SPIS TREŚCI

Od Wydawcy. Zasady przeprowadzania egzaminów potwierdzających kwalifikacje w zawodzie.. 8
Podstawa programowa kształcenia w zawodzie technik usług fryzjerskich / fryzjer 15

I. Repetytorium. Kwalifikacja A.19 21

Część I. Bezpieczeństwo i higiena pracy fryzjera
1. Środowisko pracy fryzjera. Salon fryzjerski i jego wyposażenie 21
1.1. Charakterystyka salonu – określenie warunków pracy fryzjera 21
1.2. Stanowisko pracy 23
1.3. Zagrożenia w salonie 24
1.4. Ergonomia pracy fryzjera 24
1.5. Ochrona środowiska w salonie 24
1.6. Wyposażenie salonu fryzjerskiego 25
1.7. Dobór sprzętu fryzjerskiego do zabiegu (organizacja stanowiska pracy) 29
1.8. Bezpieczeństwo pracy a narzędzia, przybory i aparaty 30
2. Różnorodność zagrożeń dla zdrowia i życia w salonie fryzjerskim 31
3. Charakterystyka środków ochrony indywidualnej fryzjera i klienta 33
3.1. Środki ochrony indywidualnej fryzjera 33
3.2. Środki ochrony indywidualnej klienta 34
3.3. Dobór środków ochrony indywidualnej do zabiegu 34
4. Zasady bezpiecznego użytkowania i przechowywania preparatów fryzjerskich 35
5. Dezynfekcja i sterylizacja w salonie 37
6. Przepisy przeciwpożarowe i ochrony środowiska w salonie 41
6.1. Ochrona przeciwpożarowa 41
6.2. Ochrona środowiska w salonie 41
7. Zastosowanie komputera w salonie fryzjerskim 42

Część II. Wstęp do fryzjerstwa
1. Elementy rysunku we fryzjerstwie 43
1.1. Linia i kreska 43
1.2. Perspektywa i proporcja 43
1.3. Układy symetryczne i asymetryczne w projektowaniu fryzur 44
1.4. Statyka i dynamika 44
1.5. Kontrast i harmonia 44
1.6. Rytm i ornament 45
1.7. Złudzenia wzrokowe 45
2. Techniki wykonywania rysunku 45
2.1. Ołówek 45
2.2. Rysowanie grafitowymi pałeczkami 45
2.3. Sproszkowany grafit 45
2.4. Węgiel 45
2.5. Rysowanie gumką 46
2.6. Długopis 46
2.7. Kredki 46
2.8. Pastele 46
2.9. Flamastry 46
2.10. Markery 46
2.11. Tusz i piórko 46
2.12. Akwarela 47
2.13. Farby olejne 47
2.14. Akryl 47
2.15. Techniki mieszane 47

3. Techniki kopiowania . . . 47
3.1. Kalkowanie . . . 47
3.2. Skalowanie . . . 48
3.3. Technika z zastosowaniem linii pomocniczych . . . 48
3.4. Nowoczesne techniki kopiowania rysunku . . . 48
4. Elementy budowy ciała i sylwetek człowieka . . . 49
4.1. Proporcje ciała ludzkiego . . . 49
4.2. Sylwetka kobiety i mężczyzny . . . 49
4.3. Zmiany w proporcjach sylwetki w różnych okresach rozwojowych . . . 49
4.4. Budowa głowy dzieci i dorosłych, kobiety i mężczyzny . . . 50
4.5. Kształty głowy i twarzy . . . 52
4.6. Profile twarzy . . . 52
4.7. Deformacje głowy . . . 52
4.8. Dysproporcje i deformacje twarzy . . . 53
4.9. Kształty fryzur . . . 53
4.10. Elementy konstrukcyjne twarzy . . . 53
5. Kolory i barwy we fryzjerstwie . . . 54
5.1. Kolor i barwa . . . 54
5.2. Widzenie kolorów . . . 55
5.3. Podział barw na podstawowe i pochodne . . . 57
5.4. Budowa koła barw . . . 57
5.5. Właściwości barw . . . 59
5.6. Barwy czyste, pastelowe i zgaszone . . . 60
5.7. Kolory neutralne i matowe . . . 61
5.8. Barwy przeciwstawne . . . 61
5.9. Barwy achromatyczne, chromatyczne i brązowe . . . 62
5.10. Zasady mieszania kolorów . . . 63
5.11. Wzajemne oddziaływanie barw – kontrast, harmonia i wibracja . . . 63
5.12. Zjawisko światłocienia. Rola światła w odbiorze barw . . . 64

