

STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA

Komenského 16, 082 71 Lipany



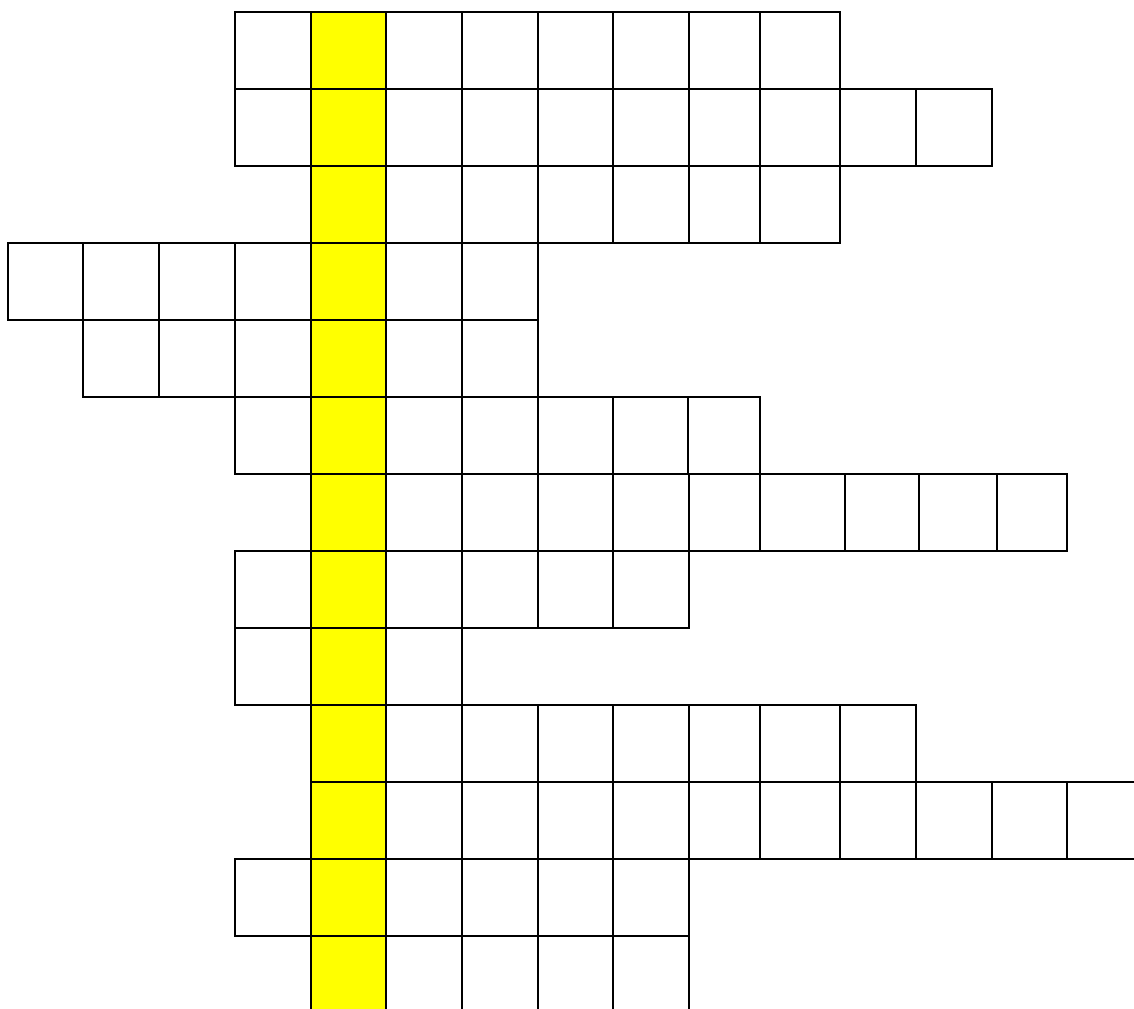
Učebný zdroj pre žiakov z predmetu Technológia

Odbor 6446K kozmetik

I. ročník

Vypracovala: Mgr. Erika Vasočáková

Tematický celok:	Úvod
Cieľ:	Žiak popíše spoločenský význam odboru , vysvetlí ako súvisí estetické cítenie kaderníka s prácou v odbore
Učebné pomôcky:	Pracovný list,učebnica
Ročník:	1.
Osnova:	Predpoklady pre výkon kaderníckeho povolania, vkus a estetické cítenie, spoločenské správanie



1. Po umytí a čiastočnom usušení vlasov nasleduje
2. Prevádzkárňa má /prirodzené a umelé/
3. Fixačný prípravok
4. Osobná a pracovná
5. Náradie na strihanie vlasov
6. Pomôcky na prichytenie nátačok

7. Ondulačné železo
8. Materiál na umývanie vlasov
9. Stylinový prípravok
10. Prívod vzduchu v kaderníctve
11. Prípravok na uhladenie vlasov
12. Nachádzajúce sa na vlasoch-suché a mastné
13. Moderný účes má moderný



