

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КОЛЛЕДЖ «КРАСНОСЕЛЬСКИЙ»**

**РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО**  
на заседании Педагогического Совета  
СПб ГБПОУ «Колледж «Красносельский»

Протокол № 6 от 09.06 2021 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор СПб ГБПОУ  
«Колледж «Красносельский»

Г.И. Софина

«09» 06 2021 г.

Приказ № 63-02/1 от 09.06 2021 г.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 01 CD507400BVB02FAC49F694BA10A42772  
Владелец: Софина Галина Ивановна  
Действителен: с 25.09.2023 до 25.12.2024

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ  
ПО ВНЕАУДИТОРНЫМ САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ РАБОТАМ**

**по дисциплине**

ОПД.04 Основы физиологии кожи и волос

**программы подготовки квалифицированных рабочих и служащих**

**по профессии**

43.01.02 Парикмахер

Санкт-Петербург

2021 г.

## Содержание

Пояснительная записка	4
Планирование внеаудиторной самостоятельной работы	5
Методические рекомендации по выполнению кроссворда	5
Методические рекомендации по подготовке информационного сообщения	7
Методические рекомендации по подготовке презентации	8

## Пояснительная записка

В результате освоения учебной дисциплины ОП 04.Основы физиологии кожи и волос, обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по профессии «Парикмахер» следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию и общими компетенциями:

У.1определять типы, фактуру и структуру волос

У.2 выявлять болезни кожи и волос

З.1 типы, фактуру и структуру волос

З.2 болезни кожи и волос, их причины

З.3 профилактику заболеваний кожи и волос

ПК 1.1. Выполнять подготовительные работы по обслуживанию клиентов

ПК 2.1. Выполнять подготовительные работы по обслуживанию клиентов.

ПК 3.1. Выполнять подготовительные работы по обслуживанию клиентов

ПК 4.1. Выполнять подготовительные работы по обслуживанию клиентов

Выполнение внеаудиторной самостоятельной работы должно способствовать дальнейшему формированию у обучающихся общих и профессиональных компетенций

Методические рекомендации включают:

- 1) Планирование внеаудиторной самостоятельной работы;
- 2) Задания к самостоятельной внеаудиторной работе, сопровождающиеся указаниями для их выполнения;
- 3) Критерии оценки выполнения работ, форму предоставления работы и степени овладения обучающимися запланированных умений (освоенных компетенций).

## Планирование внеаудиторной самостоятельной работы

Наименование раздела, темы	Номер, название самостоятельной внеаудиторной работы	Кол-во часов	Форма контроля
1. Основы строения кожи и её производных.	Самостоятельная работа №1. Подготовка кроссворда	7	Представление в письменном виде
2. Основы дерматологии	Самостоятельная работа №2. Выполнение презентации или Подготовка сообщения по заданной теме (по выбору обучающегося)	13	Представление в электронном виде
	Итого	20	

### МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОСТАВЛЕНИЮ КРОССВОРДОВ

КРОССВОРД – игра-задача, в которой фигура из рядов пустых клеток заполняется перекрещивающимися словами со значениями, заданными по условиям игры.

Для составления кроссворда по заданной теме нужно найти информацию с разных источников (сеть Internet, энциклопедии, практические пособия, учебная литература), изучить ее и составить в рукописном варианте или пользуясь одним из программных средств: Microsoft Word, Microsoft Excel.

Кроссворд составляется индивидуально.

Работа должна быть представлена на бумаге формата А4 в печатном (компьютерном) или рукописном варианте.

Выполненную работу сдать к указанному сроку.

#### Правила при составлении кроссвордов

1. Не допускается наличие "плашек" (незаполненных клеток) в сетке кроссворда.
2. Не допускаются случайные буквосочетания и пересечения.
3. Загаданные слова должны быть именами существительными в именительном падеже единственного числа.
4. Двухбуквенные слова должны иметь два пересечения.
5. Трехбуквенные слова должны иметь не менее двух пересечений.
6. Не допускаются аббревиатуры, сокращения.
7. Не рекомендуется большое количество двухбуквенных слов.
8. Все тексты должны быть написаны разборчиво, желательны отпечатаны.
9. На каждом листе должна быть фамилия автора, а также название данного кроссворда.

