

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный директор  
ООО «Ворлд Вижн Клиник СПб»  
\_\_\_\_\_ Дегай С.А.  
01 ноября 2025 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ  
«Косметик-эстетист по уходу за лицом»**

**г. Санкт-Петербург  
2025 г.**

## Оглавление

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .....	4
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....	6
3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН .....	6
3.2. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК .....	7
3.3. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН.....	8
4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ .....	10
5. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.....	10
6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ.....	12
7. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	16

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Косметик-эстетист по уходу за лицом» (далее - программа) разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 14.07.2023 № 534 «Об утверждении перечня должностей, служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение»;
- Профессиональный стандарт код 33.002 «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг» (Предоставление косметических услуг по уходу за кожей лица, шеи и зоны декольте), утверждён Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.12.2014 № 1069н.

**Цель** - совершенствование и получение новых компетенций, и повышение профессионального уровня в рамках имеющейся профессии. А также предоставление услуг по косметическому уходу за лицом путем механического, физического воздействия в целях омоложения и коррекции проблемных зон, а также придания лицу индивидуальной выразительности, с использованием косметических средств; услуги выполняются для удовлетворения эстетических потребностей клиента в соответствии с его пожеланиями, направлениями моды и с учетом его индивидуальных особенностей.

**Объем** - 72 академических часа.

**Категория слушателей:** лица, имеющие и (или) получающие среднее профессиональное или высшее образование.

**Форма обучения** – очная.

**Объем программы:** 72 академических часа

**Режим занятий:** общая недельная нагрузка не должна превышать 40 академических часов, ежедневная не более 8 академических часов

**Продолжительность обучения** - 9 дней.

**Выдаваемый документ:** по окончании обучения слушателям, успешно освоившим программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

Программа включает требования к результатам ее освоения, структуре и содержанию подготовки, а также условиям ее реализации. Программа определяет перечень, последовательность, общую трудоемкость дисциплин и формы контроля знаний.

В требованиях к результатам освоения Программы описываются требования к умениям, приобретаемым в ходе освоения Программы, указываются усваиваемые знания, на базе которых формируются умения и приобретается практический опыт.

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате обучения по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации «Современные технологии в предоставлении косметических услуг» слушатели должны освоить следующие профессиональные компетенции:

ПК-1 Выполнение гигиенической чистки тела, лица, шеи и зоны декольте различными способами;

ПК-2 Выполнение косметического массажа лица, шеи и зоны декольте;

ПК-3 Выполнение различных косметических масок для лица, шеи и зоны декольте;

ПК-4 Окраска бровей и ресниц, коррекция формы бровей

ПК-5 Эстетическая коррекция волосяного покрова частей лица, шеи и зоны декольте различными способами

В результате обучения слушатели должны знать:

- психологию общения и профессиональную этику специалиста по предоставлению косметических бытовых услуг по уходу за телом
- правила, современные формы и методы обслуживания потребителя
- устройство, правила эксплуатации и хранения применяемого оборудования и инструментов
- состав и свойства профессиональных препаратов и используемых материалов
- профессиональные средства и препараты для выполнения косметической услуги
- нормы расхода косметических средств и используемых материалов
- основы анатомии, физиологии, гистологии кожи и мышц
- общие признаки кожных заболеваний, особенности аллергических реакций кожи
- виды очищающих процедур по телу с применением косметических средств, показания и противопоказания
- технологию проведения скрабирования, пилинга, гомажа
- виды косметического массажа тела либо отдельных его частей, показания и противопоказания
- технологию выполнения пластического, гигиенического, аппаратного массажа лица, СПА-массажа
- виды эстетической коррекции волосяного покрова лица, показания и противопоказания
- технологию выполнения коррекции волосяного покрова проблемных зон при помощи воска, пинцета, сахарной пасты.
- правила оказания первой помощи
- санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству оборудования; содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские косметические услуги

В результате обучения слушатели должны уметь:

- рационально организовывать рабочее место, соблюдать правила санитарии и гигиены, требования безопасности
- производить дезинфекцию и стерилизацию инструментов и расходных материалов
- производить санитарно-гигиеническую, бактерицидную обработку рабочего места
- использовать оборудования, приспособления, инструменты в соответствии с правилами эксплуатации
- определять вид необходимой косметической услуги в соответствии с состоянием кожи,

