

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav pedagogiky a sociálních studií

Bakalářská práce

Marcela Presová

Učitelství praktického vyučování a odborného výcviku

Učební text pro obor vzdělávání

kosmetické služby

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně jen s pomocí zde uvedených zdrojů a literatury.

V Liberci dne 21. června 2017

.....
Marcela Presová

Tímto bych ráda poděkovala vedoucí mé bakalářské práce doc. PhDr. Michaele Prášilové, Ph.D., za odborné vedení, spolupráci, trpělivost a velmi cenné rady, které mi poskytovala v průběhu vypracování mé bakalářské práce.

OBSAH

ÚVOD.....	5
I TEORETICKÁ ČÁST.....	6
1 VZDĚLÁVÁNÍ V KOSMETICE.....	7
1.1 VYMEZENÍ POJMŮ.....	7
1.2 VZDĚLÁVACÍ PROGRAMY OBORU	9
1.3 SOUČASNÉ UČEBNICE V KOSMETICE PRO ODBORNÝ VÝCVIK	12
2 PROBLEMATIKA TVORBY UČEBNIC	14
2.1 PRAVIDLA PRO TVORBU TEXTU UČEBNIC	15
II PRAKTICKÁ ČÁST	18
3 UČEBNÍ TEXT OBORU VZDĚLÁNÍ KOSMETICKÉ SLUŽBY	19
3.1 OBSAH UČEBNIC	19
4 ZPRACOVÁNÍ UČEBNÍHO TEXTU	25
ZÁVĚR	40
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	41
DALŠÍ ZDROJE	42
SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK	43
SEZNAM OBRÁZKŮ	44
SEZNAM PŘÍLOH.....	45
PŘÍLOHY	
ANOTACE	

ÚVOD

Tématem této bakalářské práce je Učební text pro obor vzdělávání kosmetické služby. V oboru kosmetiky je k dispozici malé množství učebnic, které by se při studiu mohly používat. Nejběžnější učebnice jsou Kosmetika I (Rozsivalová a kol., 2010), Kosmetika II (Rozsivalová a kol., 2011) a Kosmetika III (Teplá a kol., 2010).

Nejnovější aktualizace těchto učebnic je z roku 2011. Během šesti let, které od té doby uběhly, došlo v kosmetice k mnoha změnám: používají se nové suroviny, upravily se postupy ošetření, na trh vstoupily nové firmy, změnila se legislativa.

Ve své bakalářské práci se chci zaměřit na problematiku učebnic a studijních materiálů pro obor vzdělání kosmetické služby. Cílem práce bude zpracování učebního textu pro praktickou výuku tohoto oboru, který bude doplněním všech tří stávajících dílů učebnic.

Budou použity následující metody: práce s odbornou literaturou, kurikulárními dokumenty a existujícími učebnicemi, rozhovor.

Práce bude strukturovaná do na sebe navazujících kapitol: Úvod, teoretická část práce, kde budou vymezeny základní pojmy a vysvětlena teorie tvorby učebního textu. V praktické části bude s oporou o kurikulární dokumenty zpracován učební text pro obor vzdělání kosmetické služby, který bude obsahovat vybrané doplňující kapitoly k učebnicím.

Závěr bude věnován zhodnocení plnění cílů této práce. Součástí práce je seznam použité literatury a dalších zdrojů, seznam obrázků a přílohy.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 VZDĚLÁVÁNÍ V KOSMETICE

Tato kapitola bude seznámením se základními pojmy, které budou v práci používány. Dále budou zhodnoceny používané učebnice v odborném výcviku.

Pro potřeby této práce se v textu bude vyskytovat označení studentek vzhledem k vyššímu počtu dívek studujících obor kosmetické služby. Není tím ovšem vyloučeno studium chlapců. Dále bude omezeno označení klientek či zákaznic opět s ohledem na vyšší počet žen využívajících těchto služeb.

1.1 Vymezení pojmů

Pro pochopení základních poznatků z oboru, je potřeba nejdříve určit jasné hranice mezi kosmetikou a kosmetologií. Dobře vysvětlující je definice z knihy Kosmetika v teorii a praxi (Feřteková, 2005, s. 10):

„Kosmetologie je věda zahrnující biologii kůže, výzkum a přípravu kosmetických přípravků, ověřování jejich vlastností a způsoby použití.“

„Kosmetika je praktická činnost, při níž buď žena sama, nebo kosmetička v rámci své profese využívá výsledky kosmetologie ku svému prospěchu nebo prospěchu svých klientů. Nedílnou součástí této praktické činnosti tvoří estetická a módní hlediska.“

Z této definice se dá vyvozovat, že kosmetika jako činnost se provádí odjakživa. Oproti tomu kosmetologie jako věda je poměrně mladá a nemusíme za ní tak daleko do historie. Její vznik se datuje do roku 1867, kdy vznikl konkrétní termín „kosmetologie“.

Z toho vyplývá, že označení kosmetická péče znamená starat se o svou pleť a své tělo podstupováním kosmetiky. Jakékoliv ošetření, které se provádí v kosmetické praxi, je kosmetická péče. V nejjednodušším smyslu se dá shrnout, že o sebe pečujeme kosmetikou (přípravky, procedurami).

Dalším důležitým pojmem je odborné vzdělávání. V ČR probíhá toto vzdělávání jako příprava na povolání a poskytují ji střední odborné školy nebo odborná učiliště. Škola rozvíjí odborné kompetence, znalosti a dovednosti, které poté studenti uplatňují při odborném výcviku a později jako absolventi při výkonu samotného povolání. Součástí vzdělávání je

rozvíjení klíčových kompetencí. Ty jsou potřebné pro fungování v běžných oblastech života. (Skalková, 2007, s. 48-49)

Obor vzdělání kosmetické služby je velice mladý obor. Výuka kosmetiky se datuje do roku 1956, kdy byla díky práci dermatologů a dalších odborníků založena kosmetická komise. Začala se tvořit soustava vzdělávání kosmetiček. Tento systém vydržel do roku 1982 a poté byl nahrazen tříletým oborem s výučním listem. Dnes jsou kosmetické služby čtyřletým oborem s maturitou. Původní propracovaná struktura dalších školení a kurzů se postupně stala nepřehlednou. (Feřteková, 2005, s. 13-14)

Pro nově založený obor bylo potřeba vytvořit studijní podmínky. Dermatologové společně s kosmetičkami a dalšími lékaři (venerologové, plastičtí chirurgové) vytvářeli odbornou literaturu, která se poté využívala při studiu. Mezi nejznámější autory patří: doc. MUDr. Otakar Feřtek CSc. a jeho manželka Vlasta Feřteková, prof. MUDr. Věra Rozsivalová, DrSc. a Olga Knoblochová.

Každý z těchto odborníků vytvořil vlastní koncepci postupů pro různá ošetření a kosmetickou masáž obličeje, krku a dekoltu. Bylo také časté, že spolupracovali na dalších aktualizacích učebních textů, např. spolupráce prof. MUDr. Věry Rozsivalové, DrSc. a Olgy Knoblochové při tvorbě učebnic Kosmetika I a Kosmetika II, které se používají dodnes a jejichž doplnění je cílem této práce. Na ně potom plynule navázala autorka Kateřina Teplá vytvořením Kosmetiky III.

Vytvořením nového studijního oboru musely také vzniknout potřebné kurikulární dokumenty. Jedná se o pedagogické dokumenty, které určují cíle, obsah a průběh vzdělávání. Státem vytvořené jsou rámcové vzdělávací programy (dále jen RVP), které udávají celkový charakter vzdělávání. Školy si pro své specifické potřeby poté dotváří školní vzdělávací programy (dále jen ŠVP).

RVP vydává Ministerstvo školství mládeže a tělovýchovy pro každou etapu vzdělávání zvlášť (odborné, základní, předškolní, gymnaziální) a určuje tím obecná pravidla vzdělávání. Je to státní úroveň kurikulárních dokumentů. (Kalhous, 2009, s. 140)

ŠVP si vytváří každá škola samostatně podle vlastních specifických možností, ale s omezeními, které stanovuje nadřazený RVP. Škola tím prezentuje své zaměření, kvalitu a úroveň, podílí se na něm všichni pedagogičtí zaměstnanci. ŠVP je přístupný veřejnosti

a můžeme se v něm dočíst učební plány a osnovy školy, hodnocení žáků a budoucí plány rozvoje školy. (MŠMT, 2015, s. 4)

I v odborném výcviku potřebují studentky ke studiu nějakou formu učební opory. Na většině škol s tímto oborem vzdělání se používají učebnice Kosmetika I–III, jejichž doplnění bude cílem této práce.

Učebnice se řadí mezi didaktické texty, spolu s dalšími pomůckami: čítanky, pracovní sešity, atlasy, slovníky apod. Oproti ostatním variantám nám poskytuje ucelený pohled na obsah učebních osnov – učivo. V učebnicích jsou informace zachyceny a uspořádány systematicky podle různých kritérií (věk, předchozí znalosti, intelekt apod.). (Průcha, 1998, s. 14)

1.2 Vzdělávací programy oboru

Rámcový vzdělávací program pro obor vzdělání 69-41-L/01 Kosmetické služby vydalo Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy v roce 2007. Obsahuje obecné informace o vzdělávacích programech, cíle středního odborného vzdělávání, příslušné kompetence absolventů, organizaci vzdělávání, rozvržení obsahu vzdělávání, průřezová témata, potřebné informace a zásady pro tvorbu školních vzdělávacích programů a specifika vzdělávání žáků se speciálními potřebami nebo žáků nadaných. (MŠMT, 2007, s. 1)

Klíčové kompetence zahrnují znalosti, dovednosti a postoje, které se dají využít v běžném životě a pomáhají studentům lépe se zapojit do společnosti a fungovat v ní. (MŠMT, 2007, s. 4)

Kompetence k učení by měly studentky vést ke zodpovědnému přístupu ke vzdělávání. Měly by tedy být schopné zhodnotit, které znalosti a dovednosti potřebují ještě zdokonalovat. Učitelé odborného výcviku by měli mít přehled, jestli dívky během opakovacích hodin netrénují stále stejný postup ošetření a podle potřeby je směřovat k činnostech, které vyžadují více času pro osvojení

Kompetence k řešení problémů jsou v nynějších učebních textech dostatečně podchycené. Dívky jsou vedeny k výběru vhodného ošetření s ohledem na různé faktory (typ pleti, čas, finance, vybavení salonu), aby vyhovovalo všem zúčastněným a pomohlo zákaznici.

Komunikativní kompetence jsou v odborném výcviku sice trénovány (ve 3. a 4. ročníku při práci na zákaznicích), ale nejsou podchyceny teoreticky v učebnicích. Podle současných RVP je komunikace vyčleněna jako další vyučovaný předmět: komunikace a psychologie. Je tedy vhodné, aby byl odborný výcvik propojen s tímto předmětem a vzájemně se doplňovaly i po stránce budoucí profese studentů. Podle učebních osnov odborného výcviku je komunikace zavedena ve třetím ročníku.