#### Требования к оформлению кроссворда:

1. Рисунок кроссворда должен быть четким.
2. Сетка кроссворда должна быть пустой только с цифрами позиций слов-ответов.
3. Ответы на кроссворд публикуются на отдельном листе. Ответы предназначены для проверки правильности решения кроссворда и дают возможность ознакомиться с правильными ответами на нерешенные позиции условий.
4. Объем работы: 4 листа, нумерация страниц – снизу, справа;  
1 лист – титульный (*Приложение № 1*),  
2 лист – сетка кроссворда (без ответов),  
3 лист – вопросы,  
4 лист – ответы и используемые источники (пример оформления – стр. 28).

### **Создание кроссворда в MS Word.**

1. Создание сетки графическим методом; при этом все элементы должны быть сгруппированы.
2. Создание сетки табличным методом; при этом границы ненужных ячеек стираются.
3. Номера либо вставляют непосредственно в ячейки, либо записывают рядом с соответствующими ячейками.
4. Задания к кроссворду могут быть расположены обычным способом или оформлены в виде выносок к соответствующим клеткам.
5. Задания к кроссворду должны быть грамотно сформулированы.
6. Кроссворд на странице должен быть наглядно оформлен и правильно расположен.

### **Создание кроссворда в Microsoft Excel.**

1. Сетка кроссворда создается путем обозначения границ ячеек и настройки их ширины и высоты таким образом, чтобы они получились квадратными.
2. Задания к кроссворду могут быть расположены обычным образом или оформлены в виде примечаний к ячейкам, в которых находится нумерация.
3. Проверка правильности разгадывания кроссворда может быть осуществлена с помощью условного форматирования (например, если в ячейку введена правильная цифра, то ячейка заливается определенным цветом).
4. Задания к кроссворду должны быть грамотно сформулированы.
5. Кроссворд на рабочем листе должен быть наглядно оформлен и правильно расположен.
6. Наличие проверки правильности решения кроссворда.

### **Составление условий (толкований) кроссворда:**

1. Они должны быть строго лаконичными. Не следует делать их пространными, излишне исчерпывающими, многословными, несущими избыточную информацию.
2. Старайтесь подать слово с наименее известной стороны.
3. Просмотрите словари: возможно, в одном из них и окажется наилучшее определение. В определениях не должно быть однокоренных слов.

### **Планирование деятельности по составлению кроссворда.**

1. Определить, с какой целью составляется кроссворд.
2. Просмотреть и изучить лексико-грамматический материал по теме в учебнике.
3. Просмотреть и выбрать вид кроссворда.
4. Продумать составные части кроссворда.
5. Изучить дополнительный материал по теме.
6. Продумать критерии оценивания.
7. Составить список слов отдельно по направлениям.
8. Написать условия (текст) кроссворда.
9. Проверить орфографию текста, соответствие нумерации.
10. Проанализировать составленный кроссворд согласно критериям оценивания.
11. Оформить готовый кроссворд.
12. Продумать защиту проекта-кроссворда

### **Электронные друзья кроссвордиста.**

Специальные программы-помощники кроссвордиста:

- Cross Partner (crosspartner.chat.ru),
- Paseek 2000 (crossworld.nm.ru/Index.html),
- сайт “Помощник кроссвордиста ([www.aida.ru/cgi/ch.pl](http://www.aida.ru/cgi/ch.pl)).
- сайт “Кирилл и Мефодий” ([www.km.ru/entertainment/crossword](http://www.km.ru/entertainment/crossword))
- сайт “Кроссворд 2000” ([raybinin.newmail.ru/krossword/pro.htm](http://raybinin.newmail.ru/krossword/pro.htm)).