Część III. Aspekty biologiczno-chemiczne we fryzjerstwie
1. Budowa i właściwości włosa . . . 65
1.1. Budowa włosa . . . 65
1.2. Cykl wzrostu włosów . . . 65
1.3. Właściwości włosa . . . 66
1.4. Kolor włosów . . . 66
1.5. Kształt włosa . . . 67
1.6. Rodzaje włosów i owłosienia . . . 68
2. Budowa i funkcje skóry . . . 68
3. Choroby i uszkodzenia skóry oraz włosów a usługi fryzjerskie . . . 70
3.1. Choroby skóry . . . 70
3.2. Choroby owłosionej skóry głowy i włosów . . . 71
3.3. Alergie . . . 72
3.4. Uszkodzenia skóry . . . 72
3.5. Uszkodzenia włosów . . . 73
3.6. Łysienie . . . 73
3.7. Łuszczyca . . . 74
4. Związki nieorganiczne i organiczne stosowane we fryzjerstwie . . . 74
4.1. Woda i jej zastosowanie we fryzjerstwie . . . 74
4.2. Zastosowanie kwasów i zasad we fryzjerstwie . . . 75
4.3. Wykorzystanie nadtlenku wodoru we fryzjerstwie . . . 76
4.4. Składniki mineralne . . . 76
4.5. Węglowodory i ich zastosowanie we fryzjerstwie . . . 77

4.6. Zastosowanie alkoholi we fryzjerstwie 77
4.7. Tłuszcze i woski we fryzjerstwie 78
5. Substancje pochodzenia naturalnego w preparatach fryzjerskich 78
5.1. Zastosowanie witamin w preparatach fryzjerskich 78
5.2. Wykorzystanie roślin do pielęgnacji włosów 81
5.3. Substancje barwiące pochodzenia naturalnego 82
5.4. Ceramidy i fosfolipidy w preparatach fryzjerskich 83
5.5. Aminokwasy i białka w preparatach fryzjerskich 83
5.6. Węglowodany w preparatach fryzjerskich 84
6. Preparaty fryzjerskie 84
6.1. Charakterystyka i zastosowanie środków powierzchniowo czynnych 84
6.2. Formy występowania preparatów fryzjerskich 85
6.3. Skład i rodzaje szamponów 85
6.4. Charakterystyka preparatów do pielęgnacji włosów 86
6.5. Charakterystyka preparatów do układania i stylizacji fryzur 86
6.6. Skład i działanie preparatów do trwałej zmiany kształtu włosa 87
6.7. Charakterystyka preparatów do rozjaśniania i odbarwiania włosów 88
6.8. Skład i działanie preparatów do koloryzacji włosów 88

Część IV. Techniki fryzjerskie – pielęgnacja, strzyżenie i ondulowanie włosów, formowanie fryzur, zmiana koloru włosów

1. Podstawowe pojęcia technologiczne 90
2. Podstawy obsługi klienta 90
2.1. Znaczenie komunikacji w salonie fryzjerskim 91
2.2. Zasady rozmowy z klientem 91
2.3. Znaczenie wywiadu w usłudze fryzjerskiej 92
3. Diagnoza fryzjerska 92
3.1. Klasyfikacja uszkodzeń włosów 93
3.2. Sposoby diagnozowania włosów 94
3.3. Kształty głowy i twarzy 94
3.4. Deformacje głowy – nieprawidłowości w budowie głowy 96
3.5. Typy sylwetki 97
3.6. Dokumentacja diagnostyczna 97
4. Pielęgnacja włosów 97
4.1. Zabiegi pielęgnacyjne dla włosów 97
4.2. Wskazania do zabiegów pielęgnacji 98
4.3. Karta diagnozy 99
4.4. Mycie włosów i skóry głowy 99
4.5. Mechanizm mycia włosów 100
4.6. Zabiegi pielęgnacyjne dla włosów normalnych 100
4.7. Zabiegi pielęgnacyjne dla włosów suchych i zniszczonych 100
4.8. Zabiegi pielęgnacyjne dla włosów przetłuszczających się 101
4.9. Zabiegi pielęgnacyjne dla włosów po zabiegach chemicznych 101
4.10. Pielęgnacja włosów dziecka 102
4.11. Masaż skóry głowy i jego znaczenie 102
4.12. Przeciwwskazania do wykonywania zabiegów pielęgnacyjnych 103
5. Nietrwałe przekształcenie struktury włosów 103
5.1. Ondulacja wodna 103
5.2. Zakres ondulacji żelazkowej 107
6. Trwałe przekształcenie struktury włosów 110
6.1. Trwała ondulacja 110
6.2. Rodzaje trwałej ondulacji 110
6.3. Charakterystyka preparatów trwale przekształcających włosy 110

