



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013  
Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

---

## **Program praktyki**

**dla nauczycieli przedmiotów zawodowych i instruktorów  
praktycznej nauki zawodu kształcących fryzjerów**

w ramach projektu:

Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli, który realizuje Uniwersytet Opolski

Autor: Jagoda Szybiak



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

## Spis treści

<b>I. Założenia organizacyjne programu praktyki .....</b>	<b>3</b>
<b>II. Cele praktyki nauczycieli przedmiotów zawodowych, kształcących fryzjerów.....</b>	<b>5</b>
2.1. Cele ogólne .....	5
2.2. Cele szczegółowe .....	5
2.3. Sposoby realizacji celów praktyki.....	6
<b>III. Proponowany ramowy program praktyki .....</b>	<b>7</b>
3.1. Zapoznanie z zakładem pracy, wykorzystywaną aparaturą i stosowanymi przepisami.....	7
3.2. Skuteczna komunikacja z klientem. Diagnostyka stanu włosów i skóry głowy. Pielęgnacja włosów. ....	7
3.3. Stylizacja fryzur .....	9
3.4. Wodna ondulacja i prostowanie włosów .....	10
3.5. Wykonywanie zabiegów związanych z trwałym ondulowaniem włosów .....	11
3.6. Strzyżenie włosów .....	13
3.7. Rozjaśnianie i dekoloryzacja włosów .....	15
3.8. Koloryzacja włosów .....	16
3.9. Układanie fryzur. Zagęszczanie i przedłużanie włosów.....	18
<b>IV. Przykłady dodatkowych zadań .....</b>	<b>19</b>
4.1. Perukarstwo .....	19
4.2. Trychologia .....	20
<b>V. Literatura .....</b>	<b>22</b>
<b>VI. Załączniki .....</b>	<b>23</b>
4.1. Ankieta oceny zadowolenia klienta.....	23



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

---

## **I. Założenia organizacyjne programu praktyki**

1. Praktyki nauczycieli przedmiotów zawodowych i instruktorów praktycznej nauki zawodu fryzjera odbywać się będą na podstawie umowy realizatora projektu (Uniwersytet Opolski) i wybranego zakładu branży fryzjerskiej na terenie województwa opolskiego, śląskiego lub dolnośląskiego.
2. Praktyki są realizowane w profesjonalnych salonach fryzjerskich, które oferują szeroki zakres usług zgodny z najnowszymi technologiami i trendami oraz mają na wyposażeniu nowoczesne urządzenia.
3. Praktyka w salonach będzie trwała 60 godzin (10 dni po 6 godzin).
4. Wybór salonów, w których ma być realizowana praktyka będzie dokonany przez organizatora projektu tj. Uniwersytet Opolski. Przy wyborze miejsca praktyki organizator może przyjąć sugestie praktykanta.
5. Zakład fryzjerski przydziela praktykantom opiekuna praktyk, który organizuje praktykę w zakładzie, dostosowuje jej program do możliwości i zadań zakładu.
6. Praktyka umożliwia aktywny i efektywny udział praktykantów w pracach i zadaniach salonu, a jednocześnie podnosi kwalifikacje zawodowe nauczycieli – praktykantów.
7. Każde zadanie powierzone praktykantowi powinno być poprzedzone instruktażem połączonym z pokazem. Opiekun praktyk podczas analizowania ćwiczenia, powinien wytłumaczyć sposób przygotowania preparatów fryzjerskich oraz zademonstrować technikę wykonania zabiegu.
8. Opiekun praktyki powinien dostosować ćwiczenia do warunków salonu oraz do umiejętności praktykanta, tak aby umożliwiły mu jak najlepsze poszerzenie swojej wiedzy i zdobycie nowych kwalifikacji.