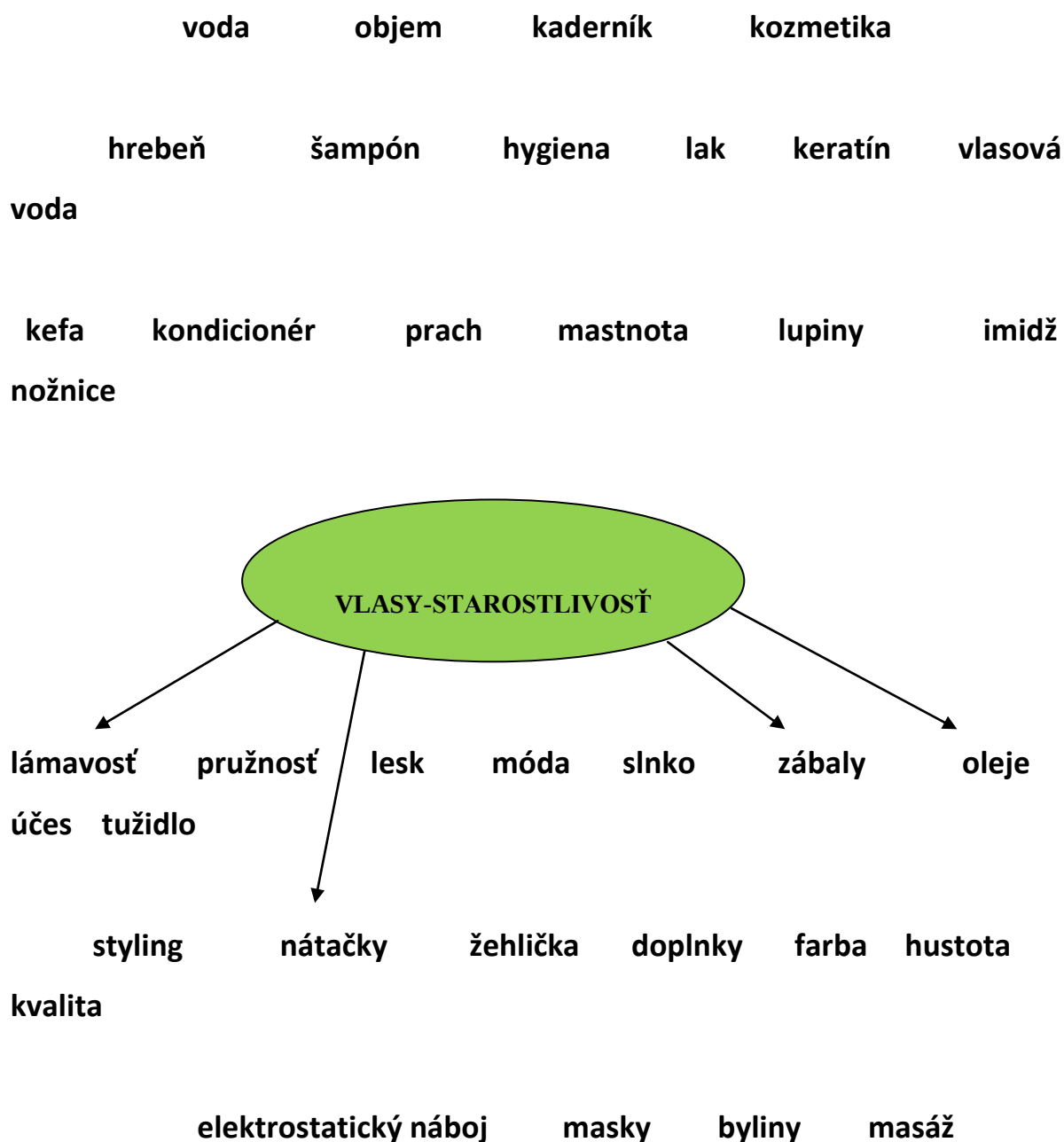
Tematický celok	Starostlivosť o vlasy
Cieľ:	Žiak vymenuje úkony dennej starostlivosti o vlasy.
Učebné pomôcky:	Pracovný list, pojmová mapa
Ročník:	1.
Osnova:	Denná starostlivosť o vlasy. Význam

Pracovný list č.2

Pavúčia pojmová mapa

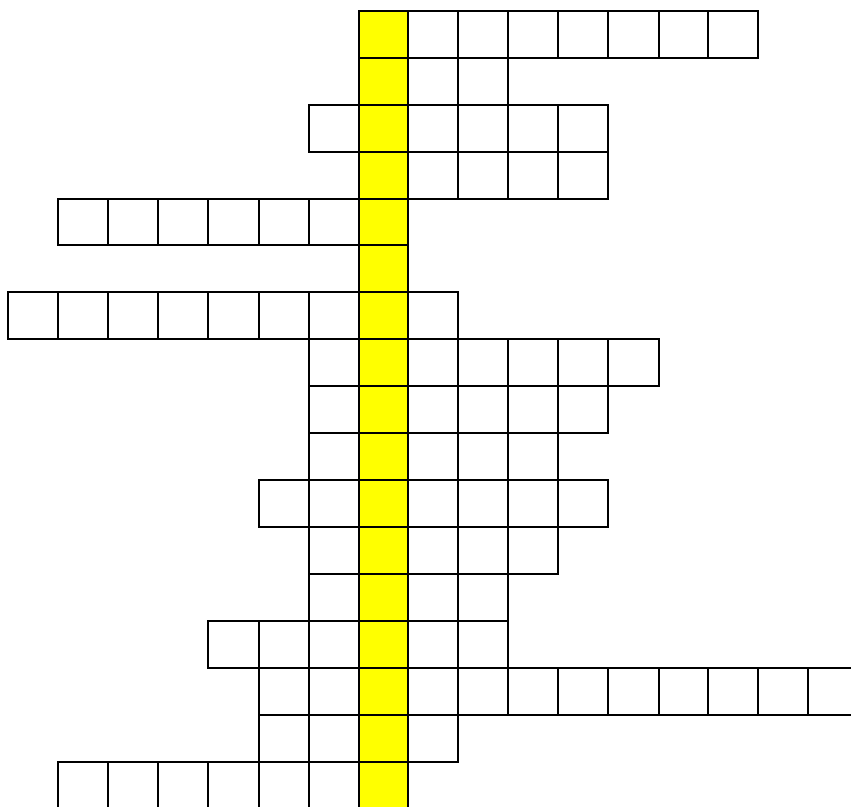
Denná starostlivosť o vlasy. Význam

Doplň šípky.



Pracovný list č.3

Denná starostlivosť o vlasy (doplňovačka)



Legenda k doplňovačke :

1. Prívod vzduchu v kaderníctve
2. Stylingový prípravok
3. Materiál na umývanie vlasov
4. Základ účesu
5. Pomôcka na tvorenie kučier
6. Ochranná bielizeň na strihanie vlasov
7. Náradie na strihanie vlasov
8. Slúži na česanie vlasov
9. Ondulačné železo

10. Pomôcka na spevnenie účesu
11. Vytvárajú vzorkovník
12. Predpokladom kadernického povolania
13. Bielizeň na sušenie vlasov
14. Žiak má a dodržiava v škole
15. Súčasť mokrej časti kaderníctva
16. Dekoratívne prvky účesu



**+ 1700 VLASOV
ZA 3 MESIACE**



Tematický celok:	Strihanie vlasov
Cieľ:	Žiak popíše techniky strihania vlasov
Učebné pomôcky:	Pracovný list, prezentácia
Ročník:	1.
Osnova:	Techniky strihania vlasov, Rozličné techniky preried'ovania vlasov po celej dĺžke.

Pracovný list č.4

Techniky strihania vlasov (osemsmerovka)

E	A	D	O	V	K	E	Č	J	O	R	T	S
C	E	N	E	B	E	R	H	D	N	E	R	T
I	S	Y	T	R	R	A	K	Ž	Ľ	D	E	R
N	I	S	T	I	R	E	I	L	O	G	M	I
Ž	H	E	V	T	E	CH	N	I	K	Y	S	H
O	E	Č	A	V	Á	Z	E	R	Z	A	N	I
N	E	Ú	R	Y	K	N	E	T	Š	Á	L	P

Legenda k osemsmerovke :

- Voda
- Nožnice
- Strojček
- Strih
- pláštenky
- zrezávače
- britvy
- techniky
- golier
- trend
- smer
- hrebene
- dĺžka
- tvar
- účesy

Pracovný list č.5

Pojmové pexeso

Rozličné techniky prered'ovania vlasov po celej dĺžke.