Интерактивные кроссворды (Java-кроссворды):

- [www.sobesednik.ru/crosswords](http://www.sobesednik.ru/crosswords) (еженедельник “Собеседник”)
- [nauka.relis.ru/54/dir.htm](http://nauka.relis.ru/54/dir.htm). (журнал “Наука и жизнь”)
- [www.privatelife.ru/Krossword.htm](http://www.privatelife.ru/Krossword.htm) (газета “Лучшие кроссворды "Поля чудес"”)
- [www.fair.ru/cross](http://www.fair.ru/cross) (для распечатывания “Ярмарка кроссвордов”)

**Отметка:** зачет / незачет

**Критерии оценивания:** выставляется, зачет” если:

- содержание кроссворда соответствует заданной теме, выдержаны все требования к его оформлению;

- основные требования к оформлению кроссворда соблюдены, но при этом допущены недочеты, например: неточно и некорректно составлены вопросы, имеются упущения в оформлении;

”зачет” не выставляется, если:

- вопросы или ответы кроссворда не соответствуют заданной теме, обнаруживается существенное непонимание проблемы;

- кроссворд учащимся не представлен.

### **Методические рекомендации по подготовке к написанию и оформлению информационного сообщения**

Информационное сообщение – это вид внеаудиторной самостоятельной работы по подготовке небольшого по объёму устного сообщения для озвучивания на семинаре, практическом занятии. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несёт новизну, отражает современный взгляд по определённым проблемам.

Сообщение отличается от докладов и рефератов не только объёмом информации, но и её характером – сообщения дополняют изучаемый вопрос фактическими или статистическими материалами. Оформляется задание письменно, оно может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию).

Регламент времени на озвучивание сообщения – до 5 мин.

Затраты времени на подготовку сообщения зависят от трудности сбора информации, сложности материала по теме, индивидуальных особенностей студента и определяются преподавателем.

Дополнительные задания такого рода могут планироваться заранее и вноситься в карту самостоятельной работы в начале изучения дисциплины.

**Этапы подготовки сообщения:**

- собрать и изучить литературу по теме;
- составить план или графическую структуру сообщения;
- выделить основные понятия;
- ввести в текст дополнительные данные, характеризующие объект изучения;
- оформить текст письменно;
- сдать на контроль преподавателю и озвучить в установленный срок.

**Критерии оценки:**

- актуальность темы;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- грамотность и полнота использования источников;
- наличие элементов наглядности.

**Оценка «5» (отлично)** выставляется, при актуальности темы; соответствии содержания теме; глубокой проработки материала; грамотность и полнота использования источников; наличие элементов наглядности. Студент четко и ясно озвучивает сообщение, а не зачитывает.

**Оценка «4» (хорошо)** выставляется, при актуальности темы; соответствие содержания теме; грамотность и полнота использования источников; отсутствия элементов наглядности. Студент четко зачитывает сообщение.

**Оценка «3» (удовлетворительно)** выставляется, если сообщение не вполне соответствует содержанию темы; отсутствуют элементы наглядности. Студент монотонно зачитывает сообщение.

**Оценка «2» (неудовлетворительно)** выставляется, если сообщение не соответствует теме, отсутствуют элементы наглядности. Студент монотонно зачитывает сообщение.

### **Методические рекомендации по подготовке презентации**

Компьютерную презентацию, сопровождающую выступление докладчика, удобнее всего подготовить в программе MS PowerPoint. Презентация как документ представляет собой последовательность сменяющих друг друга слайдов - то есть электронных страничек, занимающих весь экран монитора (без присутствия панелей программы). Чаще всего демонстрация презентации проецируется на большом экране, реже – раздается собравшимся как печатный материал. Количество слайдов адекватно содержанию и продолжительности выступления (например, для 5-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов).

Особо тщательно необходимо отнестись к оформлению презентации. Для всех слайдов презентации по возможности необходимо использовать один и тот же шаблон оформления, кегль – для заголовков - не меньше 24 пунктов, для информации - для информации не менее 18. В презентациях не принято ставить переносы в словах.