возрастными особенностями и пожеланием клиента

- соблюдать технологии выполнения скрабирования, пилинга и гоммажа
- производить расчет стоимости оказанной услуги
- соблюдать технологии выполнения пластического, гигиенического, аппаратного массажа, СПА-массажа лица
- применять различные косметические средства при выполнении косметического массажа лица
- владеть технологией выполнения восковой, механической коррекции волосяного покрова проблемных зон, шугаринга
- применять различные косметические средства при выполнении процедур коррекции волосяного покрова проблемных зон, шугаринга
- определять качество специальных препаратов, материалов,
- рационально использовать материалы, препараты, белье;
- соблюдать правила санитарии и гигиены, безопасности труда;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- соблюдать правила обслуживания и профессиональную этику

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Категория слушателей:** лица, имеющие и (или) получающие среднее профессиональное или высшее образование.

**Срок обучения:** 72 ак.ч.

**Форма обучения:** очная.

№ пп	Наименование раздела, темы	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	Практ. занятия	
1	Экономика отрасли косметологии. Сущность косметологии как сегмента сферы бытовых услуг	6	6		
2	Законодательные и нормативные акты в сфере бытовых услуг	6	6	-	
3	Требования охраны труда и техники безопасности	6	6	-	-
4	Санитария и гигиена в сфере косметических услуг. Первая помощь.	6	6	-	-
5	Основы анатомии и физиологии, Строение кожи. Заболевания кожи	4	4	-	-
6	Косметические средства	4	4	-	-
7	Методики очищения кожи	6	6	-	-
8	Аппаратные процедуры для лица	6	6	-	-
9	Массаж лица	6	6	-	-
10	Маски для лица	4	4	-	-
11	Основы профессиональной этики	4	4	-	-
12	Расчет стоимости оказанной услуги.	6	6	-	-
13	Частные методики профессионального ухода	4	4	-	-
14	Итоговая аттестация	2	2	-	Тест
	Итого	72	72		



### **3.3. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН**

#### **Тема 1. Экономика отрасли и предприятия**

Экономика отрасли и предприятия. Сущность эстетической косметологии как сегмента сферы бытовых услуг, перспективы развития.

#### **Тема 2. Законодательные и нормативные акты в сфере бытовых услуг.**

Ознакомление с Правилами бытового обслуживания населения в Российской Федерации. Закон «О защите прав потребителей». Профессиональный стандарт специалиста в сфере красоты. Изучение профессионального стандарта «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг».

#### **Тема 3. Требования охраны труда, основы охраны здоровья, санитарии, гигиены**

Законы, правила и нормы техники безопасности, охраны здоровья и гигиены труда, относящиеся к прикладной эстетике. Права и обязанности работника в области охраны труда, ответственность за нарушение требований охраны труда. Составление инструктажей по охране труда и техники безопасности, относящиеся к прикладной эстетике

#### **Тема 4. Санитария и гигиена в сфере косметических услуг. Первая помощь.**

Личная гигиена специалиста, оказывающего косметические услуги. Первая помощь. Нормы и санитарно-эпидемиологические требования к организации рабочего места при оказании эстетических услуг. Подготовка рабочего места и инструментов. Работа с косметическими средствами, сроки годности, правила использования. Обзор инструментов и одноразовой и продукции. Гигиеническая обработка рук, антисептики для кожи. Требования к внешнему виду мастера. Виды первой помощи.

#### **Тема 5. Основы анатомии и физиологии. Строение кожи. Заболевания кожи.**

Основы анатомии и физиологии. Общие сведения о строении скелета, мышечной и нервной системы. Лимфатическая система, функции лимфы в организме. Кровеносная система, ее строение и функции. Показания и противопоказания к проведению процедур. Кости черепа. Шейный отдел позвоночника. Верхний плечевой пояс. Строение кожи. Заболевания кожи. Кожа, строение, функции. Заболевания кожи. Возрастные особенности кожи и их профилактика. Типы кожи. Тестирование кожи клиента.