**Prikladáme bočné
partie k temenu
hlavy , pričom sa
určuje dĺžka**

**Používame ju na
stenčenie
končekov vlasov
na temene hlavy,
aj pomocou britvy.**

**ŠÚPAVÁ
ROTAČNÁ
TECHNIKA**

**VRSTEVNATÁ
TECHNIKA**

**Vykonávame
klzávým
spôsobom klzaním
ostria nožníc po
prameni vlasov**

ČIPKOVANIE

**KLZAVÝ
SPÔSOB**

**Prevádzame špičkami
nožníc do tvaru
trojuholníkov po celej
dĺžke. Vzniká niekoľko
dĺžok vlasov
zväčšujúcich objem
účesu.**

**TWISTOVA
TECHNIKA**

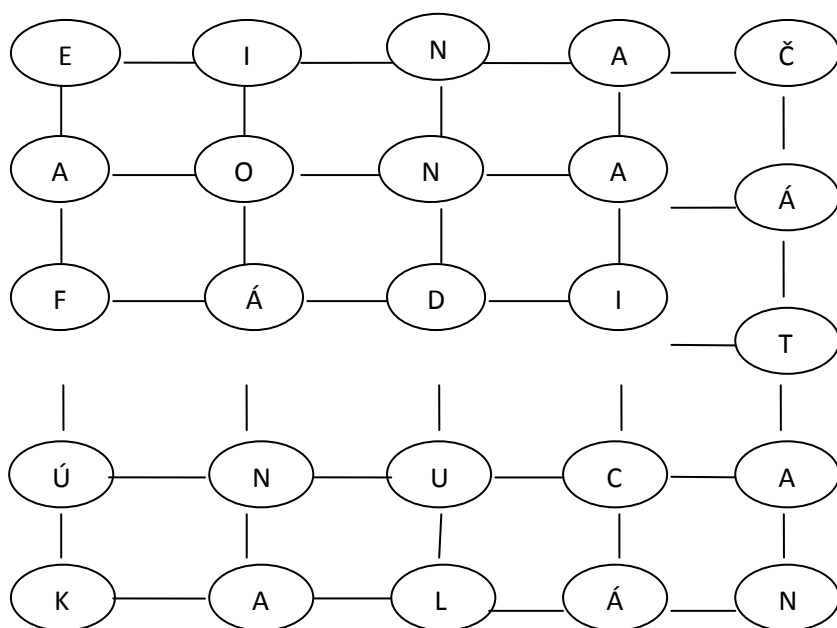


Tematický celok:	Vodová ondulácia
Cieľ:	Žiak definuje výraz ondulácia, ovláda postup a techniky vlasovej ondulácie
Učebné pomôcky:	Pracovný list, prezentácia
Ročník:	I.

Pracovný list č.6

Vodová ondulácia

1. Vyriešte rébus :



2. Vytvorte akrostich na slovo:/ 2 príklady/

V- vlas, vosk, výčes, vytláčanie, vitamíny...

L- lak, lesk, lámavosť...

N- nátačka, novinka, nožnice...

A- agresívny, alergia, antimikrobiálny...

3. Vysvetlite výrazy :

- Fixácia-
- Styling-
- Ondulácia vlasov-
- Hydratovať-
- Expiračná doba-

4. Techniky vodovej ondulácie sú:

- a) umývanie vlasov, strihanie, styling
- b) natáčanie vlasov na nátačky, fúkaná, krúžkovanie vlasov
- c) strihanie, vytláčanie vĺn, krúžkovanie vlasov

5. Natáčanie vlasov na nátačky je vhodné na :

- a) poddajné vlasy
- b) kvalitné a mierne zvlnené vlasy
- c) všetky kvality vlasov

6. Veľkosť-priemer kruhu natáčok alebo kefy volíme podľa :

- a) želania zákazníčky
- b) účesu-požadovaného tvaru a kvality vlasov
- c) účesu-požadovaného tvaru

7. Sušenie vlasov do smeru účesu-fúkaná používame, ak potrebujeme podľa účesu doceliť:

- a) aby vlasy od pokožky smerovali do oblúkov
- b) aby sa od pokožky zdvíhali a potom vlnili
- c) voľný a vzdušný tvar účesu

8. Popíšte dodržiavanie bezpečnostných a hygienických predpisov pri vodovej ondulácii:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

9. Doplňte text :

Vytlačanie do vĺn používame, ak chceme docieľiť..... tvary vĺn, priliehajúcich k hlave. Sušenie vlasov do smeru účesu–fúkanú používame na.....vlasý. vlasov ovplyvňuje výsledok a trvanlivosť účesu. Pri natáčaní oddeľujeme pramene v tvare obdĺžnika tak veľkého, ako je nátačka - šírka prameňa podľa nátačky a hrúbka prameňa podľa..... nátačky. Čas sušenia vlasov závisí od..... a vlasov, ich nasávacej schopnosti a od..... sušiaceho prístroja. Techniky vodovej ondulácie sa môžu navzájom kombinovať, pričom je dôležité, aby prechod medzi časťami tvarovanými odlišnými technikami bol.....



Tematický celok:	Preparácia vlasov
Cieľ:	Žiak vysvetlí princíp chemickej preparácie vlasov a vymenuje preparačné roztoky
Učebné pomôcky:	Pracovný list
Ročník:	1.