### **Примерная структура презентации**

Титульный лист	1 слайд
Описание объекта и предмета исследования, целей и задач проводимой работы, анализ проведенной работы	1-2 слайда
Основная часть	Необходимое количество слайдов
Краткие выводы	1-2 слайда

При подготовке презентации необходимо учитывать, что на один слайд необходимо от 50 секунд до 1 минуты.

#### **Этапы подготовки презентации:**

- Сбор и анализ информации для презентации. Изучить материалы темы, выделяя главное и второстепенное;
- Установить логическую связь между элементами темы.
- Создать проект презентации на бумажном носителе.
- Создать электронную презентацию в программе MS Power Point.
- Настроить анимации, подготовить слайд-фильма к показу.
- Оформить работу и предоставить к установленному сроку.
- Репетиционная демонстрация презентации. Настройка времени показа и управления презентацией. Устранение возможных технических неполадок.
- Демонстрация презентации

#### **Критерии оценки:**

- актуальность темы;
- соответствие содержания презентации теме;
- глубина проработки материала;
- правильная структурированность информации;
- наличие логической связи изложенной информации;
- эстетичность оформления, его соответствие требованиям;
- работа представлена в срок.

**Оценка «5» (отлично)** выставляется, если студент создал презентацию самостоятельно; презентация содержит не менее 10-13 слайдов информации; эстетически оформлена; имеет иллюстрации; содержание соответствует теме; правильная структурированность информации; в презентации прослеживается наличие логической связи изложенной информации; студент представляет свою презентацию.

**Оценка «4» (хорошо)** выставляется, если студент создал презентацию самостоятельно; презентация содержит не менее 10 слайдов информации; эстетически оформлена; не имеет иллюстрации; содержание соответствует теме; правильная структурированность информации; в презентации не прослеживается наличие логической связи изложенной информации; студент представляет свою презентацию в срок.

**Оценка «3» (удовлетворительно)** выставляется, если студент не сам создал презентацию; презентация содержит менее 10 слайдов; оформлена не эстетически, не имеет иллюстрации; содержание не в полной мере соответствует теме; в презентации не прослеживается наличие логической связи изложенной информации; студент не представляет свою презентацию в срок.

**Оценка «2» (не удовлетворительно)** выставляется, если студент не сам создал презентацию; презентация содержит менее 10 слайдов; оформлена с нарушением требований, не имеет иллюстрации; содержание не соответствует теме; выстроена не логично; студент не представил свою презентацию в срок.

**Отметка:** зачет / незачет

**Критерии оценивания:** выставляется, зачет" если:

- содержание презентации соответствует заданной теме, которая раскрыта в полном объеме, соблюдены требования к оформлению презентации;
- основные требования к оформлению презентации соблюдены, но при этом допущены недочеты, например: имеются неточности в изложении материала, имеются упущения в оформлении;

не выставляется, "зачет" если:

- тема презентации не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы;
- презентация учащимся не представлена.

### **Самостоятельная работа №1.**

**Сообщение:** «Дерматология как наука. Общие представления о болезнях кожи: классификация кожных болезней. Причины возбудители».

**Цель работы:** Найти информацию по теме «Дерматология как наука. Общие представления о болезнях кожи: классификация кожных болезней. Причины возбудители». Создать подборку материалов о взаимосвязи возраста, индивидуальных особенностях классификация кожных болезней. Оформить материалы для сообщения.

**Задание 1:** Определите тематику для подготовки сообщения, например:

- Дерматология как наука
- Общие представления о болезнях кожи.
- Классификация кожных болезней
- Причины возбудители

**Задание 2:** Пользуясь литературой, Интернет-ресурсами, собственными знаниями подготовьте текстовый и графический материал для будущего сообщения по плану:

- классификация кожных болезней
- определение кожного заболевания (на примере известных, медийных людей) и его характеристика.

Презентация сопровождается картинками, фотографиями. Указываются ссылки на



источники информации.

Материал представьте в электронном виде или на А4 листах для дальнейшей работы по подготовке презентации на занятии.

**Вопросы по теме:**

- 1) Какое самое распространенное кожное заболевание?
- 2) Профилактика кожных заболеваний?
- 3) Внешние проявления кожных заболеваний?