#### **Тема 6. Косметические средства**

Классификация косметических продуктов, их назначение и применение. Формы и состав косметических препаратов. Сырье для производства косметики. Биологически активные компоненты. Основы косметических средств: растворители, поверхностно-активные вещества, эмульгаторы, эмоленды, стабилизаторы, загустители, консерванты, красители. Рекомендации по домашнему уходу.

#### **Тема 7. Методики очищения кожи**

Демакияж, поверхностное очищение кожи. Очищение кожи лица. Средства очищения и их состав. Подбор очищающего средства в зависимости от типа кожи клиента. Способы нанесения и смывания очищающего средства. Абразивный пилинг. Гоммаж.

#### **Тема 8. Аппаратные процедуры для лица**

Аппаратные процедуры для лица. Обзор аппаратных методик. Оборудование для аппаратной косметологии. Техника безопасности. Ультразвук в эстетической косметологии.

Показания и противопоказания. Технология проведения процедур.

### **Тема 9. Массаж лица**

Принципы воздействия массажа. Анатомические особенности строения мышц лица, шеи и зоны декольте. Влияние массажа на организм человека. Массажные линии. Техника исполнения поглаживания. Техника исполнения выжимания. Техника исполнения разминания. Вибрационные приемы. Особенности применения приемов в зависимости от задач массажа. Характеристики интенсивности массажного воздействия (сила, темп, глубина и площадь воздействия, время).

### **Тема 10. Маски для лица.**

Маски для лица, принцип воздействия на кожу лица, виды. Альгинатные, кремообразные, глиняные маски, тканевые. Этапы процедуры: подготовка кожи лица, нанесение, экспозиция, снятие маски.

### **Тема 11. Основы профессиональной этики.**

Взаимодействие с клиентом. Речевой, профессиональный и деловой этикет косметолога. Корпоративная культура. Стандарт оказанной услуги. Основы психологии общения с клиентом. Типы клиентов. Работа с запросом клиента. Тактика поведения при конфликте.

### **Тема 12. Расчет стоимости оказанной услуги**

Типы предприятий индустрии красоты. Ценообразование услуг.  
Продажа курса. Экономика отрасли и предприятия сферы бытовых услуг

### **Тема 13. Частные методики профессионального ухода**

Экспресс-уход за кожей лица. Этапы процедуры: подготовка рабочего места, встреча клиента, демакияж, скрабирование, экспресс-массаж, нанесение маски, нанесение сыворотки.

### **14. Итоговая аттестация**

Итоговая аттестация проводится в форме тестирования. Вопросы итогового тестирования приведены в разделе 5 настоящей программы.

#### **4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

В соответствии с требованиями Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздела «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования», утвержденного приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11.01.2011 № 1н к преподавателю предъявляются следующие квалификационные требования: Высшее профессиональное образование и стаж работы в образовательном учреждении не менее 1 года, при наличии послевузовского профессионального образования (аспирантура, ординатура, адъюнктура) или ученой степени кандидата наук - без предъявления требований к стажу работы.

В соответствии с п. 11. вышеназванного документа лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе "Требования к квалификации", но обладающие достаточным практическим опытом и выполняющие качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности, по рекомендации аттестационной комиссии назначаются на соответствующие должности так же, как и лица, имеющие специальную подготовку и стаж работы.

Образовательная организация имеет в распоряжении материально-техническое обеспечение, достаточное для реализации программы:

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

Стол-парта - 1 шт

Стулья - 6 шт

Доска маркерная - 1 шт

Компьютер (монитор, блок питания, клавиатура, мышка) - 1 шт Стерилизатор ультрафиолетовый, однокамерный мини SM-504 - 2 шт Сухожарочный шкаф TAU STERIL - 1 шт

Облучатель-рециркулятор воздуха бактерицидный Дезар - 2 шт Холодильник - 1 шт.