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
9. Program praktyki powinien przybliżyć nauczycielowi realia warunków pracy z jakimi mogą się spotkać w przyszłości ich uczniowie w zakładach branży fryzjerskiej, zwrócić uwagę na specyfikę zawodu fryzjera.
  10. Program praktyki ma za zadanie pokazanie dobrych praktyk zawodowych oraz nowoczesnych organizacji pracy, narzędzi i technologii stosowanych we fryzjerstwie.
  11. Praktykant prowadzi dziennik praktyki, w którym opisuje prowadzone prace, szkolenia.
  12. Wyniki zaangażowania w prace i zadania zlecone podczas praktyki oraz zdobyta wiedza praktyczna zostaną ocenione przez opiekuna praktyki. Ocena będzie wpisana w dzienniku praktyki.
  13. Po zakończeniu praktyki nauczyciel otrzyma „certyfikat ukończenia praktyki zawodowej” z nazwą zakładu, w której się odbywała oraz oceną praktyki.



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

---

## **II. Cele praktyki nauczycieli przedmiotów zawodowych, kształcących fryzjerów**

Praktyki organizowane w ramach projektu „Innowacje w kształceniu nauczycieli” mają na celu podniesienie kompetencji zawodowych nauczycieli kształcenia zawodowego w branży fryzjerskiej a tym samym zwiększenie jakości edukacji.

### **2.1. Cele ogólne**

- uaktualnienie wiedzy i zdolności merytorycznych z zakresu różnych działań fryzjerstwa;
- przybliżenie nauczycielom realiów warunków pracy z jakimi mogą się spotkać w przyszłości ich uczniowie w zakładach branży fryzjerskiej;
- zapoznanie się ze współczesnymi potrzebami rynku pracy w branży fryzjerskiej;
- poznanie wymagań i oczekiwań współczesnych klientów;
- zapoznanie się ze stosowanymi technikami;

### **2.2. Cele szczegółowe**

- zapoznanie się ze strukturą zakładów fryzjerskich oraz z obowiązującymi wymaganiami prawnymi umożliwiającymi ich funkcjonowanie;
- uzyskanie wiedzy na temat oczekiwań pracodawców w zakresie umiejętności praktycznych absolwentów szkół fryzjerskich;
- zapoznanie się z najnowszymi technologiami, zabiegami;



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- wypracowanie metod wykorzystania zdobytej wiedzy w pracy dydaktycznej;

### 2.3. Sposoby realizacji celów praktyki

- zapoznanie się ze strukturą zakładu, stanowiskiem pracy oraz świadczonymi usługami;
- branie aktywnego udziału w konsultacjach, szkoleniach fryzjerskich;
- zapoznanie się z procedurami poszczególnych zabiegów;
- wymiana doświadczeń pomiędzy nauczycielami specjalizującymi się w różnych dziedzinach fryzjerstwa;
- wykonywanie zabiegów;
- przeprowadzenie ankiety wśród klientów salonu, w celu zbadania poziomu zadowolenia ze świadczonych usług;
- prowadzenie dziennika praktyk;



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

---

### III. Proponowany ramowy program praktyki

#### 3.1. Zapoznanie z zakładem pracy, wykorzystywaną aparaturą i stosowanymi przepisami

Pierwszy dzień praktyki ( 6 godzin) powinien obejmować:

- zapoznanie praktykantów ze strukturą organizacyjną i specyfiką salonu fryzjerskiego;
- przeprowadzenie szkolenia w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy, ochrony przeciwpożarowej oraz ochrony środowiska obowiązującymi na stanowisku pracy;
- zapoznanie praktykantów z przepisami traktującymi o wymaganiach sanitarnohigienicznych i zdrowotnych w zakładach fryzjerskich;
- przeszkolenie praktykantów w zakresie udzielania pierwszej pomocy w stanach zagrożenia zdrowia i życia;
- przedstawienie praktykantom oferty usługowej zakładu;
- zapoznanie praktykantów z nowoczesną aparaturą, narzędziami i przyborami fryzjerskimi stosowanymi w zakładzie;
- zapoznanie praktykantów z preparatami używanymi do zabiegów oraz z kosmetykami, które są sprzedawane klientom salonu;