Personální a sociální kompetence jsou v odborném výcviku rozvíjeny spoluprací studentek většinou ve dvojicích, kdy na sobě vzájemně trénují postupy ošetření. Do této kategorie spadá také osobní růst a péče o své zdraví. Dívky by měly mít přístup k dostatku informací o dalším seberozvoji pro soukromou i pracovní oblast. Odborný výcvik je musí vést k rozšiřování obzorů v oboru. Budoucí kosmetičky jsou samy sobě reklamou, proto se předpokládá, že budou vzorem pro své zákaznice v domácí péči o pleť a svůj celkový vzhled a zdravotní stav.

Občanské kompetence a kulturní povědomí se v kosmetických službách rozvíjí v různých oblastech. Studentky musí mít přehled o platné legislativě a dodržovat pravidla a předpisy. Zájem o společnost, módu a současné trendy jsou samozřejmostí. V neposlední řadě by měly být dívky vedeny k ochraně životního prostředí. Tato část není v odborném výcviku dostatečně podchycena. Je potřeba aby se dívky více informovaly o materiálech, ze kterých jsou obaly, jak je třídit a jak naložit se zbytky přípravků.

Kompetence k pracovnímu uplatnění a podnikatelským aktivitám vedou studentky k plánům na své budoucí povolání a nabídku služeb. Při odborném výcviku by se tedy měly seznámit s možnostmi rozšíření svého budoucího podnikání. Při ukončení studia dívky potřebují podnikatelský plán, případně další studijní plán, pokud chtějí pokračovat na vysokou školu. Odborný výcvik musí studentky dále připravit na komunikaci s dodavateli. Tato činnost nemusí být podchycena v učebnicích odborného výcviku, ale učitelé by ji neměli opomenout.

Matematické dovednosti jsou obecně potřebné pro běžný život a setkáváme se s nimi denně. Pro odborný výcvik je podstatné, aby si studentky uměly určit náklady na ošetření a stanovit cenu za své služby. Tyto znalosti jsou většinou vyučovány v teoretických předmětech, což je opět důkaz nutnosti spolupráce učitelů teorie a praktického vyučování.

Kompetence k využívání komunikačních a informačních technologií mohou být dnes nejsnadněji rozvíjeny vzhledem k velké dostupnosti počítačů, tabletů apod. Kompetence k práci s informacemi však už vyžaduje jisté schopnosti studentů. Musí správně vyhodnotit nalezené poznatky a umět je seřadit do smysluplného celku. Tyto kompetence jsou více rozvíjeny v teoretických předmětech, ale v odborném výcviku by se měly také využívat. Vypracování referátů na odborné téma může vhodně propojit několik vyučovacích předmětů (odborný výcvik, komunikace, materiály, zdravotní péče) a zpřehlednit tak informace všem studentkám.

V odborných kompetencích absolventa jsou zahrnuty schopnosti zvolit vhodnou metodu pro ošetření pleti klientky. Kosmetička musí vzít v úvahu současné postupy, módu a vědu. Spojení těchto tří bodů může být velice komplikované, pokud není studentka dostatečně vzdělána v současných možnostech trhu.

Během odborného výcviku studentky používají většinou několik konkrétních značek kosmetiky, které se na pracovišti objednávají. Dívky by měly mít přehled v současné nabídce trhu. Měly by vědět o dalších značkách, jejich výhodách či nevýhodách. Každá kosmetička se v průběhu své profese ustálí na určitých přípravcích, které poté používá pro konkrétní postupy nebo kroky ošetření. Absolventky by po ukončení studia měly mít představu, s jakou kosmetikou chtějí pracovat (čistě přírodní, dermokosmetika, bez parfemace apod.).

Dodržování hygienických zásad je hlavním pilířem práce kosmetičky. V současné době je poměrně obvyklé, že kosmetička dá zákaznici prvotní impulz pro návštěvu kožního lékaře s podezřelým výrůstkem na těle. Běžnou situací je, že se klientka neodvažuje zajít se svým problémem k lékaři, ale kosmetičce se s ním svěřit a požaduje od ní radu, jestli se jedná o něco závažného.

Jednání se zákazníky a dodavateli je podchyceno v komunikativních kompetencích. Při odborném výcviku je důležitý trénink rozhovoru se zákazníky a nabídnutí vhodného ošetření. Kosmetička musí taktně komunikovat i s problémovou klientkou (např. bojácná, „no, když já nevím...“).

V průběhu odborného výcviku by si studentky měly vyzkoušet, jak doporučí zákaznici, aby zašla na lékařskou kontrolu. Nejvhodnější variantou je metoda hraní rolí neboli inscenační metoda. V profesním životě se kosmetičkám může stát, že nebudou vědět

stoprocentně, jestli je nález na kůži klientky nebezpečný nebo ne. Pro takové případy je nutné dívkám zdůraznit, aby se nepouštěly do ničeho, v čem si nejsou jisté. Mohly by nadělat více problémů nevhodným zásahem.

Studentkám je potřeba vštípit hlavně pečlivost a důslednost při práci. Pokud kosmetička něco zanedbá nebo provede špatně, může tím ublížit. Dívky musí chápat, že při práci na pleti jsou všechny chyby znatelné a trvalé následky si zákaznice může poté celý život na místech, které neschová. Důležité je, aby se dívky naučily přistupovat zodpovědně ke své práci. Díky tomu budou brát své povolání vážně a budou pozorné při tom, co dělají.

Studentky musí ošetření vykonávat se snahou o vysokou kvalitu a prestiž. Nejlepší reklamou je spokojená zákaznice, které je ochotná zaplatit za provedené služby, a hlavně může salon doporučit svému okolí.

Školní vzdělávací programy si každá škola uzpůsobila podle svých možností. Projdeme-li několik různých ŠVP pro obor vzdělání kosmetické služby, budou mezi nimi samozřejmě rozdíly podle používaných osnov školy. Z velké části se však budou velice podobat rámcovému vzdělávacímu programu. Většinou se stále se pohybujeme v obecných pojmech, jako je „používání vhodných technologických postupů“, čímž je zachována dlouhodobá použitelnost těchto dokumentů.

1.3 Současné učebnice v kosmetice pro odborný výcvik

Učebnice kosmetiky Kosmetika I-III jsou v současnosti nejpoužívanější, ale zároveň jediné ucelené učebnice pro obor vzdělání kosmetické služby. Během celého čtyřletého studia se vyučující k těmto studijním materiálům odkazují podle potřeby. Poslední aktualizace těchto učebnic proběhla v roce 2011. Vyučovat podle takto zastaralých učebnic v oboru, který se mění skoro každých 6 měsíců, nemůže studentky dostatečně připravit na budoucí povolání. Ve svém podnikání se mohou setkat s důležitými informacemi nebo problémy, o nichž by měly vědět už ze školy, ale kvůli neaktuální učebnici se s nimi nesečkají.

Některé další školy doporučují ještě jako doplňující učebnici publikaci Kosmetika v teorii a praxi od Vlasty Feřtekové. Kniha není zaměřena pouze na teorii praktických postupů v kosmetice, ale nabízí ucelený pohled na kosmetickou praxi. Publikace je

komplexní po informativní stránce, protože obsahuje poznatky ze všech dalších oborů spojených s kosmetikou, takže se studentky dozví i informace o materiálech, legislativě apod. z jednoho místa. Nicméně i toto dílo má stejný nedostatek – poslední aktualizace je z roku 2005. Je tedy zjevné, že se na trhu učebnic již nepočítalo s využíváním této knihy.

Učebnice se využívají v průběhu odborného výcviku ve chvílích, kdy je potřeba praktické dovednosti podložit i teoretickou znalostí. Studentky si v případě potřeby dělají poznámky do klasických sešitů a pracují s učebnicí jako při výuce teoretických předmětů. V kosmetických službách je potřeba znát různé druhy přípravků (např. rozdělení masek) v teoretické rovině a v praxi je poté nutné je správně vybrat pro daný typ pleti a umět ji aplikovat na obličej. Některé texty z uvedených učebnic jsou využívány i při studiu teoretických předmětů jako jsou materiály nebo zdravotní věda.

2 PROBLEMATIKA TVORBY UČEBNIC

V této kapitole bude probrána teorie tvorby učebnic. Bude uvedeno, jak by měla být tvořena kvalitní učebnice, jaké by měla mít části a jak probíhá její hodnocení Ministerstvem školství.

Písemné učební pomůcky mají velkou konkurenci v počítačích a elektronických materiálech. Řada učebnic je vkládána na internet s možností stažení. Z jednoho pohledu se tím zpřístupnilo velké množství informací, na druhou stranu se tím může snižovat kvalita publikací, protože není možné zajistit komplexní kontrolu a průběžnou aktualizaci. I přesto si současní vědci nedělají starosti, že by učebnice úplně zanikla a přestala se používat. Jsou si jisti, že funkce učebnic je hluboko zakořeněná ve stylech učení pedagogů a stále zaujímá nenahraditelnou roli v procesu učení.

Je důležité nejdříve identifikovat, jaké vlastnosti by správná učebnice měla mít. V nejjednodušším pojetí se dá říci, že každá učebnice má verbální a neverbální část. Je tedy potřeba správně určit, v jakém poměru by tyto dvě složky měly být. K řešení přispívá psychodidaktika, která se zabývá otázkami, jak na žáky učebnice působí, jak s ní umí pracovat a jak využívají informace v ní obsažené. Didaktická vybavenost učebnic se dá určit pomocí výpočtu s různými koeficienty: prezentace učiva, orientace v učebnici apod. Ze součtu těchto údajů nám vznikne celkový koeficient didaktické vybavenosti dané učebnice. (Maňák, 2006, s. 12)

Je potřeba také zhodnotit obtížnost textu. I pro tuto část učebnic byla nastavena norma, která posuzuje více aspektů verbální části a tím určuje vhodné množství odborných pojmů, složitost vět apod. Jednoduše řečeno musí být text v učebnici sepsán tak, aby mu žáci, kterým je určen, dokázali porozumět. Nejlepší variantou by bylo hodnocení této složky již při tvorbě učebnic spoluprací autorů a nakladatelů. (Maňák, 2006, s. 14-15)

Dalším bodem hodnocení publikací je plnění funkce řízení procesu učení. Tím se určí, jestli učebnice pomáhá k lepšímu zpracování informací nebo jestli slouží pouze jako výklad textu. Vhodná jsou klíčová slova, učební úlohy, shrnutí na konci kapitoly, kontrolní otázky. (Maňák, 2006, s. 12)

2.1 Pravidla pro tvorbu textu učebnic

Nabídka učebnic na českém trhu je poměrně nepřehledná a široká. Vzhledem k tomu, že vytvořené učebnice nemají povinnost získat schvalovací doložku MŠMT, mohou být výsledné texty nekvalitní nebo nedostačující.

Průcha (1998, s.122-127) specifikuje několik obecných pravidel, kterých by se autoři měli držet a tím zachovat aspoň základní úroveň učebnic. Uvedena jsou pravidla vhodná pro tvorbu textu pro odborný výcvik. Body určené pro autory učebnic pro žáky základních škol jsou vynechány:

1) Autor by měl vždy pamatovat na své čtenáře. Žáci, kterým je kniha určena, s ní budou pracovat a budou v ní hledat potřebné informace pro studium. Je důležité, aby tyto poznatky byly předkládány srozumitelně a v přiměřeném množství vzhledem k tématu kapitol. Inspiraci je možné najít v psychologii a pedagogice. Autor by si měl zjistit určitá pravidla a postupy procesu učení.