Ширма - 1 шт

Кушетка - 2 шт

Стул косметический - 1 шт

Контейнер для дезинфекции инструмента - 1 шт

Дарсанваль - 1 шт

Лампа-лупа - 2 шт

Необходимые расходные материалы: очищающие средства для разных типов кожи, пилинги, маски, кремы для лица; масла для массажа, крема, тоники; перчатки, салфетки, нетканые простыни, одноразовые пеленки, одноразовые салфетки, бумажные полотенца, ватные диски, ватные палочки косметические, одноразовые шапочки одноразовые, жидкость для дезинфекции, жидкое мыло, антисептик для рук, салфетки марлевые.

**Продолжительность учебного часа** теоретических и практических занятий должна составлять **1 академический час (45 минут)**.

## 5. ФОРМЫ АТЕСТАЦИИ

Итоговая аттестация по курсу проводится в форме зачета в виде тестирования по всему пройденному материалу.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам промежуточного и итогового контроля (зачета) производится в соответствии с универсальной шкалой:

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
70% - 100%	-	зачтено
менее 70%	-	не зачтено

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1. **Какая функция не свойственна коже человека:**

- а) резорбция;
- б) выделение;
- в) терморегуляция;
- г) **мимикрия;**
- д) орган чувств;

2. **Прочную связь между клетками эпидермиса обеспечивают:**

- а) коллагеновые волокна;
- б) эластические волокна;
- в) **десмосомы и церамиды;**
- г) аргирофильные волокна;
- д) сальные и потовые железы.

3. **Наибольшее число волос находится в состоянии:**

- а) **анагена;**
- б) катагена;
- в) телогена;
- г) раннего анагена;
- д) катаген и телоген.

4. **Какие гормоны усиливают рост волоса на макушке волосистой части головы:**

- а) **эстрогены;**
- б) андрогены;
- в) гормоны щитовидной железы;
- г) АКТГ;
- д) ЛГ.

5. **Максимальное выпадение волос приходится на:**

- а) зиму;
- б) лето;
- в) весну;
- г) **осень;**
- д) круглый год.

6. **Чем обусловлен черный цвет комедона:**

- а) экзогенным загрязнением;
- б) **окислением кожного сала;**
- в) эумеланином;
- г) феомеланином;
- д) другими пигментами.

7. **Какие гормоны стимулируют выделение кожного сала:**

- а) АКТГ;
- б) тироксин;
- в) глюкокортикоиды;
- г) **тестостерон, прогестерон;**
- д) верно все перечисленное.

**8. Что относится к средствам, угнетающим пролиферацию фибробластов ингибирующим синтез коллагена и гиалуроновой кислоты?**

- а) пирогенап;
- б) ретиноиды;
- в) коллагеназа;
- г) глюкокортикоиды;
- д) **все перечисленное.**

**9. Классификация рубцов по происхождению:**

- а) посттравматический;
- б) послеоперационные;
- в) поствоспалительные;
- г) постожоговые;
- д) **все перечисленное верно.**

**10. Ежедневная потеря волос с волосистой части головы у человека составляет:**

- а) **около 100;**
- б) около 200;
- в) около 300;
- г) около 500;
- д) около 1000.

**11. К основным признакам возрастных изменений тканей лица не относят:**

- а) **мимические морщины;**
- б) статические морщины;
- в) избытки кожи;
- г) снижение тургора кожи;
- д) истончение кожи.

**12. При каких состояниях противопоказана вапоризация:**

- а) себорейный дерматит;
- б) **купероз;**
- в) угревая болезнь;
- г) пониженный тургор кожи;
- д) все перечисленное верно.

**13. При каких состояниях показана вапоризация:**

- а) люпоидный дерматоз;
- б) купероз;
- в) **угревая болезнь;**
- г) дерматомиозит;
- д) все перечисленное верно;

**14. Основным компонентом роговой чешуйки является:**

- а) гиалуроновая кислота;
- б) **кератин;**
- в) коллаген;
- г) эластин;