Pracovný list č.7

Preparácia vlasov

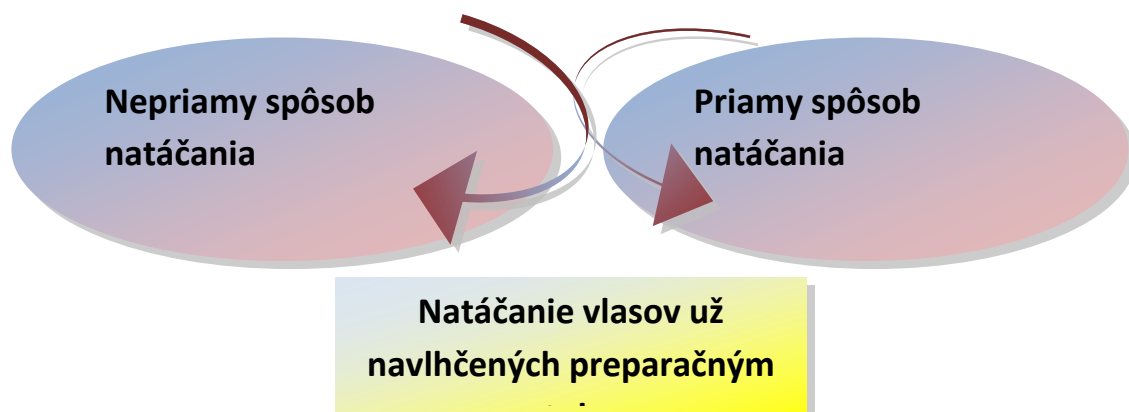
1. Vyberte správnu odpoveď - Chemická preparácia vlasov je :

- A) dočasná tvarová technika úpravy vlasov za mokra
- B) dočasná tvarová technika úpravy vlasov za sucha
- C) trvalé zvlnenie vlasov, ktoré sa dosiahne fyzikálnym a chemickým spôsobom
- D) trvalé zvlnenie vlasov, ktoré sa dosiahne chemickým spôsobom

odpoveď:



2. Priradíte správnu odpoveď a vpíšete ju do oválnych útvarov :



Módne účesy, normálne, citlivé a poškodené vlasy, kratšie

Klasické účesy, zdravé, ťažko preparovateľné vlasy, dlhšie

Preparačný roztok nanesieme
až po natočení vlasov

3. Uveďte a do prázdnych rámečkov vpište v čom spočíva chemická preparácia vlasov:

Fyzikálne pôsobenie

Chemické pôsobenie

Ustaľovanie-fixácia

4. Preparačné roztoky pre ťažko preparovateľné vlasy sa označujú :

- a) 1,N
- b) 2,C, D alebo 3
- c) 0

5. Alkalická zložka preparačného roztoku rozpája :

- a) soľné väzby
- b) sírne väzby
- c) vodíkové väzby

6. Doba pôsobenia preparačného roztoku na poškodených vlasoch :

- a) od 10 do 20 minút, najviac 35 minút, podľa návodu výrobcu
- b) od 5 do 15 minút, najviac 20 minút, podľa návodu výrobcu
- c) do 45 minút, podľa návodu výrobcu

7. Uved'te, ktoré preparačné roztoky okrem alkalických používame na preparáciu vlasov /4

-
-
-
-

8. Doplňte text :

Preparačný roztok volíme podľavlasov, stupňa poškodenia a požadovaného..... Hrubšími natáčkami dosiahnemezvlnenie. Nepriamy spôsob nanášania preparačného roztoku podporuje rovnomernejšie zvlnenie.....dĺžke vlasov. Ustáľovací roztok nanášame od častí smerom hore a



STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA

Komenského 16, 082 71 Lipany



Učebný zdroj pre žiakov z predmetu Dermatológia

Odbor 6456H kaderník

II. ročník

Vypracovala: Mgr. Erika Vasočáková

Tematický celok:	Odfarbovanie vlasov
Cieľ:	Žiak ovláda techniky odfarbovania vlasov, pozná prípravky na to určené
Učebné pomôcky:	Pracovný list, prezentácia
Ročník:	2.

Pracovný list č.8

Odfarbovanie vlasov

1. Odfarbovanie vlasov je :

- a) oxidácia prirodzených farebných pigmentov vo vlasoch
- b) zafarbenie vlasov na svetlejší odtieň
- c) oxidácia vlasového kortexu

2. Z uvedených možností vytvorte správnu kombináciu odpovedí :

Odfarbovanie 9% peroxidom vodíka	A
Odfarbovanie 6% peroxidom vodíka	B

Zosvetlenie vlasov :	
o 1 až 2 stupne a svetlé vlasý	1
o 3 až 4 stupne a stredne tmavé vlasý	2

odpoveď :



3. V kaderníckej praxi sa na odfarbovanie vlasov používajú tieto koncentrácie peroxidu vodíka :

A	30%, 12%, 9 %
B	12%, 6%, 3 %
C	30%, 12%, 3 %



odpoveď :



4. Uved'te 3 zložky, ktoré obsahuje odfarbovací prípravok :



5. Odfarbovací roztok nanášame nakoniec :

- a) na spánky a kontúrne vlasy
- b) na temeni
- c) na zátylku a krku

6. Doplňte text :

Čím sú vlasy viac odfarbené, majú nasávaciu schopnosť a reaktivitu. Majú odolnosť a pružnosť, lámu sa. Oxidácia rozpustného melanínu znamená jeho postupné Odfarbovací roztok pripravujeme pred nanášaním podľa návodu výrobcu, kvality a farby vlasov, želania zákazníčky a požadovaného stupňa

.....Vlasy....., ak sú veľmi poškodené alebo je pokožka v zlom stave. Pri odfarbovaní všetky predpisy o bezpečnosti pri práci a hygiene.



Tematický celok:	Farbenie vlasov
Cieľ:	Žiak ovláda technologické postupy farbenia vlasov
Učebné pomôcky:	pojmové pexeso, pracovný list
Ročník:	2.
Osnova:	Pracovný postup farbenia celých vlasov

Pracovný list č.9

Pojmové pexeso

Pracovný postup farbenia celých vlasov

**Farbenie tmavšími
farbami
a farbenie tón v tóne**

**Farbenie popolavými
a matnými odtieňmi**

**Farbenie ešte
nefarbených vlasov**

**Farbenie červenými
odtieňmi**

**Najskor nanášame tieto
odtiene pri pokožke a na
konce natierame neskôr,
chyťajú najlepšie na
porušených častiach vlasov**

**Farbu nanášame od
pokožky naraz alebo
správnym postupom- vlasy
pri pokožke natierame
nakoniec**

**Vlasy natierame 3cm
od pokožky až po konce
a nakoniec natierame
vlasy pri pokožke**

**Farbu natierame po ich dĺžke
od korienkov po konce,
postupujeme podľa odtieňa
farby a kvality vlasov**

Pracovný list č.10

Farbenie vlasov

1. Chemické oxidačné farbivá sa uchytávajú :

- a) pevne vo vnútri vlasu
- b) aj pod šupinami kutikuly
- c) na povrchu vlasov

2. Približne 50 % kryciu schopnosť na šedivé vlasy majú farbivá :

- a) fyzikálne-krátkodobé
- b) čiastočné prelivy
- c) chemické, dlhodobé, oxidačné

3. Duálna aplikácia farby je:

.....

.....