2) Při tvorbě učebního textu pro specifický předmět by měl mít autor také informace o průběhu vyučování. Vhodným způsobem, jak toho dosáhnout je přímé pozorování studentů během výuky, rozhovory s pedagogy a přímo se žáky.

3) Autoři někdy zapomínají, že učebnice musí prezentovat nejen suchá data, ale i další potřebné informace. Vytvářejí tak jinou formu slovníku, který žákům při studiu nepomůže. Na toto by neměl pisatel zapomínat a měl by udělat pečlivý výběr informací, aby se do učebnice dostalo to podstatné a výskyt zbytečností se minimalizoval.

4) Autoři by neměli zapomínat ani na samotné pedagogy. Kapitoly a jednotlivá členění knih musí být uzpůsobeny průběhu a času výuky. V případě dalších pomůcek a příloh k textu je třeba zohlednit i vybavení škol a celkové prostředí, aby byla prezentace učiva daným způsobem reálná.

5) Text by neměl být přeplněný odbornou terminologií. Samozřejmě jsou situace, kdy je použití vědeckých výrazů nutné, je však potřeba zajistit porozumění ze strany žáka. Pokud to obsah učiva vyžaduje (např. v chemii, fyzice), použijeme definici. Je-li to ovšem možné, vysvětlujeme pomocí příkladu, obrazového vyjádření apod. Takový způsob je žákům bližší a jasnější.

6) Délka vět usnadňuje nebo komplikuje pochopení textu. Obzvláště při tvorbě učebnic pro základní školy je důležité brát na vědomí složitost celého textu a dávat pozor na příliš dlouhá souvětí. I v případě knih pro střední školy je lepší více kratších vět, aby se obsah sdělení studentům neztrácel. Krátké věty lépe zdůrazní hlavní myšlenky a pro studenty a žáky je snadnější pochopit vzniklé vztahy mezi poznatky.

7) Pokud je to možné vzhledem k typu učebnic a předmětu může autor navázat bližší vztah se čtenářem. K tomu se nejlépe využívají osobní zájmena a psaní v první osobě. Tento model však není vhodný u každého učebního textu.

8) Autor by neměl zapomínat na členění textu, které celkově zpřehlední dlouhý sled informací. Několik kratších odstavců vhodně rozdělí získané poznatky do na sebe navazujících částí. Vhodné jsou také prostředky, díky kterým se čtenář lépe orientuje v textu (např. úvod do každé kapitoly, shrnutí na závěr, kontrolní otázky).

9) Učební texty nejsou jen o předání suchopárných dat a poznatků. Autor by měl se čtenáři komunikovat a měl by mu pomoci také odlehčit vnímání studia. Pomoci může příklad ze zkušenosti. Vtipnou historkou můžeme poukázat na způsob „jakým se to dělat nemá“. Kreslený vtip může ukázat vyhocené dodržování pravidel, čímž zdůrazníme zásadu „všeho s mírou“.

Pozitivní odlehčený přístup k učivu zvyšuje zájem žáků a napomáhá lepšímu zapamatování informací. Vždyť i při trénování paměti se většinou používají silné emoce. Není proto důvod se jim vyhýbat i při tvorbě učebnic.

Ve všech případech se nedají stoprocentně dodržovat všechny zásady, ale každé pravidlo by mělo být v knize alespoň částečně zastoupeno, aby mohlo být hodnoceno. Pravděpodobně málo autorů se věnuje kontrole svého textu pomocí všech výpočtů, které určují didaktickou správnost.

Výsledek a kvalitu učebního textu ovlivňuje také cíl, s jakým autor knihu vytváří. Pokud se jedná o motivaci finanční, není zajištěna dostatečná hodnota zpracování. Pisatelé, kteří mají za cíl kvalitní knihu, která poskytne žákům potřebné informace, bude mít určitě pro studium mnohem větší význam.

Aby učebnice dala žákovy všechny důležité informace, je potřeba brát při její tvorbě v úvahu několik podmínek. Uvedeny jsou ty, které se dají určit z díla Průcha (1998, s. 14-19):

- a) **odbornost** – dané vědní disciplína musí být zpracována s aktuálními poznatky
- b) **didaktika** – učebnice by měla souhlasit se současným kurikulem
- c) **metodika** – výběr vhodných prostředků k výkladu, podporuje proces učení
- d) **logika** – informace na sebe musí navazovat
- e) **psychologie** – autor bere ohledy na psychologickou charakteristiku čtenáře
- f) **lingvistika** – pravopis, sloh, stylistika
- g) **estetika** – grafické ztvárnění učebnice
- h) **hygiena** – objem, hmotnost, kvalita materiálu

Každá učebnice může plnit několik různých funkcí. Nemusí splňovat kritéria pro všechny funkce, které můžeme u učebních textů nalézt, a také může mít jednotlivé funkce zastoupené v odlišné intenzitě. Toto dělení funkcí je specifikováno taxonomií podle D. D. Zujeva. Učebnice může mít funkci informační, transformační, systematizační, zpevňovací a kontrolní, sebevzdělávací, integrační, koordinační a rozvojově výchovnou. (Průcha, 1998, s. 19-20)

Učebnice můžeme dělit podle několika různých hledisek. Dělení může být jednoduché podle druhu školy: učebnice pro základní školy, střední školy, vysoké školy apod. Dále může být podle vyučovaných předmětů. Zde nebude rozepisována bližší specifikace, protože se jedná o velmi rozsáhlé dělení, které je typické téměř pro každou školu zvlášť podle nabízených možností studia. (Průcha, 1998, s.17-18)

Pedagogové se setkávají s rozdělením učebnic na synchronní a diachronní. U synchronních textů autoři zpracovávají komplexní materiály pro předmět v určitém ročníku (texty pro učitele, pracovní listy, počítačové programy apod.) a tím zajistí propojenost všech získaných poznatků. Diachronní učebnice připravuje jedna skupina autorů pro konkrétní předmět postupně pro všechny ročníky. Jsou vytvořeny podle osnov, které škola využívá. (Kalhous, 2009, s. 242-243)

II PRAKTICKÁ ČÁST

3 UČEBNÍ TEXT OBORU VZDĚLÁNÍ KOSMETICKÉ SLUŽBY

V této části bude zhodnocena metodika a obsahová stránka jednotlivých kapitol učebnic pro odborný výcvik kosmetických služeb a bude vysvětlena potřeba doplnění a úpravy informací v těchto publikacích.

3.1 Obsah učebnic

Dělení učebnic má mnoho variant, jak již bylo uvedeno výše. Srozumitelné a poměrně jednoduché je dělení podle Nelešovské (2001, s. 22), která rozděluje učebnice na klasické, pracovní, programované a distanční. Klasická učebnice předkládá ucelený a systematický výklad učiva, pracovní učebnice aktivizuje žáka tím, že musí hledat odpovědi na otázky. K získání správné možnosti musí často pracovat i s dalšími zdroji informací. V programovaných učebnicích student řeší úlohy, jsou propojeny s praktickou činností a nabízejí také správné možnosti řešení. Distanční učebnice jsou upraveny pro potřeby samostatného studia žáků. Nejčastěji jsou využívány v průběhu studia v dálkové nebo kombinované formě.

O učebnicích pro obor vzdělání kosmetické služby můžeme tedy podle výše zmíněných kritérií říci, že se jedná o klasické středoškolské učebnice pro odborný výcvik oboru kosmetička.

Učebnice pro kosmetické služby mají zastaralé odborné informace nejméně 6 let, proto je potřeba obsažené poznatky upravit a doplnit. V těchto učebnicích se setkáváme s výkladem textu, ilustračními fotografiemi a kontrolními otázkami. V učebnicích by mohlo být více fotografií. Studentky by měly vědět, jak vypadají všechny možnosti onemocnění kůže, aby je dokázaly správně identifikovat, když se s nimi setkají. Pořadí kapitol v učebnicích není úplně logické. Doplnění informací a přerozdělení určitých částí by je zlepšilo a zpřehlednilo.

Metodika učebnic je zastoupena kontrolními otázkami, které ověří dosažené znalosti po nastudování teorie. Další obsah kapitol se promítne v provedení praktických činností při odborném výcviku.

Knihy pro odborný výcvik kosmetiček mají zastoupenou funkci informační. Vymezuji nám učivo v určitém předmětu (odborný výcvik). Systematizační a sebevzdělávací funkci

učebnic pro kosmetické služby je potřeba upravit, aby byla lépe zastoupená. Zpevňovací a kontrolní funkce je zastoupena otázkami na konci každé kapitoly. Rozvojová a výchovná funkce přispívá k celkově rozvinuté osobnosti, což je v našem případě podpořeno v průběhu celého odborného výcviku. Tato funkce je formulována ve vzdělávacích programech jako všestranné rozvíjení osobnosti žáka.

V učebnicích pro kosmetické služby je potřeba některé informace doplnit o novější poznatky, některé údaje zde chybí úplně. Nyní bude uvedeno, jak by měly být jednotlivé učebnice v ideálním případě logicky uspořádány i s doplněnými kapitolami. Tím by se zvýšila systematizační funkce učebnic.

V průběhu studia se vyučující odborného výcviku k těmto učebnicím odkazují podle potřeby. Nedá se tedy určit, jestli jsou knihy rozděleny podle ročníků. V takovém případě by pro kompletní studium chyběla učebnice pro 4. ročník studia.

Učebnice Kosmetika I obsahuje úvodní kapitoly o historii kosmetiky ve světě a v našich zemích a kapitoly, ve kterých se studentky seznámí s kůží, jejím vzhledem, fyziologií a anatomii. Následují kapitoly o základních pravidlech kosmetických služeb, manikúře, způsobech barvení obočí a řas. Jedna z nejdůležitějších kapitol se týká zhodnocení pleti klientky, následuje čištění pleti, použití pleťových masek, ošetření pleti podle typu, možnosti poškození kůže při chybném použití kosmetiky a přístroje, které se v salonech používají. (Rozsivalová, 2010, s. 5-7)

Učebnice Kosmetika II začíná kapitolami o vlivech, které ovlivňují stav naší pleti. Následuje význam a postup kosmetické masáže, depilace a možnosti a varianty líčení. Další část seznamuje dívky s nemocemi kůže. V závěru knihy jsou obsaženy kapitoly o korekci různých vad a o chirurgických zákrocích při kožních problémech. (Rozsivalová, 2011, s.5-8)

Učebnice Kosmetika III se v prvních sedmnácti kapitolách věnuje různým variantám kožních onemocnění. Další část je věnována masážím, které se při kosmetice vykonávají a další kapitola nastiňuje ošetření celého těla. Následuje další část informací o líčení a poté učebnice přechází k poznatkům o pedikúře. Ty jsou rozdělené na anatomii, fyziologii, vady a další onemocnění a vhodnou obuv při těchto problémech. Poté už jsou další kapitoly věnovány práci pedikérky, hygieně a postupům ošetření. (Teplá, 2010, s. 5-13)

Pokud tyto obsahy učebnic porovnáme s RVP, zjistíme, že mu bez výhrady odpovídají. Odborné kompetence pro kosmetické služby jsou napsány v obecných pojmech. Zachycují tedy minulé, současné i budoucí požadavky trhu, což je pochopitelné pro jejich dlouhodobou použitelnost. Dle RVP mají studentky „*Vykonávat odborné činnosti při poskytování kosmetických služeb*“ nebo také „*Volit a používat přípravky v souladu s technologickými postupy*“. (MŠMT, 2007, s. 10-11)

Z těchto pojmů se nedá přesně určit, jestli dívky provádějí postupy při odborném výcviku podle současných metod, je potřeba zjistit skutečný průběh výcviku. Zde se můžeme obrátit na vyučující odborného výcviku a učební osnovy.