#### 3.2. Skuteczna komunikacja z klientem. Diagnostyka stanu włosów i skóry głowy. Pielęgnacja włosów.

Drugi dzień praktyki (6 godz.) obejmuje:

- prelekcję na temat skutecznej komunikacji z klientem:
  - określanie potrzeb klienta;
  - przewidywanie oczekiwań klienta;
  - pokonywanie barier w komunikacji;
  - nauka skutecznego argumentowania dla określonej sytuacji;
  - techniki radzenia sobie z trudnym klientem;



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- wykonanie przez opiekuna praktyki instruktażu na temat przeprowadzania profesjonalnego wywiadu z klientem;
  - diagnozowanie stanu włosów i skóry głowy;
  - identyfikowanie zaburzeń wzrostu włosów oraz uszkodzeń i chorób włosów;
  - odróżnianie zmian chorobowych na skórze głowy;
  - opisywanie różnych metod mycia włosów;
  - dobieranie odpowiednich środków myjących i kondycjonujących w zależności od rodzaju włosów;
  - opisanie różnych technik wykonywania masażu skóry głowy;
  - zapoznanie praktykantów z najnowszymi preparatami i zabiegami używanymi w pielęgnacji włosów i skóry głowy w zależności od ich kondycji:
    - zabieg regeneracyjny;
    - zabieg nawilżający;
    - zabieg odżywczy;
    - zabieg relaksujący;

#### Ćwiczenie:

- wykonanie wywiadu z klientem;
- wykonanie mycia włosów i skóry głowy odpowiednią metodą;
- zastosowanie różnych technik masażu skóry głowy;
- wykonanie odpowiedniego zabiegu pielęgnującego u klienta wskazanego przez opiekuna;





Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- doradztwo w zakresie pielęgnacji włosów w domu u osoby, która ma włosy suche i osłabione rozjaśnianiem;
  - doradztwo w zakresie pielęgnacji włosów w domu u osoby, która ma włosy przetłuszczające się;

### **3.3. Stylizacja fryzur**

6 godzin:

- prelekcja na temat dawnych oraz współczesnych stylów fryzjerskich;
- opisywanie różnych form kształtowania fryzur;
- charakteryzowanie sposobów upiękzania fryzur;
- dokonanie podziału kolorów stosowanych we fryzjerstwie;
- sporządzanie mieszanin kolorów w celu otrzymania barw zgaszonych oraz barw złamanych;
- rodzaje kontrastów kolorystycznych i ich charakterystyka;
- zgłębianie zależności pomiędzy kolorem a światłem oraz kolorem a przestrzenią we fryzurze;
- analizowanie kolorystycznych typów urody;
- doradztwo w zakresie doboru formy kolorystycznej,
- określanie osobniczych cech wyglądu klienta;
- charakteryzowanie zasad projektowania fryzur;
- opisywanie elementów fryzury;
- opisywanie fryzury symetrycznej i asymetrycznej;
- określenie rodzajów tekstury włosów;
- rozróżnienie linii i kontrastów we fryzurze;
- opisywanie roli kontrastów w kształtowaniu fryzury;
- dokonywanie odczytu rysunków instruktażowych i żurnalowych;

Ćwiczenie:



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- przygotowanie rysunków instruktażowych fryzur;
  - identyfikowanie typu urody klienta według analizy kolorystycznej;
  - dopasowanie rodzaju fryzury do typu urody i osobowości klienta;
  - projektowanie fryzury wieczorowej;
  - wykorzystanie profesjonalnych programów komputerowych w projektowaniu fryzur;

### **3.4. Wodna ondulacja i prostowanie włosów**

W ramach tematyki wodnej ondulacji i prostowania włosów (6 godz.) praktykant powinien:

- przygotować stanowisko pracy oraz przygotować klienta do wykonania wodnej ondulacji i prostowania włosów;
- poznać wszystkie przeciwwskazania do wykonania zabiegu wodnej ondulacji i prostowania włosów;
- poznać najnowsze preparaty do wykonywania wodnej ondulacji i prostowania włosów;
- umiejętnie dobrać preparaty do wykonywania wodnej ondulacji oraz prostowania w zależności od rodzaju i kondycji włosów;
- poznać różne metody i techniki ondulacji wodnej;

Metody:

- na mokro- z zastosowaniem palców, wałków, klipsów i suszarki;
- na sucho- używając narzędzi, aparatów z dodatkowym ciepłem tj. lokówek, karbownic, prostownic, falownic i wałków;
- z użyciem szczotek i suszarki ręcznej;



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- z użyciem preparatów fryzjerskich np. żele, woski, pianki, pasty;

#### Techniki:

- plisowanie- inaczej wyciskanie fal;
  - loki płaskie- nakręcanie włosów na wałki;
  - loki spiralne- nawijanie włosów na palec, żelazko, lokówkę;
  - ondulacja fenowa- modelowanie przy pomocy szczotek, suszarki i palców;
  - techniki mieszane- czyli połączenie różnych technik;
- umiejętnie dobrać technikę i metodę ondulacji wodnej w zależności od rodzaju i kondycji włosów;
- brać aktywny udział w poznawaniu różnych metod prostowania włosów:
- prostowanie włosów przy użyciu okrągłej szczotki;
  - prostowanie włosów przy użyciu żelazka fryzjerskiego (prostownicy);
  - prostowanie włosów metodą keratynową;
  - chemiczne prostowanie włosów;
  - prostowanie włosów metodą japońską;

#### Ćwiczenie:

- wykonać odpowiednią techniką ondulację wodną u klienta wskazanego przez opiekuna;
- wykonać keratynowe prostowanie włosów;
- wykonać chemiczne prostowanie włosów;
- dobrać środki do włosów po zabiegu wodnej ondulacji oraz po zabiegu prostowania włosów;

### **3.5. Wykonywanie zabiegów związanych z trwałym ondulowaniem włosów**

Praktykant powinien realizować następujące zadania (6 godz.):



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- przygotować stanowisko pracy oraz przygotować klienta do wykonania zabiegu trwałej ondulacji;
  - ocenić stan włosów klienta w celu doboru najlepszego rodzaju trwałej ondulacji;
  - określić przeciwwskazania do zabiegu trwałej ondulacji;
  - zapoznać się z preparatami do trwałej ondulacji włosów;
  - dobrać odpowiednie preparaty do trwałej ondulacji w zależności od rodzaju i stanu włosów;
  - wykonać próbę uczuleniową przed planowanym zabiegiem;
  - brać aktywny udział w poznawaniu różnych technik wykonywania trwałej ondulacji:
    - trwała ondulacja na ciepło;
    - trwała ondulacja na zimno;
    - kwaśna trwała ondulacja;
    - trwała ondulacja kolorowa;
  - uczestniczyć w dobieraniu techniki trwałej ondulacji w zależności od stanu włosów:
    - trwała do włosów normalnych;
    - trwała do włosów cienkich i delikatnych;
    - trwała do włosów rozjaśnianych;
    - trwała do włosów farbowanych;
    - trwała do włosów zbyt ciężkich, podnosząca je od nasady;
  - poznać najczęstsze błędy popełniane podczas zabiegu trwałej ondulacji i metody korygowania tych błędów;

Ćwiczenie:

- wykonać wybraną techniką trwałą ondulację na włosach farbowanych;



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- wykonać wybraną techniką trwałą ondulację na włosach cienkich;
  - dobrać środki do włosów po zabiegach trwałe ondulacji;

### **3.6. Strzyżenie włosów**

6 godzin:

- prelekcja na temat najnowszych trendów oraz technik strzyżenia;
- pokaz wybranego zabiegu wykorzystującego najnowsze techniki strzyżenia;
- przeprowadzenie diagnozy i konsultacji celem wyboru odpowiedniego strzyżenia u klienta:
  - należy wziąć pod uwagę kierunek porostu włosów, gatunek i strukturę włosów, kształt głowy i twarzy oraz indywidualne elementy urody klienta do strzyżenia;
  - należy zapytać klienta o jego oczekiwania, preferencje, styl życia i osobowość;
- zapoznanie się z wszystkimi narzędziami wykorzystywanymi podczas strzyżenia;
- branie aktywnego udziału w poznawaniu różnych metod, technik i sposobów strzyżenia włosów:

#### Techniki podstawowe:

- cieniowanie (stopniowanie, gradacja);
- palcowanie;

#### Techniki uzupełniające:

- degażowanie (fakturowanie, tekturowanie, przerzedzanie);
- konturowanie;



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- efilowanie;

#### Metody strzyżenia:

- strzyżenie na mokro;
- strzyżenie na sucho;
- strzyżenie na zimno;
- strzyżenie na gorąco;

#### Sposoby strzyżenia:

- strzyżenie „na tępo”;
  - strzyżenie na „pióro”;
- dobieranie techniki, metody i sposobu strzyżenia do rodzaju włosów;
  - dobieranie narzędzi do sposobu i techniki strzyżenia oraz do tekstury włosów;
  - dzielenie włosów na sekcje i separacje do określonej linii fryzury;
  - charakteryzowanie poszczególnych etapów strzyżenia;
  - odróżnianie strzyżenia damskiego, męskiego i dziecięcego;
  - rozpoznawanie formy strzyżeń u różnych klientów;
  - charakteryzowanie i dobieranie sposobów poprawiania błędów podczas strzyżenia;

#### Ćwiczenie:

- wykonanie strzyżenia damskiego (techniką wskazaną przez opiekuna);
- wykonanie strzyżenia męskiego;
- wykonanie strzyżenia dziecięcego (włosy długie);



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- wykonanie strzyżenia grzywki uwzględniając oczekiwania klienta, jego kształt twarzy, rodzaj włosów jak również aktualną modę;
  - wykonanie strzyżenia wąsów i brody przy uwzględnieniu kształtu twarzy klienta;

### **3.7. Rozjaśnianie i odbarwianie włosów**

6 godzin:

- prelekcja na temat najnowszych trendów oraz metod i środków do rozjaśniania i dekoloryzacji włosów;
- pokaz wybranego zabiegu wykorzystującego najnowsze środki i techniki rozjaśniania włosów;
- omówienie rodzajów zabiegów rozjaśniających;
- przygotowanie stanowiska pracy do zabiegu rozjaśniania i dekoloryzacji włosów;
- zdiagnozowanie włosów i skóry głowy klienta oraz określenie przeciwwskazań do zabiegu rozjaśniania i dekoloryzacji włosów;
- dobieranie i przygotowywanie odpowiednich preparatów do rozjaśniania włosów;
- zapoznanie się ze schematem nakładania rozjaśniającej mieszanki;
- rozjaśnianie całego porostu włosów;
- rozjaśnianie samych odrostów;
- poznawanie klasycznych technik rozjaśniania pasemek;
- poznawanie alternatywnych technik rozjaśniania pasemek;
- dekoloryzacja włosów o odcieniach blondu;



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- dekoloryzacja włosów o odcieniach ciemnego blondu i brązu;
  - dekoloryzacja włosów zawierających dużą ilość ciemnych barwników (średni i ciemny brąz);
  - omówienie najczęstszych błędów popełnianych podczas procesu rozjaśniania i dekoloryzacji włosów;
  - omówienie sposobów korygowania błędów popełnianych podczas rozjaśniania i dekoloryzacji włosów;
  - doradztwo w zakresie pielęgnowania włosów po zabiegu rozjaśniania i dekoloryzacji włosów;