### **Самостоятельная работа №2.**

**Презентация: «Кожные болезни, вызываемые микроорганизмами: их виды, причины, внешние проявления, профилактика».**

**Цель работы:** Найти информацию по теме «Кожные болезни, вызываемые микроорганизмами: их виды, причины, внешние проявления, профилактика» Создать подборку материалов об особенностях кожных заболеваний. Оформить материалы для презентации. Применить теоретические знания.

**Задание 1:** Определите тематику для подготовки презентации, например:

- 1) Общие представления о микроорганизмах.
- 2) основные причины, внешние проявления, профилактика.

**Задание 2:** Пользуясь литературой, Интернет-ресурсами, собственными знаниями подготовьте текстовый и графический материал для будущей презентации по плану:

1) природа вокруг нас меняется, изменяется и ее погода. Кроме этого, со сменой погодой появляется огромное количество бактерий. К примеру, осенью мы наиболее часто болеем простудой так как погода пасмурная, и дождливая. Чтобы на фоне всего этого не заразиться нужно знать несколько простых правил например чтобы ноги всегда были сухие, для того чтобы не заразиться потницей.

2) в каждый из времен года наш организм меняется - некоторые физиологические процессы ускоряются, другие, наоборот, замедляются. Дни становятся более пасмурными, на что сразу же реагируют наша кожа, нуждающаяся в этот период в особом уходе с учетом подбора косметических средств. Обратите внимание на профилактику.

Презентация сопровождается картинками, фотографиями. Указываются ссылки на источники информации.

Материал представьте в электронном виде для дальнейшей работы по подготовке презентации на занятии.

### **Самостоятельная работа № 3.**

**Презентация «Грибковые заболевания кожи: патогенные грибы, вызывающие у человека заболевания кожи. Грибковые заболевания кожи, волос и ногтей, наиболее часто встречающихся в парикмахерской практике: их виды, проявления, пути распространения и профилактика».**

**Цель работы:** Найти информацию по теме «Грибковые заболевания кожи: патогенные грибы, вызывающие у человека заболевания кожи. Грибковые заболевания кожи, волос и ногтей, наиболее часто встречающихся в парикмахерской практике: их виды, проявления, пути распространения и профилактика». Создать подборку материалов об особенностях грибковых заболеваний кожи. Оформить материалы для презентации. Применить теоретические знания. Развить творческое воображение.

**Задание 1:** Определите тематику для подготовки презентации, например:

- 1) Грибковые заболевания кожи.
- 2) Патогенные грибы, вызывающие у человека заболевания кожи.
- 3) Грибковые заболевания кожи, волос и ногтей, наиболее часто встречающихся в парикмахерской практике: их виды, проявления, пути распространения и профилактика.

**Задание 2:** Пользуясь литературой, Интернет-ресурсами, собственными знаниями подготовьте текстовый и графический материал для будущей презентации. Презентация

сопровождается картинками, фотографиями.

Материал представьте в электронном виде для дальнейшей работы по подготовке презентации на занятии. Указать ссылки на источники информации.

**Рекомендация к выполнению презентации по теме «Грибковые заболевания кожи: патогенные грибы, вызывающие у человека заболевания кожи. Грибковые заболевания кожи, волос и ногтей, наиболее часто встречающихся в парикмахерской практике: их виды, проявления, пути распространения и профилактика»:**

1) Современные люди ведут активный образ жизни, посещают огромное количество людных мест, соприкасаются с предметами на работе, в общественном транспорте, в магазине в суете забывая про простые гигиенические правила как мытье рук в результате заболевая различными грибковыми заболеваниями. Обратите внимание на профилактику.

2) Презентация сопровождается картинками, фотографиями. Указываются ссылки на источники информации.

3) Материал представьте в электронном виде для дальнейшей работы по подготовке презентации на занятии.