Kvůli podrobnějším informacím proběhl kontakt s vyučujícími ze střední školy v Liberci, která nabízí studijní obor kosmetické služby a používá při odborném výcviku tyto učebnice. Z rozhovoru vyplynulo, že část informací předávají dívkám ze zkušeností z práce ve vlastních kosmetických salonech. Údaje, které studentkám mají předávat, jsou uvedené v učebních osnovách, podle nichž výuka probíhá.

Při porovnání učebních osnov s používanými učebnicemi nalezneme kapitoly, které odpovídají současné nabídce kosmetických salonů, ale již se je nedočteme v literatuře pro studentky. Teoretická podpora i praktické ukázky pro tyto znalosti vychází čistě od vyučujících odborného výcviku a z jejich zkušeností v oboru (trvalá na řasy, masáž pro muže, p-shine, používání sér).

Z tohoto zjištění vyšlo najevo, že během odborného výcviku nemají vyučující vždy teoretickou podporu v učebnicích. Studentky jsou závislé na znalostech vyučujících, které však nemusí vždy správně prezentovat teorii u činností, které provádějí běžně v praxi ve svých salonech.

Pro tuto práci byly provedeny ještě rozhovory s odborníky, kteří jsou v kontaktu s možnostmi vzdělávání kosmetiček a mohou kvalitu učebnic zhodnotit. Byly osloveny tři osoby z oboru kosmetiky: kosmetičku pracující v oboru 25 let, která vykonávala také práci mistrové na střední odborné škole v Liberci (osoba A). Další oslovenou je kosmetička pracující v tomto odvětví již dlouhou dobu, jejíž dcera nyní studuje obor kosmetické služby, (osoba B). Matka je tedy informována, jaké vědomosti se studentky mohou z učebnic dozvědět. Poslední oslovený je doktor vlastní českou firmu vyrábějící a distribuující

dermokosmetické přípravky, který se sám angažuje ve výrobě kosmetických přípravků a vzdělávání kosmetiček (osoba C).

Osloveným osobám jsem položila 6 jednoduchých otázek, ze kterých vyplývají jejich názory na obsah používaných učebnic. Pro zachování anonymity jsou odpovídající označení písmeny.

1) V jakém oboru pracujete?

A: Kosmetické služby a mimoškolní vzdělávání v tomto oboru. Pár let jsem také pracovala jako mistrová.

B: Kosmetika.

C: Zdravotní bezpečnost chemických látek, toxikologie, poskytování zdravotních služeb dle příslušných zákonů. Naše společnost vyrábí a distribuuje kosmetické přípravky a školíme kosmetičky, které s ní pracují.

2) Jak dlouho se v tomto odvětví pohybujete?

A: 25 let a 10 let. Mistrovou jsem dělala 5 let.

B: 30 let.

C: 17 let.

3) Jak často se podle Vaší zkušenosti mění poznatky v kosmetice?

A: Je to velmi rychle se rozvíjející obor. Základy samozřejmě zůstávají, ale nové poznatky v jednotlivých postupech se nedají přehlížet a je třeba se o ně zajímat a pracovat podle toho. V posledních letech se poznatky v oboru rychleji doplňují a vyvíjejí.

B: Základní věci se často nemění, ale pořád jsou nějaké novinky, které musí člověk sledovat a doplňovat si vzdělání.

C: To je závislé na vývoji dalších oborů, ale zásadně nové postupy ve výrobě přicházejí cca v desetiletém cyklu. V používání kosmetiky je to rychleji.

4) Řekl/a byste, že se jedná o snadný obor?

A: Obor kosmetička není vůbec snadný obor, i když na první pohled (nebo i laický) to tak nevypadá. Kromě odborných znalostí, které jsou stěžejní, je třeba mít sociální citění, a i psychologický přístup ke klientovi a disciplínu k sobě samé.

B: Rozhodně ne, vůbec v dnešní době, kdy je trendem být vždy upravená a pěkná.

C: Výroba kosmetiky složitá není, toxikologie ano. A pro profesionální používání přípravků je potřeba mít dostatek dalších znalostí.

5) Jak byste hodnotil/a současné učebnice pro studující kosmetičky?

A: Současné učebnice pro obor kosmetička jsou již nedostatečné. Chybí celistvost a propojenost s ostatními souvisejícími předměty (jako je zdravotní péče, materiály apod.-pozn. autora). Také aktualizace stávajících postupů a nových možností ošetření pleti je nedostatečná. Podle mých zkušeností je špatné propojení výuky teoretické a praktické.

B: Určitě by mohly být obsáhlejší.

C: Kdo se domnívá, že má na to vzdělání tak píše. Podle toho to vypadá. Ne vše je ale špatné.

6) Myslíte, že jsou studentky podle těchto materiálů dostatečně připravené na své povolání?

A: Z mé zkušenosti je příprava podle dosavadních učebnic nedostačující a chybí v nich spousta informací, jsou málo podrobné a neuspořádané. O to víc se musí snažit v praxi.

B: Myslím, že základy jim dá, ale záleží na přístupu studentů k danému oboru.

C: Podle materiálů ne, hodně záleží, co se prakticky naučí.

Z odpovědí dotazovaných vyplývá, že se v kosmetice nachází hodně informací z různých oborů. Od kosmetiček se tedy očekává poměrně široký rozsah znalostí. Dozvíme se také, že postupy výroby přípravků jsou trvalejšího charakteru než postupy při jejich použití. Kosmetičky z praxe se shodly na nedostatečném obsahu učebnic. Dotazovaní kladou stejně velký důraz na praktickou stránku odborného výcviku.

Od roku 2011, kdy byla provedena poslední aktualizace těchto učebnic, se v kosmetických službách objevilo hodně nových informací a způsobů ošetření. Rozšířila se nabídka služeb o přístrojové procedury, změnily se používané suroviny a pro zlepšení stavu pleti se využívají jiné účinné látky.

Ze zjištěných informací je zapotřebí v učebnicích aktualizovat velké množství informací. V některých odstavcích se dozvíme, že se jedná o teprve začínající metodu (např. u permanentního make-upu). Ovšem v současné době se jedná už o běžnou nabídku rozšířených služeb. V některých částech textu je potřeba doplnit informace o nové alternativy, které se používají, kromě té, jež je v učebnici už uvedena (např. způsoby depilace). Také je potřeba doplnit úplně chybějící kapitoly (formování obočí, séra).

Tato práce nemůže zachytit kompletní rozsah vhodných úprav učebnic pro odborný výcvik oboru vzdělání kosmetické služby. Proto bude text zpracováván jako doplňující informace pro učebnice kosmetiky.

4 ZPRACOVÁNÍ UČEBNÍHO TEXTU

V této části práce budou uvedeny tři kapitoly chybějící v původních publikacích a rozšíření o podkapitoly u tří původních částí už sepsaného textu. U doplnění podkapitol bude odkazováno na původní text v konkrétních učebnicích, aby bylo patrné, ke kterým částem se nové informace vztahují. Bude zachován systém ověření na konci kapitol (kontrolní otázky), v případě potřeby bude text doplněn ilustračními obrázky. Text bude vyobrazen jako doplňková učebnice a stylizací bude připodobněn používaným učebnicím Kosmetika I–III.

Doplňující text pro učebnice:

Kosmetika I

Kosmetika II

Kosmetika III

1 FORMOVÁNÍ OBOČÍ

Obočí dotváří celkový vzhled obličeje. Chybějící obočí vyvolává pocit nedokončené tváře. Obzvláště ženy psychicky velice špatně nesou chybějící obočí způsobené např. onemocněním. Mužská tvář bez obočí nevzbuzuje tolik pozornosti pravděpodobně z důvodů jiného přístupu ke svému celkovému vzhledu.

■ Ideální tvar obočí

Ideální tvar začíná nad vnitřním koutkem oka, stoupá v mírném oblouku směrem ke spánku. Začátek je na ose křídla nosu a vnitřního koutku, konec je na ose křídla nosu a vnějšího koutku. Obočí může být delší nebo kratší, podle tvaru obličeje a oka. Tvar a hustota obočí podléhá, podobně jako třeba barvy líčení, často módním trendům.

■ Pomůcky a postup formování obočí

K formování obočí potřebujeme speciální pinzetu o délce 12–13 cm (anatomickou, zabroušenou), pleťové mléko k odlíčení, pleťovou vodu nebo tonikum s obsahem alkoholu a vatové tampony.

- Nejdříve připravíme zákaznici na lehátko.
- Zákaznici odlíčíme. Přišla-li pouze na úpravu obočí, odlíčíme dostatečné okolí obočí.
- Se zákaznicí zkonzultujeme žádaný tvar obočí.
- Začínáme formovat u kořene nosu, druhou rukou kůži napínáme, abychom snížili riziko štípnutí. Chloupky vytrháváme po jednom vždy po směru růstu. Postupujeme od vnitřního koutku k zevnímu, chloupky vytrháváme ve spodní linii obočí, aby se celkový pohled „otevřel“.
- Obočí během práce otíráme tamponem namočeném pleťovou vodou.
- V horní linii obočí pouze lehce protrháváme, jinak bychom snižovali úroveň obočí.
- V případě dlouhých a příliš hustých chloupků můžeme použít seřezávač obočí a chloupky zakrátit.
- Se zákaznicí konzultujeme, jestli jí výsledný tvar vyhovuje, případně upravíme.

- Po vyformování obočí vydezinfikujeme a ošetříme krémem. Obočí kartáčkem vyčešeme.
- Zákaznici dolíčíme make-upem.
- Pinzetu řádně vydezinfikujeme – ponoříme ji do roztoku.
- Teprve poté ji můžeme použít na další zákaznici. Pinzety by měla mít kosmetička dvě, aby „vyplnila mezeru“ než je první pinzeta opět použitelná.

(Feřteková, 2005, s. 252)

■ **Permanentní make-up**

Permanentní make-up je metoda tetování na obličej a znamená trvalé nalíčení. Touto metodou zvýrazňujeme nebo znovu vytváříme obočí, oční linky, konturu rtů nebo stínování celých rtů.

Zpočátku se používaly stejné barvy a tetovací prostředky jako při tetování na tělo. Tím se barva dostala až do spodních vrstev kůže, kde došlo k trvalému zjizvení a odkud je organismus nedokáže odbourat komplexně. Barvy používané při tetování na tělo jsou většinou syntetické, takže tělo z nich může postupně odbourat jen některou složku. Tím vzniká nepřirozené zbarvení původního tetování (např. odstíny zelené a modré).