4. Červené odtiene farieb na vlasy chytajú najviac na :

- a) strednej dĺžke vlasov
- b) koncoch vlasov
- c) vlasoch pri pokožke hlavy

5. Farbu začíname nanášať pri šedivých vlasoch :

- a) tam, kde sú vlasy najviac šedivé
- b) od kontúrnych vlasov
- c) od zadných častí smerom hore a dopredu

6. Napište cinquain na slovo :

FARBA

7. Popíšte podstatu morenia vlasov :

.....

.....

.....

.....

8. K danému číslu farby prirad' te stupeň svetlosti/hĺbku/ a farebný odlesk :

8/45.....

6/00.....

7/75.....

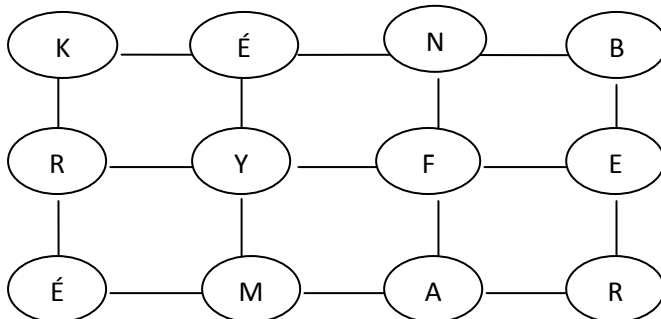
4/56.....

9. Mixovacie odtiene :

- a) majú výšku tónu
- b) sú len odtieňom
- c) nemajú výšku tónu a nie sú odtieňom

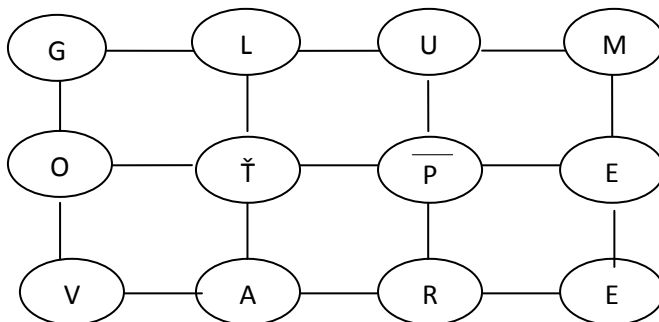
10. Vyriešte rébusy:

a)



a)

b)



b)



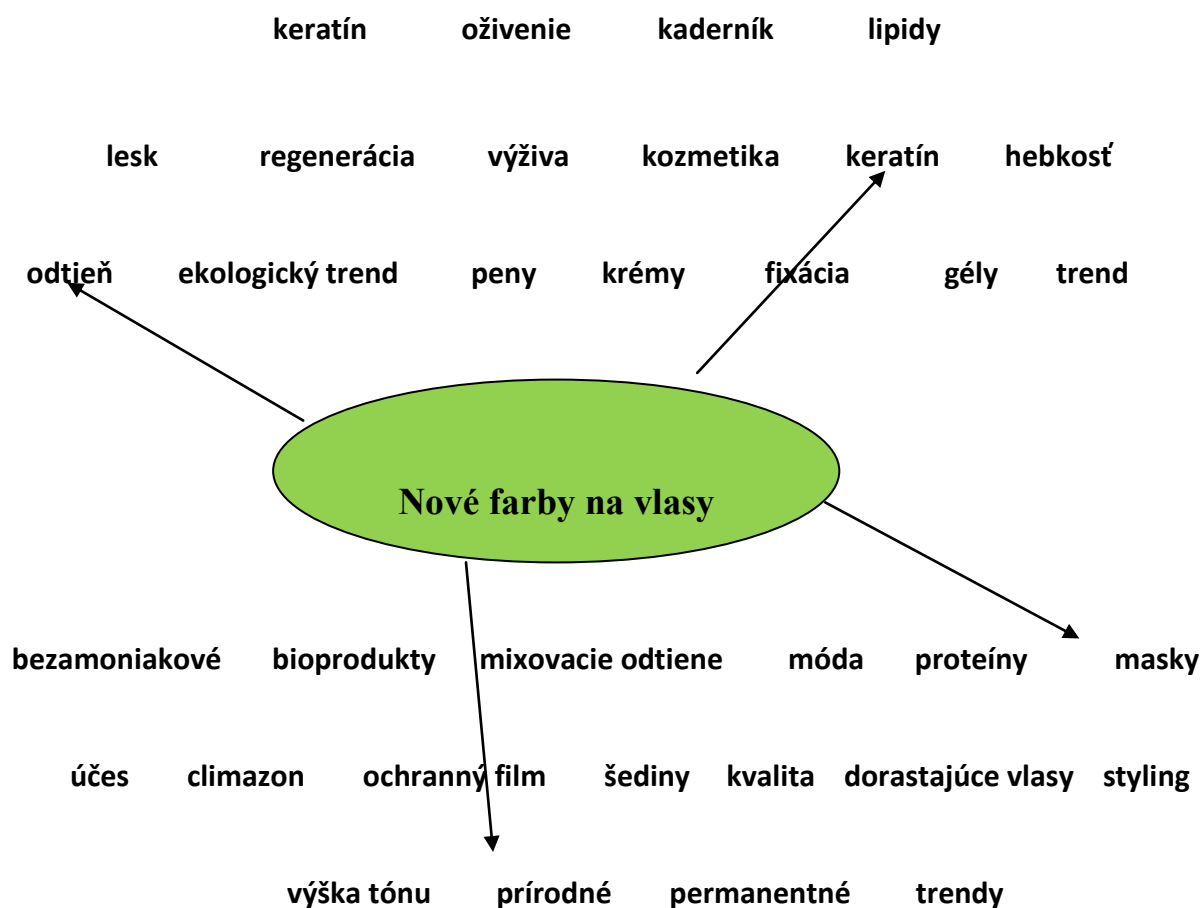
Tematický celok:	Módne smery vo farbení vlasov
Cieľ:	Žiak popíše najnovšie prípravky na farbenie vlasov a vie vysvetlí v čom spočíva ich inovácia
Učebné pomôcky:	Pracovný list,pojmová pavúčia mapa
Ročník:	2.
Osnova:	Nové prípravky na farbenie

Pracovný list č. 11

Pavúčia pojmová mapa

Nové prípravky na farbenie vlasov

Doplň šípky.