Ćwiczenie:

- wykonanie rozjaśniania pasemek u klientki techniką wskazaną przez opiekuna;
- wykonanie tonowania włosów;
- wykonanie dekoloryzacji włosów (średni brąz);

### **3.8. Koloryzacja włosów**

12 godzin:

- prelekcja na temat najnowszych trendów oraz metod i środków do koloryzacji włosów;
- pokaz wybranego zabiegu wykorzystującego najnowsze środki i techniki koloryzacji;
- określanie koloru wyjściowego włosów;
- ustalenie koloru docelowego włosów;
- ocena proporcji włosów siwych w stosunku do pozostałych;





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- diagnozowanie stanu włosów klienta przed zabiegiem koloryzacji;
  - tworzenie karty kolorów;
  - charakteryzowanie środków do barwienia włosów:
    - barwniki roślinne;
    - barwniki nieorganiczne (metaliczne);
    - barwniki organiczne (oksydacyjne, trwałe);
  - wyróżnianie rodzajów i technik farbowania włosów;
  - opisywanie koloryzacji trwałej;
  - opisywanie koloryzacji półtrwałej;
  - opisywanie koloryzacji nietrwałej;
  - dobieranie preparatów koloryzujących włosy do ich rodzaju, kondycji a także planowanego efektu;
  - sporządzanie emulsji farbujących;
  - poznanie najczęstszych błędów popełnianych podczas farbowania włosów i sposobów ich korygowania;
  - poznanie najnowszych sposobów pielęgnowania włosów po zabiegach koloryzujących;

Ćwiczenie:

- ocena typu kolorystycznego klienta (lato, zima, wiosna, jesień);
- wykonanie farbowania na kolor jaśniejszy;



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- wykonanie farbowania na kolor ciemniejszy;
  - wykonanie farbowania włosów siwych/szpakowatych;
  - wykonanie farbowania całego porostu włosów;
  - wykonanie farbowania samych odrostów;
  - wykonanie farbowania pasemek z wykorzystaniem różnych technik;
  - wykonanie balejażu z wykorzystaniem różnych technik;
  - wykonanie koloryzacji sekcyjnej stosując różne techniki;
  - tonowanie koloru włosów po zabiegu koloryzacji;

### **3.9. Układanie fryzur. Zagęszczanie i przedłużanie włosów**

6 godzin:

- charakteryzowanie różnych rodzajów fryzur:
  - Fryzuryienne;
  - Fryzury wieczorowe;
  - Fryzury klasyczne;
  - Fryzury awangardowe;
  - Fryzury okolicznościowe;
  - Fryzury konkursowe;
  - Fryzury w stylu sportowym;
  - Fryzury w stylu romantycznym;



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- dopasowanie rodzaju fryzury do kształtu głowy i twarzy oraz do typu urody i osobowości klienta;
  - prelekcja na temat najnowszych trendów oraz metod i środków do przedłużania i zagęszczania włosów;
  - pokaz wybranego zabiegu wykorzystującego najnowsze środki i techniki przedłużania i zagęszczania włosów;
  - omówienie przeciwwskazań do zabiegów przedłużania i zagęszczania włosów;
  - omówienie zasad pielęgnacji włosów przedłużonych oraz zagęszczonych;

Ćwiczenie:

- wykonanie fryzury awangardowej zgodnie z aktualnymi trendami;
- wykonanie zabiegu przedłużania oraz zagęszczania włosów wybraną metodą na ciepło;
- wykonanie zabiegu przedłużania oraz zagęszczania włosów wybraną metodą na zimno;

## **IV. Przykłady dodatkowych zadań**

### **4.1. Perukarstwo**

- klasyfikowanie i charakteryzowanie wyrobów perukarskich;
- zapoznanie się z materiałami i narzędziami wykorzystywanymi w perukarstwie;
- zapoznanie się z różnymi rodzajami włosów używanymi w perukarstwie;
- poznanie zasad wykonywania różnych form perukarskich;
- przygotowanie włosów do sporządzania wyrobów perukarskich;
- przygotowanie szczegółowego planu wytwarzania wyrobów perukarskich;