д) **липиды.**

**15. Количество слоев эпидермиса:**

а) **3;**

б) **4;**

в) **5;**

г) **6;**

д) **слои не различаются.**

**16. Какие клетки не относят к эпидермису:**

а) **эпителиоциты;**

б) **меланоциты;**

в) **клетки Меркеля;**

г) **фибробласты;**

д) **все перечисленное верно.**

**17. Клетки среднего рогового слоя соединены между собой:**

а) **тонофилламентами;**

б) **церамидами;**

в) **десмосомами;**

г) **эластином;**

д) **гликозаминогликанами.**

**18. Ядра отсутствуют в:**

а) **корнеоцитах;**

б) **клетках шиповатого слоя;**

в) **базальных эпителиоцитах;**

г) **клетках Лангерганса;**

д) **фибробластах.**

**19. Коллаген какого типа преобладает в коже взрослого человека?**

а) **III;**

б) **IV;**

в) **VI;**

г) **I;**

**20. От какого пигмента не зависит нормальный цвет кожи:**

а) **меланина;**

б) **гемосидерин;**

в) **билирубина;**

г) **каротина;**

д) **оксигемоглобина;**

**21. Тургор кожи зависит от количества в дерме**

а) **волокнистых структур;**

б) **количества сальных желез;**

в) **клеточных элементов;**

г) **количества волосяных фолликулов;**

д) **количества потовых желез.**

- 22. С возрастом во всех слоях кожи преобладают явления:**
- а) отека;
  - б) атрофии;**
  - в) пролиферации;
  - г) десквамации;
  - л) синтеза.
- 23. Что относится к натуральным увлажняющим факторам?**
- а) мочевины;
  - б) эпидермальные липиды;
  - в) молочная кислота;
  - г) аминокислоты после распада филлагрина;**
  - д) все перечисленное.
- 24. Какая кожа наиболее предрасположена к образованию морщин?**
- а) сухая;**
  - б) жирная;
  - в) комбинированная;
  - г) мужская;
  - д) все перечисленное верно.
- 25. Какие вещества удерживают воду на уровне дермы?**
- а) гликозаминогликаны;**
  - б) коллаген;
  - в) ретикулин;
  - г) гиалуронидаза;
  - д) все перечисленное верно.
- 26. Какие клетки кожи синтезируют коллаген?**
- а) базальные эпителиоциты;
  - б) клетки Лангерганса;
  - в) тучные клетки;
  - г) гистиоциты;
  - д) дермальные фибробласты.**
- 27. Какие клетки кожи синтезируют гиалуроновую кислоту?**
- а) дермальные фибробласты;**
  - б) клетки Лангерганса;
  - в) тучные клетки;
  - г) гистиоциты;
  - д) базальные эпителиоциты.
- 28. Какие клетки кожи синтезируют эластин?**
- а) базальные эпителиоциты;
  - б) клетки Лангерганса;
  - в) тучные клетки;
  - г) дермальные фибробласты;**
  - д) гистиоциты.
- 29. Процесс обновления эпидермиса повторяется в среднем за:**
- а) 10 дней;**

- б) 12 дней;
- в) 24 дня;
- г) **28 дней;**
- д) 45 дней.

## 7. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Косметология. Дрибноход Ю.Ю./М.: Феникс, 2019 Г.-828 с.
2. Эстетика лица: методы аппаратной косметологии. Учебное пособие. Баховец Н.Н./М.: Инфо, 2016 г,- 230 с.
3. Современный медико-биологический словарь для косметологов и эстетистов. Богданова.Е.Д., Рубцов, А.М., ПучковаТ.В./М.: Дрофа, 2007г.-210 с.
4. Инга Бабицкая. Учебное пособие «Перманентный макияж - гармония должна быть во всем».
5. Савина А., Климов В., Заболотная А. Пособие «Перманентный макияж».
6. Розгон Юлия. Учебное пособие. Перманентный макияж.
7. Учебник по перманентному макияжу. Пособие для мастера. Комплект из 2 книг. Издание: Санкт-Петербург. Формат: А4, цветная печать, ламинация, пружина.
8. Остроумова, Е. Б. Основы косметологии. Макияж: учебное пособие для СПО - 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2017.
9. Реконструкция дефектов лица и тела, камуфляж зон приобретенной этиологии с помощью метода медицинского парапигментирования. Камилия Хасанова © Камилия Хасанова, 2021, ISBN 978-5-0053-4256-0. Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero
10. Эдди Слосс. Искусство татуировки. Более 500 лучших тату. Все стили и техники, 2013. - 256 с.-ISBN