Tematický celok:	Ošetrovanie a regenerácia vlasov
Cieľ:	Žiak vymenuje liečivé byliny vhodné na vlasovú regeneráciu a vysvetlí účinky jednotlivých bylín
Učebné pomôcky:	Pracovný list,pojmové pexeso
Ročník:	2.
Osnova:	Liečivé byliny vo vlasovej kozmetike

Pracovný list č.12

Pojmové pexeso

Liečivé byliny vo vlasovej kozmetike

**Prekrvuje pokožku,
podporuje rast vlasov,
vhodná pre mastné
vlasý a lupiny**

**Materina
dúška**

Harmanček pravý

Rebríček obecný

**Má silné dezinfekčné
účinky, ošetruje
pokožku s vyrážkou**

**Žihľava
príhlivá**

**Používa sa na
lámavé vlasý**

**Má protiplesňové
účinky, sťahuje póry,
vhodná pre mastné
vlasý**

Medovka lekárska

**Má liečivé účinky,
pôsobí protizápalovo,
regeneračne,
zosvetľuje**



STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA
Komenského 16, 082 71 Lipany



Učebný zdroj pre žiakov z predmetu Dermatológia
Odbor 6456H kaderník
III. ročník

Vypracovala: Mgr. Erika Vasočáková

Tematický celok:	Dejiny vývoja účesov
Cieľ:	Žiak vymenuje štýly a vývoj účesov v jednotlivých historických obdobiach
Učebné pomôcky:	Pracovný list,obrázkovo-pojmové pexeso
Ročník:	III.
Osnova:	Opakovanie učiva

Pracovný list č.13

Obrázkovo-pojmové pexeso

Dejiny vývoja účesov



Mladé dievčatá nosili vlasy rozpustené a hladké, dámy si ich upevňovali v tyle, nosili vrkoče. Ako ozdoby používali pásiky zo zlata a kvety . Neskôr začali nosiť kužeľovitý čepiec so závojom.



Vlastné vlasy mali čierne alebo farbené henou. Nad čelom si vlastné vlasy česali do ofinky , zdobili korunkou a čelenkou. Na kučeravenie vlasov používali zohriate kovové tyče.



Účesy- hlavičky barokových anjelikov, lokne, vlny plnšie účesy, objav peroxidu vodíka -blond odtiene



Nosili sa účesy s cestičkou uprostred a hladko nahor vyčesanými vlasmi, na spánkoch sa nosili lokne, na temene uzol spletený z dvoch až desiatich prameňov do tvaru korunky. Ozdoby - stuhy, umelé kvety, perá a koráliky.

Móda parochní, nad čelo boli kučery a strapce, vzniká nová móda á la Fontagne. Ako ozdoby sa nosili čepce, stuhy. Účes rástol do výšky. V obliekaní sa nosili sukne - krinolíny

Nosili sa vysoké účesy na podložkách, po bokoch spadali padali na plecía lokne, účesy si ozdobovali kvetmi, perami a stuhami.

Tematický celok:	Náročná účesová tvorba
Cieľ:	Žiak vymenuje vlasové štýly účesov, módne vlasové doplnky ako aj druhy účesov
Učebné pomôcky:	Pracovný list
Ročník:	III.
Osnova:	Opakovanie učiva

Pracovný list č.14

Náročná účesová tvorba

1. Na všetky druhy účesov je dôležitý
2. Šišňony sú vlasové a používajú sa ako na účesy. Zhotovujú sa zo a sa do rozličných

3. **Napište aký druh účesu je zobrazený na obrázku. Zdôvodnite, prečo si myslíte, že ide o tento druh účesu.**



.....

.....

.....

4. **Správne pomenujte kadernícku pomôcku na obrázku a napíšte, na čo sa používa.**



.....

.....

.....

.....

5. Pomenujte jednotlivé vlasové doplnky, ku každému doplnku napíšte, na aký druh účesu by ste ho použili. Svoj výber zdôvodnite.



6. Vysvetlite nasledujúce výrazy spojené s náročnou účesovou tvorbou :

Extravagantný.....

Avantgardný.....

Malovečerné účesy.....

7. Svadobné účesy :

- a) nie je potrebné dopredu vyskúšať
- b) je potrebné aspoň jedenkrát vyskúšať
- c) je potrebné ich vyskúšať, len ak sú veľmi zložité

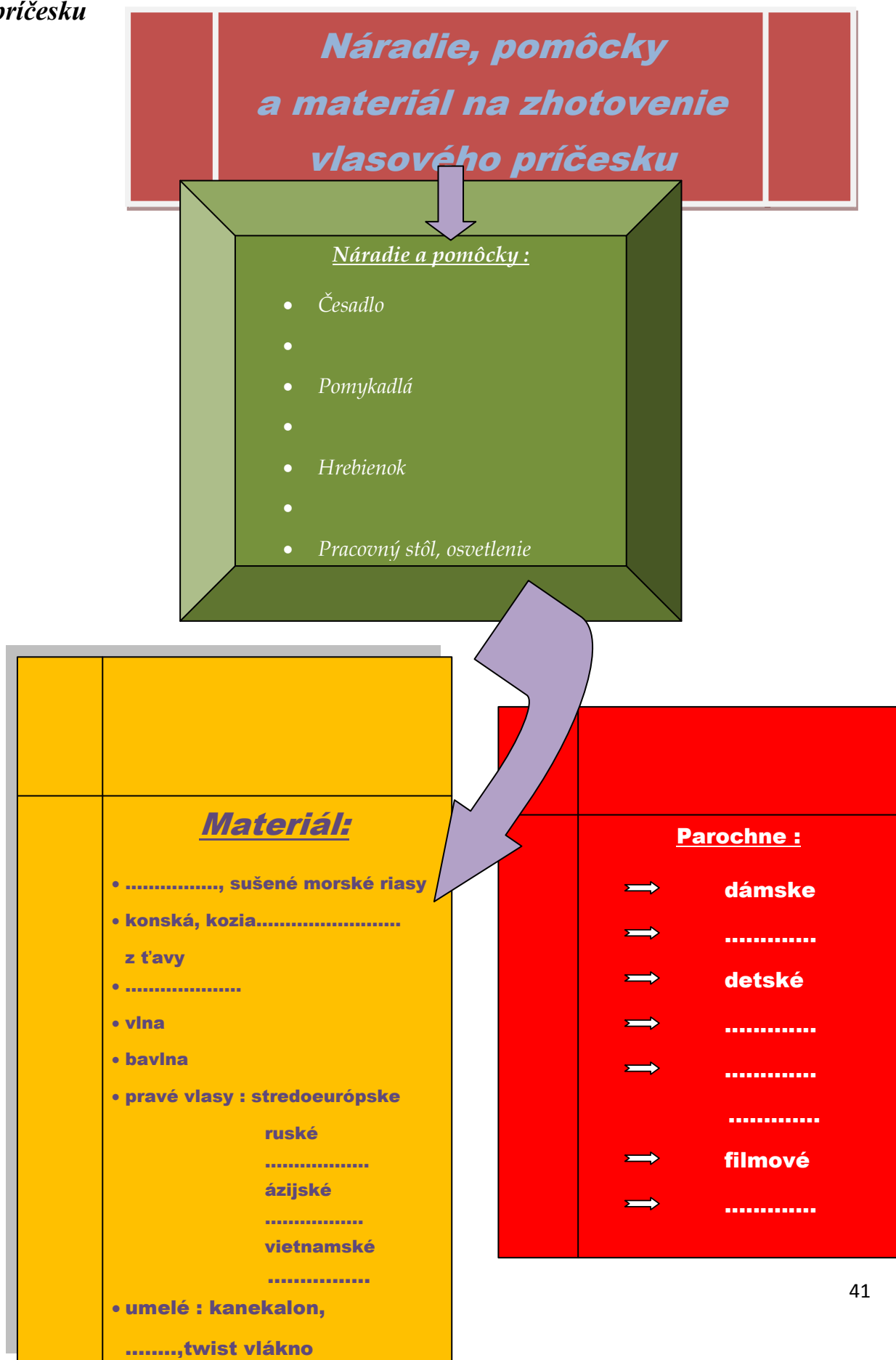
8. Medzi náročné účesy patria :