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- zapoznanie się z zasadami wykonywania różnych zabiegów fryzjerskich na wyrobach perukarskich;
  - dobieranie wyrobów perukarskich dla klienta;
  - wykonywanie wyrobów perukarskich zgodnie z upodobaniem klienta;
  - zapoznanie się z zasadami zakładania, przechowywania i pielęgnowania wyrobów perukarskich;

#### **4.2. Trychologia**

- prelekcja dotycząca podstawowych informacji na temat trychologii;
- omówienie zakresu obowiązków trychologa;
- omówienie zasad prawidłowej pielęgnacji włosów- profilaktyka;
- dokładne omówienie jednostek chorobowych z jakimi można się spotkać w gabinecie:
  - łojotok;
  - łupież tłusty i suchy;
  - łojotokowe zapalenie skóry;
  - łuszczyca;
  - wypadanie włosów (androgenowe, plackowate i inne);
- zapoznanie się z urządzeniami wykorzystywanymi w diagnostyce trychologicznej:
  - mikrokamery;
  - lampa Wooda;
  - lampa PUVA;
- zapoznanie się z zabiegami trychologicznymi:
  - darsonval;
  - galwanic;
  - zimny laser;
  - mezoterapia igłowa;
  - masaże;



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- osocze bogatopłytkowe;
  - kamuflaż- uzupełnianie włosów;
  - techniki łączone;
- omówienie preparatów farmakologicznych stosowanych w trychologii;
  - omówienie kosmeceutyków wykorzystywanych w trychologii;



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

---

## V. Literatura

1. Argyle M. Psychologia stosunków międzyludzkich. Wydaw. Naukowe PWN, Warszawa 1999
2. Bierach A.J. Mowa ciała kluczem do sukcesu. Wyd. ASTRUM, Wrocław 2001
3. Birkenbihl V.F. Vademecum psychologii społecznej. Wyd. ASTRUM, Wrocław 2000
4. Leland K., Bailey K. Obsługa klienta. Wydawnictwo RM, Warszawa 1999
5. Leszczyński W., Zakrzewska K. Bezpieczeństwo i higiena pracy. PROEGRO, Warszawa 1993
6. Buscher Ch. Znajdź swój kolor. Wyd. MUZA S.A., Warszawa 1992
7. Cieślak F. Rysunek zawodowy dla zasadniczych szkół fryzjerskich. WSiP, Warszawa 1994
8. Schmidt W., Schneider J. Wiedza o stylach fryzjerskich i kształtowaniu fryzur. Zeszyt ćwiczeń do nauki zawodu. Wyd. REA s.j., Warszawa 2001
9. Chorek Z. Fryzjerstwo. WSiP, Warszawa 1999
10. Schmidt W. Fryzjerstwo wraz z poradami kosmetycznymi. Wyd. REA, Warszawa 2000
11. Sumirska Z. Nowoczesne fryzjerstwo chemia, technologie, techniki. Wyd. P.P.H.U „SUZI”, Warszawa 2005
12. Sumirska Z. Stylizacja. Wyd. P.P.H.U. „SUZI”, Warszawa 2004
13. Cieślak F., Lewandowska P., Przyjemka H. Charakteryzacja i perukarstwo. Wydaw. Przemysłu Lekkiego i Spożywczego, Warszawa 1967
14. Adamski Z, Kaszuba A. Dermatologia dla kosmetologów. Wydaw. Elsevier Urban&Partner, Wrocław 2010
15. Kaszuba A (red.). Dermatologia. Diagnostyka różnicowa. Wydaw. Elsevier Urban&Partner, Wrocław 2009



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

## VI. Załączniki

### 4.1. Ankieta oceny zadowolenia klienta

#### ANKIETA

##### Szanowni Państwo!

Zwracamy się z prośbą o wypełnienie poniższej ankiety, która służy badaniu poziomu zadowolenia naszych klientów. Państwa uwagi i opinie przyczynią się do doskonalenia jakości obsługi klienta oraz rozwoju naszego salonu.