Dnes se při permanentním make-upu používají barvy na přírodní bázi, které organismus zvládne postupně odbourat. Změnil se i způsob aplikace. V současnosti dochází k tetování na obličej do horních vrstev pokožky.

Permanentní make-up je možné provádět tetovacím perem (vydrží 3–5 let) nebo ručním nástavcem s čepelkou (vydrží 2–3 roky). V současnosti jedna z nejoblíbenějších metod vytváření obočí je „vláskování“. Výsledkem jsou jednotlivé chloupky obočí, které se těžko rozeznávají od skutečných chloupků.

Kontrolní otázky

1. Jaký je ideální tvar obočí?
2. Jaké pomůcky se používají k formování obočí?
3. Vysvětlete postup formování obočí.
4. Co je to permanentní make-up?
5. Na které části obličej se tato metoda používá?

2 TRVALÁ NA ŘASY

Trvalá na řasy se používá pro vytvarování řas, jejich pozvednutí a celkové rozjasnění pohledu. Jedná se o oblíbenou proceduru obzvláště v letních měsících a v období plesové sezony. Často se současně provádí barvení řas.

■ Charakteristika řasy

Podle ohebnosti dělíme ochlupení těla na:

- **ohebné** – vlasy, vousy, chlupy v podpaží a v okolí pohlavních orgánů
- **tuhé a krátké** – obočí a řasy

Na průřezu má tři části:

- **vnější obal** – je tvořen zrohovatělými šupinatými buňkami
- **kůra** – je střední část řasy, buňky jsou podlouhlé a zrohovatělé, nachází se zde pigment, který dodává řasy zbarvení
- **dřeň** – vzniká u kořínků a nachází se v celé vnitřní části řasy

■ Fáze růstu řasy

- **anagenní fáze** – fáze růstu
- **katagenní fáze** – fáze vypadnutí řasy
- **telogenní fáze** – fáze odpočinku folikulu

■ Fáze trvalé na řasy

Má stejně jako trvalá na vlasy 2 části:

- **změna tvaru řasy pomocí gelu** – trvalé, která obsahuje redukční činidlo
 - řasy se natočí na speciální natáčky a během působení gelu získávají požadovaný tvar
 - po uplynutí doby působení gelu přípravek odstraníme a přejdeme ke druhé fázi
- **ustalování** – obnovují se vazby molekul keratinu a zafixuje se nový tvar řas, získávají znovu pružnost (SynCare, 2014)

■ Pomůcky pro trvalou na řasy

Pro trvalou na řasy sestavují výrobci kompletní sady, které obsahují: natáčky různých velikostí, lepidlo, trvalou ve formě gelu, ustalovač, případně odstraňovač natáček. Jednotlivé komponenty se většinou dají dokupovat i zvlášť. Dále potřebujeme pomerančové dřívko, tampony, odličovač očního okolí, vatové tyčinky, kartáček na řasy, u některých variant tenký proužek igelitu.



Obr. 1: Natáčky pro trvalou na řasy - různé velikosti (Zdroj: Vlastní)

■ Postup trvalé na řasy

- Zákaznici uložíme na lůžko a oblečení ji chráníme ručníkem nebo ubrousky.
- Řasy úplně a dokonale odličíme a odmastíme a necháme chvíli uschnout. V případě potřeby je můžeme urovnat kartáčkem.
- Podle požadavku zákaznice a délky řas zvolíme velikost natáčky.
- Používáme-li samolepící natáčky, lehce ji v prstech ohneme a přiložíme ji těsně za linku řas na horní víčko.
- Pomerančovým dřívkem lehce přichytíme natáčku u vnitřního a vnějšího koutku.
- Máme-li natáčky bez lepidla, nanese se za horní řasy tenkou vrstvou lepidla a natáčku přichytíme. Poté potřeme natáčku další vrstvičkou lepidla.
- V obou případech pomerančovým dřívkem přichytíme řasy na natáčku. Ploškou pomerančového dřívka řasy lehce „překlopíme“ na natáčku.
- Řasy nesmí být spleené, překřížené a žádná nesmí zůstat volná.

- Požádáme zákaznici, aby opatrně otevřela oči a pomocí pomerančového dřívka odlepíme případné přichycené spodní řasy.
- Pokud máme připravené řasy na obou očích, nanese tenkou vrstvu gelu – trvalé.
- V případě některých gelů je možné přikrýt oči tenkým pruhem igelitu, aby se působení urychlilo. Doba působení závisí na výrobcí.
- Po uplynutí doby působení setřeme vatovou tyčinkou zbytky gelu.
- Naneseme ustalovač a necháme působit podle návodu.
- Po uplynutí doby působení odstraníme zbytky ustalovače vatovou tyčinkou.
- Pomocí vatové tyčinky namočené ve vlažné vodě odstraníme natáčky a zbytky lepidla. Někteří výrobci používají vlastní odstraňovač.
- Řasy je nyní možné ještě nabarvit. Po aplikaci trvalé se působení barvy zkracuje pouze na pár minut.
- Zákaznici můžeme ošetřit krémem vhodným pro oční okolí.

Kontrolní otázky

1. Charakterizujte řasy.
2. Vyjmenujte pomůcky pro trvalou na řasy.
3. Popište postup trvalé na řasy.

3 PÉČE O RUCI

Informace o provádění správné péče o ruce je uvedena v učebnici Kosmetika I na str. 55 a dále. Rozšiřujeme podkapitulu „Zdobení nehtů“ a doplněna bude podkapitola „P-shine“.

Zdobení nehtů

Při zdobení nehtů je od manikérky vyžadována pečlivost, zručnost, dobrá představivost a také trocha umělecké tvořivosti. Zdobení nehtů můžeme provádět několika různými způsoby:

- **Klasické laky**

Pro zdobení pomocí klasických laků potřebujeme kvalitní laky s dobrou trvanlivostí a větší hustotou. Laky, které jsou příliš řídké, nebo se po nalakování „stahují“ od okrajů nehtu do středu, nejsou vhodné. Pro zdobení nehtů používáme různé pomůcky: šablony, zdobící štětce, houbičku, kamínky, a další.

- **Razítkování**

Tato varianta zdobení je velmi elegantní a jednodušší na aplikaci. I méně šikovná manikérka může tímto způsobem vytvořit dokonalé obrazce. Používané laky jsou hutnější, snadno se přenesou na nehet a rychle zasychají.

Motiv je znázorněn na kovové destičce, přetře se lakem, stěrkou se setře přebytečný lak z okolí (lak zůstane jen v drážkách motivu) a pomocí gumového polštářku se motiv přenesou na nehet. Touto formou je možné provádět také francouzskou manikúru s ozdobným efektem.



Obr. 2: Potřeby pro razítkování
(Zdroj: Vlastní)



Obr. 3: Obrázkové motivy (Zdroj: Vlastní)



Obr. 4: Motivy „francie“ (Zdroj: Vlastní)



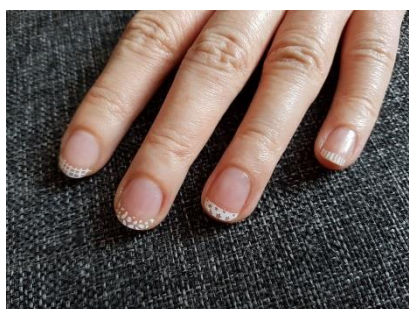
Obr. 5: Kuličky pro zdobení, různé typy (Zdroj: Vlastní)



Obr. 6: Štětec pro silnější linky (Zdroj: Vlastní)



Obr. 7: „Jednochlupový“ štětec pro tenké linie (Zdroj: Vlastní)



Obr. 8: Ukázka razítkované „francie“ (Zdroj: Vlastní)

- **Gel-laky**

Přechodnou variantou mezi klasickým lakováním a modelací umělých nehtů je aplikace gel-laků. Jedná se o metodu lakování, kdy je přípravek vytvrzen v klasické UV lampě, ale bez nutnosti předchozího pilování přírodních nehtů.

Po aplikaci je nehet okamžitě suchý a nehrozí setření jako u klasického lakování. Na kvalitních nehtech tato metoda vydrží až 14 dní.

Na nehet se aplikuje nejprve vrstva podkladové báze, poté barevné vrstvy, a nakonec vrchní top, který vše uzavře. Každá část se vytvrzuje zvlášť v UV lampě. Odstranění je nutné provést k tomu určenými přípravky. Sloupávání vrstev násilím bude mít za následky poškození povrchu nehtů a jejich třepení.

- **P-shine**

Jedná se o metodu japonské manikúry stará přes 2000 let. Dodává nehtům výživu a přirozený lesk. Tuto aplikaci používaly už v historii japonské gejši, ale je vhodná samozřejmě i pro muže.

Základem je klasická manikúra a úprava nehtů. Poté se nehty vyhlazují super jemnými pilničky a zalešťuje se do nich speciální pasta a pudr s obsahem včelího vosku a dalších ingrediencí. Jejich složení je většinou tajné, protože se jedná o japonské národní tajemství. Nehtové lůžko se během aplikace prokrví a zpracování vosku zajistí také zaleštění drobných nerovností. Lesk vydrží 2-4 týdny i po případném odlakování.

Aplikace je vhodná pro roztřepené a lámavé nehty. Opakování procedury zajistí dlouhodobý lesk, zpevnění a lepší růst nehtů. Pro udržení všech vlastností se doporučuje aplikaci opakovat za 3-4 týdny.

Kontrolní otázky

1. Jaké jsou varianty zdobení nehtů?
2. Vysvětlíte rozdíly mezi jednotlivými způsoby zdobení.
3. Co je to P-shine?

4 SÉRA

Séra patří mezi přípravky, které v současnosti nejvíce podporují péči o pleť. Jedná se o koncentrované směsi účinných látek, s jejichž pomocí dodá kosmetička nebo sama zákaznice pleti velkou dávku výživy tam, kde je to potřeba (např. do očního okolí).

■ Dělení sér

- **podle konzistence a vstřebatelnosti** – v případě nanášení více sér během jednoho ošetření zachováme toto pořadí, aby se séra vzájemně nerušila v průběhu vstřebávání (po olejovém séru by se např. vodné už nevstřebalo)
 - vodné
 - gelové
 - emulzní
 - krémové
 - olejové
- **podle účinnosti**
 - **adstringentní** – stahují rozšířené póry, neutralizují zbytky mazu
 - **hydratační** – hluboce hydratují, obsahují látky pro udržení vody v pokožce
 - **liftingové** – vypínají pokožku, vyplňují jemné vrásky
 - **regenerační** – mají velké množství účinných látek, vyživují
 - **zklidňující** – dlouhodobě zklidňuje podrážděnou pleť
 - **pro aknézní pleť** – působí cíleně na bakterie aknézního zánětu
 - **speciální séra** – pro konkrétní hraniční stavy pleti (např. rozšířené žilky)
- **podle použití** – séra se cíleně vyrábí a používají pro konkrétní cílovou skupinu klientek, je ovšem možné použití některých přípravků pro více variant pleti.
 - **suchá a dehydrovaná pleť**
 - **mastná a smíšená pleť**
 - **pleť +35**
 - **pleť +55**

- **aknézní pleť**
- **citlivá pleť**
- **hraniční stavy pleti**

Séra se v současné době využívají v průběhu každého ošetření. S jejich pomocí kosmetička dostává klientce do pleti hlavní dávku účinných látek.