- a) módne strihy vlasov
- b) chemické úpravy vlasov
- c) účesy z dlhých vlasov

Tematický celok:	Vlasové doplnky
Cieľ:	Žiak vymenuje pomôcky, náradie a materiál na zhotovenie vlasového príčesku
Učebné pomôcky:	Pracovný list
Ročník:	III.
Osnova:	Náradie, pomôcky a materiál na zhotovenie vlasového príčesku

Pracovný list č.15

Vlasové doplnky: Nádrie, pomôcky a materiál na zhotovenie vlasového príčesku



Parochne do postupna



Karnevalové parochne



Parochne z pravých vlasov



Tematický celok:	Základy kozmetickej starostlivosti
Cieľ:	Žiak vymenuje prípravky dekoratívnej kozmetiky a vysvetlí ich význam pri úprave tváre
Učebné pomôcky:	Pracovný list
Ročník:	III.
Osnova:	Prípravky dekoratívnej kozmetiky. Význam kozmetickej starostlivosti. Typy pleti a ich ošetrovanie. Úprava tváre. Denné a večerné líčenie.

Pracovný list č.16

Prípravky dekoratívnej kozmetiky

Pomenujte jednotlivé prípravky dekoratívnej kozmetiky a uveďte ich význam pri úprave pleti :



Pracovný list č.17

Význam kozmetickej starostlivosti

Typy pleti a ich ošetrovanie

Zdravá koža



1. Pospájaj pojmy:

Normolipická pleť	nečistá pleť
Seboroická pleť	suchá pleť
Sebastická pleť	normálne premastená pleť
Dyseboroická pleť	mastná pleť

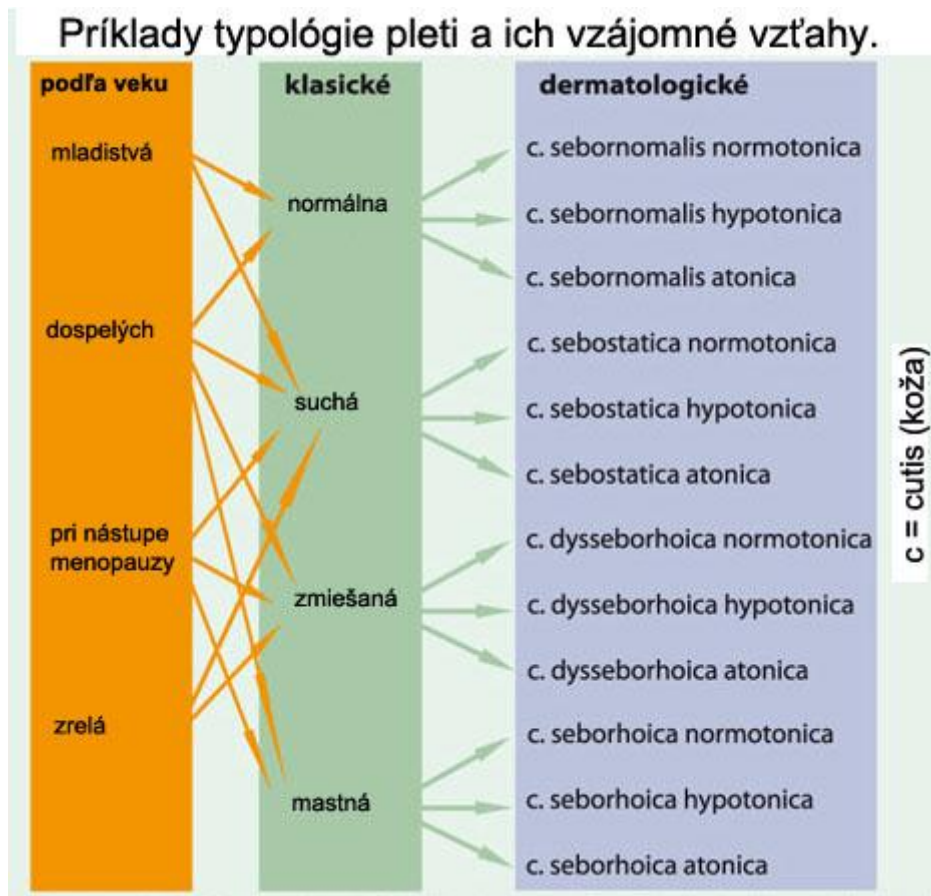
2. Prirad' správne vonkajšie a vnútorné faktory ovplyvňujúce kožu:

Výživa, šport, práca, odpočinok.....

Hormóny, ochorenia, psychika.....

UV žiarenie,drogy,osobná hygiena.....