6.4. Przeciwwskazania przy wykonywaniu trwałej ondulacji . . . 111
6.5. Etapy trwałej ondulacji . . . 111
6.6. Diagnoza włosów przed zabiegiem trwałej ondulacji . . . 112
6.7. Dobór płynu do trwałej w zależności od rodzaju włosów . . . 112
6.8. Karta diagnozy . . . 112
6.9. Organizacja stanowiska pracy do zabiegu trwałej ondulacji . . . 112
6.10. Przygotowanie włosów do zabiegu . . . 113
6.11. Zasady nawijania włosów na wałki . . . 113
6.12. Sposoby i techniki nawijania włosów na wałki . . . 113
6.13. Aplikacja środka ondulującego . . . 114
6.14. Ustalenie czasu działania płynu i kontrola skrętu . . . 114
6.15. Czynności poprzedzające utrwalanie włosów . . . 114
6.16. Utrwalenie włosów . . . 114
6.17. Zabiegi końcowe . . . 114
6.18. Pielęgnacja włosów po wykonaniu trwałej ondulacji . . . 115
6.19. Sposoby korygowania błędów popełnianych podczas trwałej ondulacji . . . 115
6.20. Zmiany zachodzące we włosach w czasie trwałego przeformowania łodygi włosa . . . 116
6.21. Trwałe chemiczne prostowanie włosów . . . 116
6.22. Dobór preparatów do trwałego chemicznego prostowania włosów . . . 116
6.23. Pielęgnacja włosów po zabiegu chemicznego prostowania włosów . . . 117
6.24. Błędy popełniane podczas zabiegu trwałego prostowania włosów . . . 117
6.25. Trwała stylizacja . . . 117
6.26. Innowacje w zakresie trwałej stylizacji . . . 118
7. Strzyżenie włosów damskich, męskich i dziecięcych . . . 118
7.1. Strzyżenie – pojęcie i cele . . . 118
7.2. Organizacja stanowiska pracy przy strzyżeniu . . . 118
7.3. Narzędzia, przybory i aparaty do strzyżenia włosów . . . 118
7.4. Sposoby strzyżenia włosów . . . 119
7.5. Metody strzyżenia włosów . . . 119
7.6. Planowanie strzyżenia . . . 119
7.7. Etapy strzyżenia . . . 119
7.8. Podział włosów do strzyżenia . . . 119
7.9. Pasmo pamięci, kąty projekcji i linia strzyżenia . . . 120
7.10. Podstawowe techniki strzyżenia włosów . . . 120
7.11. Techniki uzupełniające strzyżeń . . . 120
7.12. Strzyżenie grzywek . . . 121
7.13. Podział strzyżeń męskich . . . 121
7.14. Formy strzyżeń damskich . . . 122
7.15. Podział strzyżeń damskich . . . 122
7.16. Zasady strzyżenia dzieci . . . 123
7.17. Strzyżenie brody i wąsów . . . 123
7.18. Indywidualne cechy klienta a forma zarostu . . . 123
7.19. Korekcja błędów popełnianych podczas strzyżeń . . . 123
8. Techniki zmiany koloru włosów. Rozjaśnianie i farbowanie włosów . . . 124
8.1. Rozjaśnianie włosów . . . 127
8.2. Farbowanie włosów . . . 132
9. Cechy indywidualne klienta a zabiegi zmiany koloru włosów . . . 137
9.1. Analiza kolorystyczna typu urody . . . 137
9.2. Diagnoza kolorystyczna . . . 142
9.3. Różnorodne uwarunkowania doboru koloru włosów . . . 143
9.4. Dobór koloru do faktury i tekstury włosów . . . 144
9.5. Korygowanie wad urody za pomocą koloru włosów . . . 144

10. Układanie włosów 145
10.1. Klasyfikacja uczesań 145
10.2. Style fryzur 146
10.3. Upięcia 146
10.4. Warkocze 146
10.5. Ozdoby i akcesoria do dekoracji włosów 147
11. Przedłużanie i zagęszczanie włosów 147

II. Pisemna część egzaminu zawodowego. Kwalifikacja A.19 Testy egzaminacyjne 148

Test I 148
Test II 157
Test III 165
Test IV 173
Test V 181

III. Praktyczna część egzaminu zawodowego. Kwalifikacja A.19 Zadania z rozwiązaniami 188

Zadanie I 188
Rozwiązanie zadania I 189
Zadanie II 192
Rozwiązanie zadania II 194
Zadanie III 198
Rozwiązanie zadania III 199
Zadanie IV 203
Rozwiązanie zadania IV 205
Zadanie V 210
Rozwiązanie zadania V 211

IV. Pisemna część egzaminu zawodowego. Klucze odpowiedzi do testów 214

Literatura 215
Źródła ilustracji 216