#### **Самостоятельная работа № 4.**

**Презентация «Вредные и опасные для здоровья вещества, применяемые при оказании парикмахерской услуг. Их влияния на организм человека».**

**Цель работы:** Найти информацию по теме «Вредные и опасные для здоровья вещества, применяемые при оказании парикмахерской услуг. Их влияния на организм человека». Применить теоретические знания. Создать подборку материалов об особенностях вредных и опасных для здоровья веществ. Оформить материалы для презентации. Применить теоретические знания. Развить творческое воображение.

**Задание 1:** Определите тематику для подготовки презентации, например:

- Какие самые распространенные вредные привычки у парикмахеров?
- Как влияют различные косметические средства на организм человека?
- Какие самые распространенные болезни у парикмахеров?

**Задание 2:** Пользуясь литературой, Интернет-ресурсами, собственными знаниями подготовьте текстовый и графический материал для будущей презентации. Презентация сопровождается картинками, фотографиями. Указываются ссылки на источники информации.

Материал представьте в электронном виде для дальнейшей работы по подготовке презентации на занятии.

**Рекомендация к выполнению презентации по теме «Освоение технологии приема внутренней и внешней градуировки волос»:**

Парикмахер одна из самых сложных и опасных профессий. За годы работы парикмахер теряет свое здоровья дыша токсическими веществами, находясь огромное количество времени на ногах появляется варикоз, плоскостопия, боли в спине, ухудшается зрения так как требует сильной концентрации при выполнении той или иной операции, так же возникают проблемы с легкими в связи с тем что мастер в течении рабочего дня вдыхает огромное количество мелких отстриженных волос летающих в воздухе. Все это в совокупности очень негативно влияет на здоровья. Но всего этого можно избежать если соблюдать простые правила например: надевать маску при стрижки, носить обувь на небольшом каблучке и т.д.....

## Рекомендуемая литература

### Основные источники:

1. Гутыря Л.Г. Парикмахерское дело 2009г.
2. Чалова Л.Д., Галиева С.А., Уколова А.В. Санитария и гигиена парикмахерских. - Академия, 2009.
3. Школа красоты: Учебное пособие для будущих парикмахеров, косметологов, стилистов и визажистов М.: Крон-пресс, 2010 г
4. Соколова. Основы физиологии кожи и волос. – Академия, 2010. Константинов А.В. Парикмахерское дело.- М.: Высшая школа, 2008 г.
5. Сыромятникова И.С. Развитие санитарии в парикмахерском искусстве 2009г
6. Дрибноход. Косметология. – Феникс, 2010
7. Дрибноход. Косметология. – Феникс, 2010

### Дополнительные источники:

8. Соколова. Основы физиологии кожи и волос. – Академия, 2010
9. Федюкович. Анатомия и физиология человека: Учебник.- Феникс, 2008
10. Гайворонский. Анатомия и физиология человека: Учеб. пособие для студ. СПО.- Академия, 2006
11. Дрибноход. Косметология. – Феникс, 2010
12. Журналы "Долорес", "Формула успеха", "Hairs"[Периодическое издание].- 2013, 2014.
13. Панченко. Парикмахерское дело.- Феникс. 2008

### Интернет ресурсы:

14. Парикмахерское искусство [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <http://parikmaher.3dn.ru>
15. Прически [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.stilist.com.ua>
16. Прически [Электронный ресурс].- Режим доступа: [http://dfriid.blogspot.com/2009/09/blog-post\\_12.html](http://dfriid.blogspot.com/2009/09/blog-post_12.html)
17. Форум о парикмахерском деле [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://parikmaher.parikmag.ru/index.php?act=idh>.
18. Более 27 видов химической завивки волос[Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://bianca-lux.ru/himicheskaya-zavivka-voles.html>
19. Модные прически и стрижки [Электронный ресурс].- Режим доступа <http://ya-modnaya.ru/publ/3>
20. Соколова. Основы физиологии кожи и волос. – Академия, 2010:
24. Роспотребнадзор [Электронный ресурс].- Режим доступа: [http://www.rospotrebnadzor.ru/press\\_center/press/33127](http://www.rospotrebnadzor.ru/press_center/press/33127)