**1. Jak często korzysta Pan/Pani z usług salonu fryzjerskiego? (zakreśl)**

- a. raz w tygodniu
- b. raz w miesiącu
- c. częściej niż raz w miesiącu
- d. rzadziej niż raz w miesiącu
- e. okazjonalnie

**2. Z jakich usług korzysta Pan/Pani najczęściej w salonie fryzjerskim?(zakreśl)**

- a. strzyżenie
- b. modelowanie
- c. farbowanie
- d. strzyżenie + modelowanie
- e. inna usługa.....

**3. Czy podąża Pan/Pani za modą?(zakreśl)**

- a. tak
- b. nie

**4. Jakie znaczenie mają dla Pana/Pani wymienione czynniki przy wyborze salonu fryzjerskiego?**

Proszę przy każdym czynniku wpisać cyfrę od 1 do 5 przy czym:

1-bardzo duże 2-duże 3-małe 4-bardzo małe 5-żadne 6-trudno powiedzieć

- a. niskie ceny
- b. odległość od miejsca zamieszkania



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

- 
- c. wysoka jakość świadczonych usług
  - d. profesjonalna i miła obsługa
  - e. aranżacja wnętrza
  - f. renoma i prestiż salonu
  - g. czas oczekiwania
  - h. inne.....

**5. Jak ocenia Pan/Pani wiedzę i kompetencję naszych pracowników?(zakreśl)**

- a. bardzo dobrze
- b. dobrze
- c. przeciętnie
- d. słabo
- e. źle

**6. Jak ocenia Pan/Pani poziom obsługi klienta (uprzejmość, wysłuchanie klienta, doradztwo, rozwiązanie problemów)?(zakreśl)**

- a. bardzo dobrze
- b. dobrze
- c. przeciętnie
- d. słabo
- e. źle

**7. Jak ocenia Pan/Pani jakość świadczonych przez nas usług?(zakreśl)**

- a. bardzo wysoka
- b. wysoka
- c. przeciętna
- d. niska
- e. bardzo niska

**8. Jak ocenia Pan/Pani ofertę naszego salonu?(zakreśl)**

- a. bardzo dobrze
- b. dobrze
- c. średnio
- d. słabo





Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

---

**9. Czy uważa Pan/Pani, że należy wprowadzić dodatkowe usługi do naszego salonu?(zakreśl)**

- a. nie
- b. tak

(proszę wymienić).....

**10. Jakie są według Pana/Pani ceny usług w naszym salonie?(zakreśl)**

- a. wysokie
- b. przeciętne
- c. niskie

**11. Co by Pan/Pani zmienił/a w naszym salonie?**

.....  
.....

**12. Czy poleci Pan/Pani nasz salon swoim znajomym?(zakreśl)**

- a. z pewnością polecę
- b. raczej polecę
- c. raczej nie polecę
- d. na pewno nie polecę

**13. Skąd dowiedział/a się Pan/Pani o naszym salonie?(zakreśl)**

- a. Internet
- b. telewizja
- c. prasa
- d. znajomi
- e. inne



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego KAPITAŁ LUDZKI na lata 2007-2013

Projekt realizowany przez Uniwersytet Opolski  
pt. *Innowacje w kształceniu zawodowym nauczycieli*  
Nr umowy: UDA-POKL.03.04.03-00-044/10-00

---

**14. Płeć (zakreśl)**

- a. kobieta
- b. mężczyzna

**15. Wiek**

.....

**16. Wykształcenie (zakreśl)**

- a. podstawowe
- b. zawodowe
- c. średnie
- d. wyższe

Dziękujemy!