Aplikují se na pleť po masáži, protože pokožka je rozvolněná a vláčná a výživné částice se do pleti dostanou snáze. Na sérum se nanáší pleťová maska, která ještě doplní použití séra.

Kromě klasických sér můžeme na současném trhu najít také mikroampulární séra, která se vyznačují koncentrovanějším složením účinných látek. Jsou vhodná pro klientky, které potřebují v krátké době rychlý nástup potřebného efektu.

Většina společností při výrobě už nyní také počítá s použitím přístrojů v salonech. Séra se tedy vytvářejí tak, aby mohly být použity i v kombinaci s různým přístrojovým ošetřením (galvanická žehlička, ultrazvuková špachtle...).

Kontrolní otázky:

1. Vysvětlete, co jsou to séra.
2. Jak je můžeme dělit?
3. Kdy se během ošetření sérum používá?

5 PŘÍSTROJE POUŽÍVANÉ V KOSMETICE

Tato kapitola je obsažena v učebnici Kosmetika I. na str. 129. Doplnujeme nové varianty přístrojového ošetření a informace o diagnostických přístrojích.

■ Galvanická žehlička

Tento přístroj podporuje průnik aktivních látek, především ze sér, do pleti a zvyšuje účinek ošetření. Galvanický (stejnoseměrný) proud rozkládá částice aktivních látek na ionty, které snáze proniknou strukturou pleti. Elektrický obvod uzavírá ruka kosmetičky držící přístroj.

Používané přípravky musí být vhodné pro použití s galvanickými přístroji. V současnosti je metoda již velmi rozšířená, výrobci přípravků tedy s touto variantou použití často počítají.

Při ošetření musí být člověk zdravý, ale specifické kontraindikace nejsou. Přístroj není v průběhu ošetření zapojen v elektrické zásuvce, proto není nevhodný ani pro těhotné a kojící ženy. Osoby s kardiostimulátorem mohou podstoupit ošetření se souhlasem svého lékaře. Procedura se nedoporučuje při trvale připevněných rovnátkách. (SynCare, 2015)

■ Diagnostické přístroje

Tyto přístroje pomáhají kosmetičkám zhodnotit stav pleti klientky a díky tomu vybrat správné přípravky a prostředky pro domácí i salonní péči.

• Jednoduché diagnostické přístroje

Jednodušší varianty přístrojů mohou měřit jen jednotlivé parametry (např. pouze hydrataci) nebo více bodů najednou (maz, elasticita, hydratace) s vyhodnocením typu pleti. Toto hodnocení však může být zkresleno současným špatným stavem pleti klientky, proto doporučujeme kombinovat s klasickou diagnózou pleti. Současný trh nabízí desítky typů těchto zařízení.

- **Videomikroskop**

Jedná se o barevný mikroskop, který několikanásobně zvětšuje kožní struktury. Toto zařízení pracuje společně s diagnostickým softwarem v PC či notebooku. Obrázky jsou uloženy v jednotlivých souborech pro každou zákaznici zvlášť a umožňují detailní diagnózu. Přístroje mohou nabídnout také více režimů zobrazení (např. kuperóza, vrásky, pigmentace, vlasy). (SynCare, 2014/15, s.54)

6 ODSTRAŇOVÁNÍ CHLOUPKŮ

Základní informace o této kapitole jsou obsaženy v učebnici Kosmetika II na str. 59. Nyní doplníme informace o depilačních pastách.

■ Depilační pasty

Jedná se o teplé depilační hmoty, které odstraňují nežádoucí ochlupení i s cibulkou, takže výsledný efekt je trvalejší. tato metoda je v posledních letech velice oblíbená, protože při dostatečném tréninku se snižují náklady na depilační proužky a množství samotné pasty.

Pasty se ohřejí v ohřívací vaně nebo změkknou při kontaktu s prsty kosmetičky. Nanáší se v tenké vrstvě proti směru růstu chloupků. Prsty nebo pomocí špachtle se rychle a prudce trhne po směru růstu chloupků.

Pohyb je potřeba směřovat podél kůže, při přílišném zvednutí směrem nahoru mohu na kůži vzniknout modřinky. Díky trhání po směru růstu chloupků je tato metoda méně bolestivá než studené depilační vosky. Při správném použití se aplikované množství depilační pasty nanáší opakovaně, takže nedochází k velké spotřebě. (SynCare, 2016)

ZÁVĚR

Bakalářská práce měla za cíl vytvoření doplňujícího textu pro současné učebnice pro obor vzdělávání Kosmetické služby: Kosmetika I (Rozsivalová a kol., 2010), Kosmetika II (Rozsivalová a kol., 2011) a Kosmetika III (Teplá a kol., 2010).

Učebnic pro odborný výcvik kosmetických oborů je na trhu minimální množství. Proto je nutné aktualizovat jejich obsah a doplnit nebo upravit potřebné informace. Poznatky v tomto oboru se rychle mění, objevují se nové účinné látky, nové postupy ošetření, nové přípravky.

V teoretické části práce byly vymezeny základní pojmy a byla probrána problematika tvorby učebního textu.

V praktické části byl obsah učebnic porovnán se vzdělávacím programem, učebními osnovami a s názory odborníků z kosmetických služeb. Na základě těchto informací byl vytvořen doplňující text tří kapitol obsažených v učebnicích a vytvořeny tři nové kapitoly, které v knihách chyběly.

Předpokládaný přínos práce je zajištění teoretické podpory odborného výcviku u témat, které vyučující odborného výcviku podle učebních osnov mají učit, ale předávají je studentkám pouze na základě vlastních praktických zkušeností.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

FEŘTEKOVÁ, Vlasta a kolektiv. 2005. *Kosmetika v teorii a praxi*. 4. aktualizované. Praha : MAXDORF, 2005. ISBN: 80-7345-046-1.

Kalhous, Zdeněk, Obst, Otto a kol., a. 2009. *Školní didaktika*. 2. vydání. Praha : Portál, s.r.o., 2009. ISBN: 978-80-7367-571-4.

MŠMT. 2015. 561/2004 Sb. zákon o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání. *Školský zákon ve znění zákona č. 82/2015 Sb. s vyznačením změn*. Praha : MŠMT, 2015.

MŠMT. 2007. *Rámcový vzdělávací program pro obor vzdělání 69-41-L/01 Kosmetické služby*. Praha : Národní ústav odborného vzdělávání, 2007.

Nelešovská, Alena a Spáčilová, Hana. 2001. *Didaktika II*. Olomouc : Univerzita Palackého, 2001. ISBN: 80-7067-258-1.

Prof. PhDr. Maňák, Josef CSc. a Mgr. Klapko, Dušan. 2006. *Učebnice pod lupou*. Pedagogický výzkum v teorii a praxi. Brno : Paido, 2006. Sv. 4. ISBN: 80-7315-124-3.

Průcha, Jan. 1998. *Učebnice: Teorie a analýzy edukačního média*. Brno : Paido, edice pedagogické literatury, 1998. ISBN: 80-85931-49-4.

Rozsivalová, V., O., Knoblochová a K., Macháčková. 2011. *Kosmetika II*. 2. aktualizované vydání. Praha : Informatorium, 2011. ISBN: 978-80-7333-083-5.

Rozsivalová, Věra, a kolektiv. 2010. *Kosmetika I*. 2. vydání. Praha : Informatorium, 2010. ISBN: 978-80-7333-080-4.

Skalková, Jarmila. 2007. *Obecná didaktika*. 2. rozšířené a aktualizované vydání. Havlíčkův Brod : Grada publishing a.s., 2007. ISBN: 978-80-247-1821-7.

Teplá, K. a kol. 2010. *Kosmetika III*. 2. aktualizované vydání. Praha : Informatorium, 2010. ISBN: 978-80-7333-081-1.

DALŠÍ ZDROJE

SynCare. 2014. školící materiály. *Trvalá na řasy*. Brno : SynCare, 2014.

SynCare. 2016. návod, školící materiál. *Depilace s BIO medem*. Brno : SynCare, 2016.

SynCare. 2014/15. prodejní katalog. *Katalog dermokosmetiky, dotyk medicíny v kosmetické péči*. Brno : SynCare, 2014/15.

SynCare. 2015. školící materiály. *Galvanická žehlička a ultrazvuková špachtle v kosmetice*. Brno : SynCare, 2015.

SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

RVP Rámcový vzdělávací program.

ŠVP Školní vzdělávací program.

MŠMT Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy.

SEZNAM OBRÁZKŮ

OBR. 1: NATÁČKY PRO TRVALOU NA ŘASY - RŮZNÉ VELIKOSTI (ZDROJ: VLASTNÍ)	30
OBR. 2: POTŘEBY PRO RAZÍTKOVÁNÍ (ZDROJ: VLASTNÍ).....	32
OBR. 3: OBRÁZKOVÉ MOTIVY (ZDROJ: VLASTNÍ).....	32
OBR. 4: MOTIVY „FRANCIE“ (ZDROJ: VLASTNÍ).....	33
OBR. 5: KULIČKY PRO ZDOBENÍ, RŮZNÉ TYPY (ZDROJ: VLASTNÍ)	33
OBR. 6: ŠTĚTEC PRO SILNĚJŠÍ LINKY (ZDROJ: VLASTNÍ).....	33
OBR. 7: „JEDNOCHLUPOVÝ“ ŠTĚTEC PRO TENKÉ LINIE (ZDROJ: VLASTNÍ).....	33
OBR. 8: UKÁZKA RAZÍTKOVANÉ „FRANCIE“ (ZDROJ: VLASTNÍ)	33

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha 1: Obsah učebnice Kosmetika I

Příloha 2: Obsah učebnice Kosmetika II

Příloha 3: Obsah učebnice Kosmetika III

PŘÍLOHY

Příloha 1: Obsah učebnice Kosmetika I

4.5.2	Resorpční (vstřebávací) a respirační (dýchací) funkce	34
	<i>Kontrolní otázky</i>	35
5	Vzhled kůže	36
5.1	Kožní povrch – kožní rýhy a vrásky, zabarvení a tloušťka kůže	36
5.2	Topografická anatomie kůže	37
5.3	Stárnutí kůže, prevence v kosmetice	38
	<i>Kontrolní otázky</i>	40
6	Základní pravidla kosmetické péče	41
6.1	Postup kosmetického ošetření, kosmetické úkony	42
6.2	Hygienické minimum pro pracovníky provozoven služeb	42
6.2.1	Hygienické a bezpečnostní předpisy	43
6.2.2	Zásady při používání prádla pro zákazníky	51
6.2.3	Prostorové členění a vybavení provozoven hygienickým zařízením	51
6.3	Kartotéční záznam	52
	<i>Kontrolní otázky</i>	54
7	Péče o ruce	55
7.1	Leštění a lakování nehtů	64
7.2	Modelace nehtů	66
7.3	Masáž rukou	67
7.4	Parafinový zábal	71
	<i>Kontrolní otázky</i>	74
8	Barvení obočí a řas	75
	<i>Kontrolní otázky</i>	77
9	Posouzení pleti – kosmetická diagnóza	78
9.1	Promáštění	79
9.2	Tonus a turgor	81
9.3	Vrásky	82
9.4	Barva kůže	85
9.5	Odchylky od normy	85
9.6	Tvar obličeje	91
	<i>Kontrolní otázky</i>	93

