка рабочего места мастера педикюра.

АНО ДПО "ЦЕНТР ОБУЧЕНИЯ "МАДЕЛОН", Михеева Екатерина Александровна, ДИРЕКТОР
07.07.2022 12:15 (MSK), Сертификат № 29D561006FAD2D8842A1B160D9F016E3