3. Ku každému typu pleti z obrázku napíš vhodné kozmetické postupy:

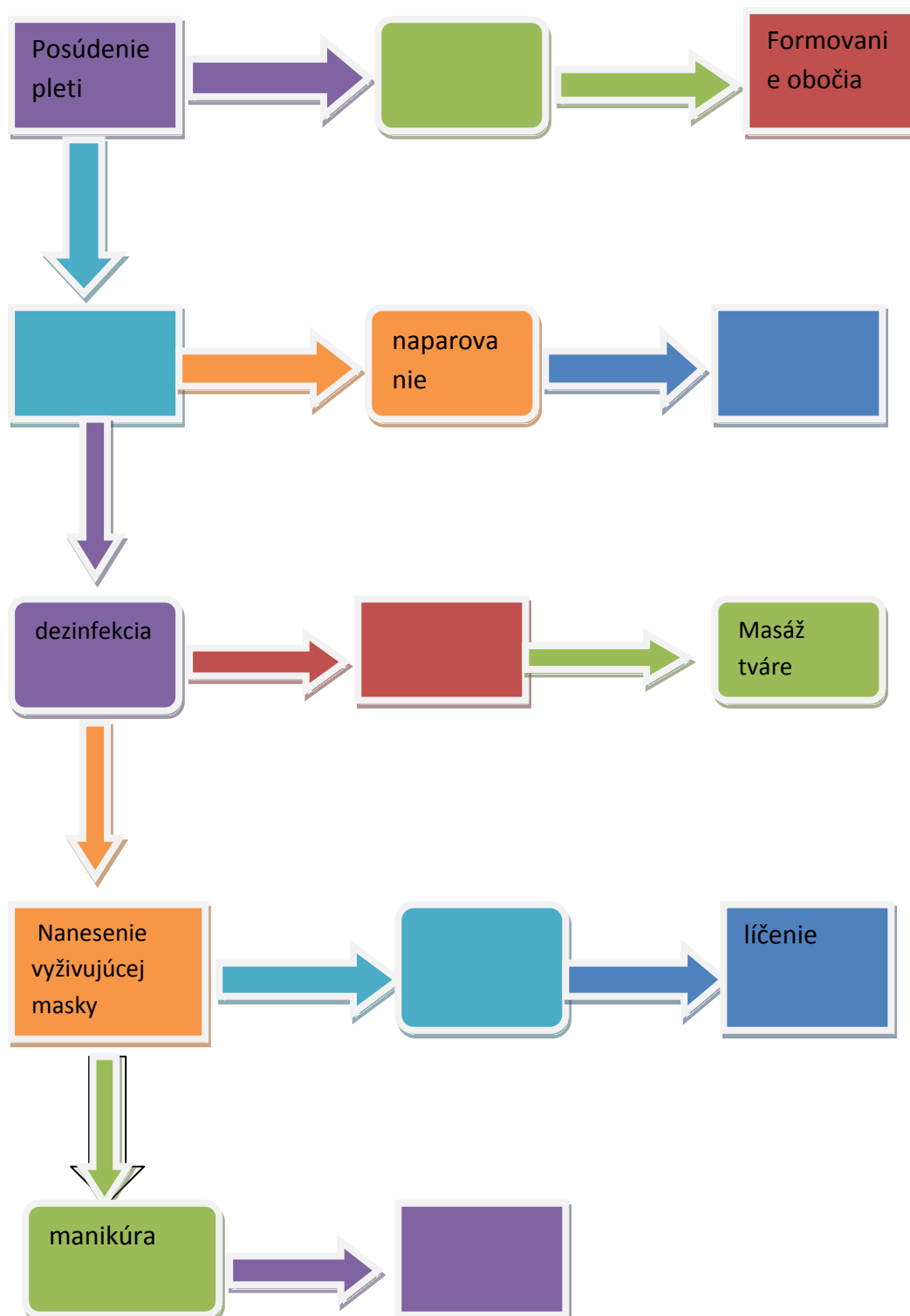


4. K jednotlivým typom pleti v tabuľke doplň kozmetický prípravok na základe vhodnej účinnej látky... (samostatná alebo skupinová práca)



Základné kozmetické postupy

1. Doplň, aké úkony patria medzi základné kozmetické postupy:



Pracovný list č.19

Denné líčenie

1. Doplň jednotlivé kroky denného líčenia: (pomôž si obrázkami)



Krok 1:.....



Krok 2:.....



Krok 3:.....



Krok 4:.....



Krok 5:.....



Krok 6:.....



Krok 7:.....



Krok 8:.....



Jemné denné líčenie



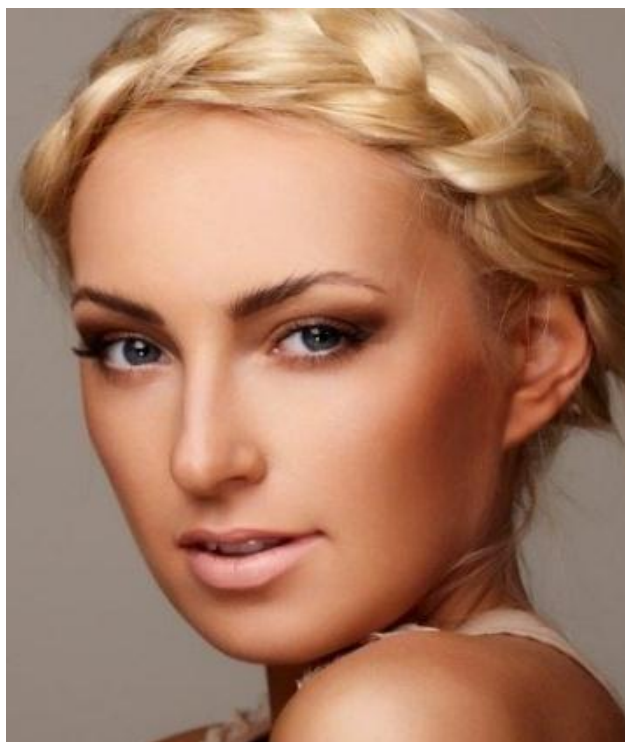
Pracovný list č.20

Večerné líčenie



1. Správne prirad' obrázok k typu líčenia:

a).....



b).....



2. Aké doplnky dekoratívnej kozmetiky slúžia na zvýraznenie očí pri večernom líčení?



.....



.....



Tematický celok:	Starostlivosť o ruky
Cieľ:	Žiak vysvetlí pojem manikúra, typy manikúry a jednotlivé pracovné postupy u všetkých typov
Učebné pomôcky:	Pracovný list
Ročník:	III.
Osnova:	Pracovný postup pri manikúre

Pracovní list č.17

Pracovní postup při manikúře

1. Prepoj šípkami.

Manikúra

suchá

francúzska

leštiť

lakovať

skracovať

Dôležitá

je

kvalita

nechtov

Úprava nechtov



2. Dopln podľa začiatočných písmen za odrážkou, aby ti vzniklo slovo:

- moderný, metóda, masáž, maska, maľovanie
- aktuálnosť, alergia, aplikovať
- nápaditosť, novinka, nožnice, nechty, nalakovať, nadnechtová
- inovovať, iritujúca/látka/
- kozmetika, krém, koreň, kreativita, kvalita, klieštiky, kamienky, kvietky, keratín, krehký
- úspech, úloha, umenie, urobiť
- rozštiepený, rovina, ruka, ryha
- akryl, atraktívny, avantgardný