1	Úvodem	9
1.1	Dějiny a vývoj kosmetiky, význam pojmu krása	9
1.1.1	Pravěk	9
1.1.2	Starověk	10
1.1.3	Středověk a novověk	13
1.1.4	Vývoj kosmetiky v našich zemích	14
1.2	Náplň, poslání a rozsah kosmetické péče	16
	<i>Kontrolní otázky</i>	16
2	Anatomie kůže	17
2.1	Pokožka	18
2.2	Škára	20
2.3	Podkožní vazivo	21
	<i>Kontrolní otázky</i>	21
3	Adnexa kůže – přídatné kožní orgány	22
3.1	Mazové žlázy	22
3.2	Potní žlázy	22
3.3	Vlasy	23
3.4	Nehty	26
	<i>Kontrolní otázky</i>	27
4	Fyziologie kůže	28
4.1	Ochranná funkce kůže proti vlivům vnějšího prostředí a termoregulační funkce	28
4.2	Smyslová funkce kůže	31
4.3	Sekreční činnost kůže	32
4.4	Depotní činnost kůže	32
4.5	Bariérová, resorpční a respirační funkce kůže	33
4.5.1	Bariérová (obránná) funkce	33

10	Čištění pleti	94
10.1	Povrchové čištění pleti	94
10.1.1	Druhy čistících přípravků	94
10.1.2	Technologický postup	96
10.1.3	Přípravky podle typu pleti	96
10.2	Napařka obličejů	97
10.3	Hluboké čištění pleti	100
10.3.1	Technologický postup	100
	<i>Kontrolní otázky</i>	101
11	Pleťové masky a zábaly	102
	<i>Kontrolní otázky</i>	108
12	Ošetření jednotlivých typů pleti	109
12.1	Normální pleť	109
12.2	Smíšená pleť	112
12.3	Suchá pleť	115
12.4	Mastná pleť	118
12.5	Citlivá pleť	120
12.6	Stárnoucí pleť	122
12.7	Rozšířené žilky – kuperóza	125
	<i>Kontrolní otázky</i>	126
13	Poškození kůže chybnými kosmetickými úkony a kosmetickými přípravky	127
	<i>Kontrolní otázky</i>	128
14	Přístroje používané v kosmetických salonech	129
	<i>Kontrolní otázky</i>	138
	Literatura	139

Příloha 2: Obsah učebnice Kosmetika II

OBSAH	
1	Vnitřní vlivy působící na stav kůže a přídatných kožních orgánů 9
1.1	Nervový systém 9
1.2	Hormonální systém 10
1.2.1	Štítná žláza 11
1.2.2	Hypofýza a nadledvinky 11
1.2.3	Pankreas – slinivka břišní 12
1.2.4	Přehled změn kůže a přídatných kožních orgánů při hormonálních poruchách 12
1.3	Cévní systém 14
1.3.1	Onemocnění tepen 14
1.3.2	Onemocnění žil 15
1.4	Žaludek a střeva 16
1.5	Játra a ledviny 17
1.6	Infekční onemocnění 17
	<i>Kontrolní otázky</i> 18
2	Vnější vlivy působící na stav kůže 19
2.1	Klimatické vlivy 19
2.1.1	Vliv slunečního záření 19
2.1.2	Vliv teploty 21
2.1.3	Vliv větru a vlhka 23
2.2	Vliv teplé a studené vody 23
2.3	Škodlivé civilizační vlivy 25
2.4	Vliv kosmetických přípravků 25
2.5	Návyky na jedy 26
	<i>Kontrolní otázky</i> 27

3	Kosmetická masáž 28
3.1	Význam a účinky kosmetické masáže 28
3.2	Případy, kdy nesmíme masáž provádět 29
3.3	Svaly obličeje, krku, dekoltu a ramen, které masírujeme nejčastěji 30
3.4	Technika a rozdělení masáže 34
3.4.1	Nanašení a rozšíření masážního přípravku 36
3.4.2	Hlazení 42
3.4.3	Kroužkování 44
3.4.4	Hlubší tření, hnětení 48
3.4.5	Vlnění 49
3.4.6	Bubnování 50
3.4.7	Poklepy 51
3.4.8	Poštipy 51
3.4.9	Vibrace 53
3.4.10	Závěrečné zklidnění s využitím akupresury 55
3.5	Akupresura 56
3.6	Jacquetova masáž 57
3.7	Masáž citlivé pleti s rozšířenými žilkami 57
3.8	Pomůcky a přístroje používané při masáži 57
3.9	Hygiena masáže 58
	<i>Kontrolní otázky</i> 59
4	Odstraňování chloupků 59
4.1	Epilace 59
4.2	Depilace 59
4.2.1	Depilační vosky 60
	<i>Kontrolní otázky</i> 61
5	Úprava obličeje – líčení a dekorativní kosmetika 62
5.1	Všeobecné zásady při líčení obličeje 63
5.2	Líčení pleti 65
5.2.1	Korektory 65
5.2.2	Make-upy 67
5.2.3	Pudry 69
5.2.4	Růže na tváře 69
5.3	Nos, jeho tvar a pokožka 70
5.4	Korekce tvaru obličeje a brady líčením 71

5.5	Líčení obočí	75
5.6	Líčení očí	78
5.6.1	Korekce tvaru a polohy očí líčením	79
5.6.2	Líčení očních víček	80
5.6.3	Líčení řas	82
5.6.4	Umělé řasy	83
5.7	Líčení rtů	85
5.8	Denní, večerní a sportovní líčení	89
5.8.1	Denní líčení	89
5.8.2	Večerní líčení	90
5.8.3	Sportovní líčení	90
5.9	Líčení jako psychoterapie	91
5.10	Hygiena líčení a odlíčení	92
	<i>Kontrolní otázky</i>	98
6	Divadelní a fantazijní líčení	99
6.1	Základní pravidla divadelního líčení	99
6.1.1	Návrh masky	100
6.2	Tělkování	101
6.3	Výrovnávání nerovností obličeje stínováním	101
6.4	Stínování vrásek	103
6.5	Plastická úprava nosu, jizvy	104
6.6	Úprava vlasů a vousů	105
6.7	Fantazijní líčení	106
6.8	Hygiena líčení a odlíčení	107
	<i>Kontrolní otázky</i>	108
	<i>Náměty pro vlastní tvorbu</i>	108
7	Kosmetické vady a onemocnění kůže	109
7.1	Morfologie kožních změn	109
7.1.1	Prvotní výkvětky	111
7.1.2	Druhotné výkvětky	112
7.1.3	Plošné změny	114
7.1.4	Výsledné stavy	115
7.2	Něvy cévní, pigmentové	115
7.2.1	Něvy tkáňové	116
7.2.2	Něvy pigmentové	117
7.3	Poruchy pigmentace	118
7.3.1	Hyperpigmentace	119

7.3.2	Hypigmentace	120
7.4	Bradavice	120
7.5	Milia, xantelazma, xantomatózy	122
7.6	Senilní keratomy, senilní atrofie	123
7.7	Jizvy	124
7.8	Kožní nádory	125
7.8.1	Nádory nezlobivé – benigní	125
7.8.2	Nádory zhoubné – maligní	126
7.9	Hyperhidróza	128
7.10	Hypertrichóza	128
7.11	Kožní onemocnění, při kterých nemůžeme poskytnout laickou kosmetickou péči	129
	<i>Kontrolní otázky</i>	131
8	Metody estetické dermatologie při korekci kosmetických vad	132
	<i>Kontrolní otázky</i>	137
9	Chirurgická léčba v kožním lékařství	138
9.1	Fyzikální metody	138
9.2	Menší chirurgické výkony	139
9.3	Větší chirurgické výkony a plastické operace	140
9.3.1	Plastické operace z kosmetických důvodů	141
	<i>Kontrolní otázky</i>	142
	Literatura	143

Příloha 3: Obsah učebnice Kosmetika III

OBSAH	
1	Vznik a vývoj kožního lékařství – dermatologie 15
1.1	Vztahy mezi dermatologií a kosmetikou 19
	<i>Kontrolní otázky</i> 19
2	Příčiny kožních onemocnění 20
2.1	Reaktivita kůže a její ovlivňování 21
2.2	Alergie 21
	<i>Kontrolní otázky</i> 22
3	Projevy kožních onemocnění – chorobné změny 23
3.1	Morfologie kožních změn 24
3.1.1	Prvotní výkvětky (primární eflorescence) 26
3.1.2	Druhotné výkvětky (sekundární eflorescence) 27
3.1.3	Plošné změny 28
3.1.4	Výsledné stavy 29
	<i>Kontrolní otázky</i> 29
4	Léčba kožních onemocnění 30
4.1	Léčba celková 30
4.2	Léčba místní 32
4.2.1	Léčba místní podle lékové formy 33
4.2.2	Léčba místní podle účinné látky 36
4.3	Léčba fyzikální 37
4.3.1	Aktinoterapie 37
4.3.2	Elektroterapie 38
4.3.3	Kryoterapie 39
4.3.4	Laserová terapie 39
4.4	Léčba chirurgická 39
	<i>Kontrolní otázky</i> 40

5	Kožní onemocnění vyvolaná většími škodlivinami 41
5.1	Poskození kůže mechanickými vlivy 41
5.2	Poskození kůže tepelnými (termickými) vlivy 42
5.3	Poskození kůže slunečním zářením 44
5.4	Poskození kůže chemickými vlivy 44
	<i>Kontrolní otázky</i> 44
6	Onemocnění mazových žláz 45
6.1	Seborrhoická dermatitida (dermatitis seborrhoica) 45
6.2	Akné (acne vulgaris) 46
6.3	Růžovka (rosacea) 47
6.4	Periorální dermatitida (dermatitis perioralis) 48
	<i>Kontrolní otázky</i> 48
7	Parazitární kožní onemocnění 49
7.1	Svrab 49
7.2	Zavšivení 50
7.3	Blechy 52
7.4	Štěnice 52
7.5	Klíšťata 52
7.6	Roupi 52
	<i>Kontrolní otázky</i> 52
8	Onemocnění kůže vyvolaná koky 53
8.1	Impetigo 53
8.2	Folikulitida (folliculitis, perifolliculitis) 54
8.3	Furunkl (furunculus) 55
8.4	Furunkulóza (furunculosis) 55
8.5	Karbunkl (carbunculus) 56
8.6	Růže (erysipel) 56
8.7	Ekthyma 56
8.8	Flegmona (phlegmona) 56
	<i>Kontrolní otázky</i> 57
9	Kožní onemocnění vyvolaná bakteriemi a viry 58
9.1	Kožní onemocnění vyvolaná bakteriemi 58
9.1.1	Červenka (erysipeloid) 58

9.1.2	Uhlák (antrax)	58
9.1.3	Tularemie (zajetí nemoc)	58
9.1.4	Maleus (vozhrivka)	59
9.1.5	Tuberkulóza kůže	59
9.2	Kožní onemocnění vyvolaná viry	59
9.2.1	Bradavice obyčejné	60
9.2.2	Bradavice mladistvých (ploché)	60
9.2.3	Ostré kondylomy	60
9.2.4	Moluska	61
9.2.5	Prostý opar	61
9.2.6	Pásový opar	61
	<i>Kontrolní otázky</i>	62
10	Mykózy (dermatomykózy)	63
10.1	Trichofýcie	64
10.2	Epidermofýcie	65
10.3	Mikrosporie	65
10.4	Favus	66
10.5	Kvasinková onemocnění	66
10.6	Saprofytická onemocnění	67
	<i>Kontrolní otázky</i>	67
11	Kožní onemocnění z přecitlivělosti	68
11.1	Ekzém	68
11.1.1	Kontaktní alergický ekzém	69
11.1.2	Atopický ekzém	70
11.1.3	Mikrobiální ekzém	72
11.1.4	Eczema nummulara	72
11.1.5	Eczema dysidroticum	72
11.2	Kopřivka	72
11.3	Lékové exantémy	73
	<i>Kontrolní otázky</i>	74
12	Kožní onemocnění z povolání	75
	<i>Kontrolní otázky</i>	77
13	Kožní onemocnění z neznámých příčin	78
13.1	Lupénka	78
13.2	Pemfigus	79

13.3	Erytematodes	80
	<i>Kontrolní otázky</i>	80
14	Cévní onemocnění a jejich projevy na kůži	81
14.1	Poruchy tepenného oběhu	81
14.1.1	Arterioskleróza	81
14.1.2	Bürgerova nemoc	82
14.1.3	Raynaudova nemoc	82
14.2	Poruchy žilního oběhu	83
	<i>Kontrolní otázky</i>	84
15	Névy a nádory kůže	85
15.1	Névy	85
15.1.1	Névy z krevních cév	85
15.1.2	Pigmentové névy	86
15.2	Nepravé nádory	86
15.3	Nádory	87
15.3.1	Nezhoubné (benigní) nádory	87
15.3.2	Zhoubné (maligní) nádory	87
	<i>Kontrolní otázky</i>	88
16	Pohlavní onemocnění a jejich projevy na kůži	89
16.1	Kapavka	89
16.2	Syfilis	90
	<i>Kontrolní otázky</i>	91
17	Kosmetická péče a kožní onemocnění	92
17.1	Infekční a neinfekční kožní onemocnění	92
17.2	Možnosti kosmetického ošetření u jednotlivých kožních onemocnění	92
17.3	Význam spolupráce kosmetičky a dermatologa v prevenci kožních onemocnění	96
	<i>Kontrolní otázky</i>	96
18	Druhy masáží v kosmetice	97
18.1	Mikromasáž očního okolí	97
18.2	Cytomasáž	98
18.3	Jacquetova masáž	99
18.4	Lymfodrenáž	100

18.5	Shiatsu	101
	<i>Kontrolní otázky</i>	101
19	Péče o kůži celého těla	102
19.1	Opalování a ochrana kůže před UV zářením	103
19.1.1	Sluneční záření a UV záření	103
19.1.2	Ochrana kůže před UV zářením	104
19.1.3	Solárium	106
19.2	Saunování	107
	<i>Kontrolní otázky</i>	108
20	Líčení a takzvaná teorie ročních období	109
20.1	Barevné typy	110
20.1.1	Jak určit správně barevný typ	110
20.1.2	Vhodné a nevhodné barvy pro jednotlivé barevné typy	111
20.2	Vhodné líčení a doplňky pro jednotlivé barevné typy	112
20.2.1	Jarní typ	112
20.2.2	Letní typ	113
20.2.3	Podzimní typ	113
20.2.4	Zimní typ	114
	<i>Kontrolní otázky</i>	115
21	Dějiny hygienické čistoty těla a pedikúry	116
	<i>Kontrolní otázky</i>	117
22	Anatomie dolní končetiny	118
22.1	Kostra dolní končetiny	118
22.1.1	Pletenec dolní končetiny	118
22.1.2	Kostra volné dolní končetiny	118
22.2	Klouby a vazy dolní končetiny	119
22.3	Cévy dolní končetiny	120
22.4	Nervy dolní končetiny	123
22.5	Svaly dolní končetiny	123
22.5.1	Svaly stehna	125
22.5.2	Svaly bérce	125
22.5.3	Svaly nohy	129
22.6	Klenby nožní	131
	<i>Kontrolní otázky</i>	134

23	Fyziologie nohy	135
23.1	Pohyby nohy	135
23.2	Postavení patní kosti a prstů	136
23.3	Postavení špiček nohou při chůzi	137
23.4	Statická a dynamická funkce nohou	138
	<i>Kontrolní otázky</i>	140
24	Ortopedické vady nohou	141
24.1	Vrozené vady nohou	141
24.1.1	Kosovislá noha	141
24.1.2	Vrozená kolébkovitá plochá noha	142
24.2	Získané vady nohou	142
24.2.1	Podélně plochá noha	142
24.2.2	Příčně plochá noha	145
24.2.3	Noha svíslá	146
24.2.4	Noha hákovitá	147
24.2.5	Noha vbočená	147
24.2.6	Noha vybočená	147
24.2.7	Noha vyklenutá	148
24.3	Vrozené vady prstů	148
24.3.1	Srůst prstů	148
24.3.2	Zmnožení prstů	148
24.3.3	Zmenšený počet prstů	148
24.3.4	Chybění všech prstů	149
24.4	Získané vady prstů	149
24.4.1	Vbočený palec	149
24.4.2	Ztuhlý palec	151
24.4.3	Kladivkovité a drápvité prsty	152
24.4.4	Výbočený malík	153
24.4.5	Výbočený palec	153
24.4.6	Přeložený prst	154
	<i>Kontrolní otázky</i>	154
25	Aseptické nekrózy kostí na noze	155
25.1	Köhlerova choroba I.	155
25.2	Köhlerova choroba II.	156
25.3	Kostěné výrůstky	156
25.3.1	Kostěný výrůstek podnehtový	157

29	Obuv z hlediska zdravotního	177
29.1	Historie obuvi	177
29.2	Lékaři a výroba obuvi	179
29.2.1	Mimimální lékařské požadavky na výrobu obuvi	180
29.3	Druhy obuvi	185
29.3.1	Obuv běžně sériově vyráběná a její správné nošení	185
29.3.2	Korekční obuv	186
29.3.3	Ortopedická obuv	187
29.4	Ortopedické pomůcky používané v pedikérské praxi	189
	<i>Kontrolní otázky</i>	196
30	Osobnost pedikérky (pedikéra)	197
	<i>Kontrolní otázky</i>	197
31	Zásady hygieny a bezpečnosti práce v provozovnách pedikúry	198
31.1	Požadavky na prostorové členění a vybavení provozovny	198
31.1.1	Vybavení pracovní kabiny pro klasickou pedikúru	199
31.2	Účinná a správná dezinfekce a sterilizace	201
31.2.1	Provádění dezinfekce a dezinfekční prostředky	202
31.2.2	Provádění sterilizace a sterilizační techniky	204
	<i>Kontrolní otázky</i>	204
32	Pedikérské nástroje	205
	<i>Kontrolní otázky</i>	208
33	Pracovní postup při provádění klasické pedikúry	209
33.1	Koupele nohou a dezinfekce	212
33.2	Ošetření kuřích ok	213
33.3	Ošetření mozolů, zrohovatělé pokožky a puchýřů	215
33.4	Ošetření nehtů	216
33.4.1	Ošetření zdravých nehtů	216
33.4.2	Ošetření zarostlých a ztlustlých nehtů	217
33.5	Ošetření potivých nohou a mykózy	219
33.6	Ošetření poranění klienta při výkonu pedikúry	220
33.7	Lakování nehtů	220
33.8	Ozařování nohou	221
33.9	Masáž nohou a bérce	222

25.3.2	Kostěné výrůstky na hřbetu nohy	157
25.3.3	Dvojitá pata	158
25.3.4	Patní ostruha	158
	<i>Kontrolní otázky</i>	159
26	Onemocnění dolních končetin nervového původu	160
26.1	Chabé a spastické obrny	160
26.2	Mortonova neuralgie	160
	<i>Kontrolní otázky</i>	161
27	Celková onemocnění mající vliv na lidskou nohu	162
27.1	Cukrovka	162
27.2	Krvácivost	163
27.3	Noční křeče lýtkové	163
27.4	Otoky dolních končetin	164
27.5	Lipomy kolem kotníků	165
27.6	Raynaudova choroba	165
27.7	Akrocyanóza	166
27.8	Ateroskleróza	166
27.9	Bürgerova nemoc	166
27.10	Varixy	167
27.11	Tromboflebitida	167
27.12	Bércový vřed	167
	<i>Kontrolní otázky</i>	168
28	Kožní onemocnění nohou	169
28.1	Hnisavá kožní onemocnění	169
28.1.1	Růže	169
28.1.2	Furunkl	169
28.2	Virová kožní onemocnění	170
28.3	Mykózy	171
28.3.1	Povrchová plísňová onemocnění	171
28.3.2	Hluboká plísňová onemocnění	172
28.4	Kožní onemocnění z přecitlivělosti	172
28.5	Kožní onemocnění způsobená tlakem a třením	173
28.6	Kožní onemocnění způsobená teplem a chladem	174
28.7	Zhoubné nádory	175
28.8	Lupénka	176
	<i>Kontrolní otázky</i>	176

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Marcela Presová
Katedra:	Ústav pedagogiky a sociálních studií
Vedoucí práce:	Doc. PhDr. Michaela Prášilová, Ph.D.
Rok obhajoby:	2017

Název práce:	Učební text pro obor vzdělávání kosmetické služby
Název v angličtině:	Training material for the field of cosmetics services
Anotace práce:	Cílem bakalářské práce je vytvoření doplňkového učebního textu pro učebnice oboru vzdělávání kosmetické služby. V teoretické části jsou vymezeny základní pojmy a problematika tvorby učebních textů. V praktické části jsou porovnávány současné učebnice se vzdělávacím programem, učebními osnovami a potřebami studentek pro budoucí povolání a je vytvořen doplňující text.
Klíčová slova:	Kosmetika, kosmetická péče, odborné vzdělávání, kurikulární dokumenty, rámcový vzdělávací program, školní vzdělávací program, učebnice
Anotace v angličtině:	The purpose of this thesis is creation of new additional training material which will be used in the field of cosmetics services. The first theoretical part is focused on the description of the main topics and deals with the rules how

	to create the training material. The purpose of the practical part is to compare the current education books with the training program, training curriculum and needs of the students. According to this survey the additional training text is defined.
Klíčová slova v angličtině:	Cosmetics, cosmetic care, technical education, curricular documents, framework educational program, school educational program, textbook
Přílohy vázané v práci:	3
Rozsah práce:	45 stran
Jazyk práce:	Český jazyk