МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ»

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
протокол № 49
от «28» августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
директор МАОУ ДО ЦПС
_____Давыдов Д.Г.
Приказ от «28» августа 2026 г.
№ 01-04-296

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«МАНИКЮРНЫЙ СТАРТ»

Направленность: социально-гуманитарная
Уровень: стартовый (ознакомительный)
Возраст обучающихся: 9-13 лет
Срок реализации: 1 год (72 часа)

Авторы:
педагог дополнительного образования
Медведева Елена Леонидовна,
методист
Дозорова Кристина Леонидовна

Красноярск 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Маникюрный старт» социально-гуманитарной направленности ориентирована на творческое, эстетическое, духовно-нравственное развитие обучающихся, создание основы для приобретения им опыта по созданию объектов ногтевого искусства; развитие мотивации личности обучающихся к познанию и творчеству; создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности.

Нормативные правовые документы, на основании которых разработана дополнительная общеобразовательная программа**:**

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 08.03.2026) «Об образовании в Российской Федерации;

- Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации причиняющий вред их здоровью и развитию» (с изменениями от 29.12.2025, вступил в силу 29.12.2025);

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (в редакции Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 30.08.2024 № 10, вступил в силу 01.03.2025);

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. № 678-р, с изменениями на 15.05.2023));

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 (ред. от 21.04.2023) «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Постановление правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых и образовательных потребностей»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (новая редакция 2025г.);

- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения дистанционных образовательных технологий»);

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 "О методических рекомендациях" (вместе "Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ");

- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»;

- Методические рекомендации Регионального модельного центра дополнительного образования детей Красноярского края по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 2025 г.

- Устав, локальные акты МАОУ ДО ЦПС.

Новизна и актуальность

Новизна программы заключается в том, что в процессе творческой деятельности обучающиеся получают первоначальные практические навыки и теоретические знания профессии мастера маникюра. Программа способствует профессиональной ориентации личности обучающегося, а также развитию его интеллектуальных и коммуникативных способностей. В основе обучения лежит индивидуально-групповая форма работы, позволяющая подходить к каждому обучающемуся дифференцированно, с учётом возрастных и психологических особенностей. Образовательный процесс построен на основе практико-ориентированного подхода.

Актуальность программы обусловлена комплексом факторов. Во-первых, она отвечает запросу современных школьников на раннюю профессионализацию: желание попробовать себя в востребованной и творческой профессии мастера маникюра. Во-вторых, программа решает проблему профессионального самоопределения: позволяя пройти полный цикл работы (от обработки инструмента до дизайна), обучающийся формирует реалистичное представление о своих склонностях, физической выносливости и психологической совместимости с профессией. Таким образом, практическая деятельность помогает дать адекватную оценку своим возможностям, скорректировать профессиональные предпочтения.

Отличительной особенностью программы «Маникюрный старт» является индивидуальный подход к каждому учащемуся. Начать обучение можно

с нуля, то есть, не имея никаких навыков в этой профессии или повысить свою квалификацию. Не имеет значения начальный уровень подготовки, главное – желание, усидчивость и терпение. Базовые занятия по покрытию ногтей станут отправной точкой и фундаментом для развития и накопления профессионального опыта в этой сфере. Большая часть занятий уделяется практике. Такая организация занятий помогает обучающимся в реальной рабочей обстановке перенимать знания и умения мастера, на собственном опыте узнавать существующие требования современных клиентов.

Адресат программы

Программа рассчитана на детей 9-13 лет. Именно в этом возрасте у ребят появляется стремление к позитивной самооценке и развивается потребность в творческой деятельности, стремление к самовыражению через творчество и реализацию своей фантазии.

В группы принимаются все желающие обучаться по программе.

Наполняемость групп – до 8 человек.

В состав групп могут входить дети разных возрастов и разного уровня подготовки благодаря вариативным и адаптированным заданиям.

Система набора детей на обучение не предполагает наличия каких-либо обязательных знаний.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 72 часа и реализуется в течение одного учебного года.

Формы обучения

Форма обучения: очная.

Режим занятий

Общая недельная нагрузка составляет 2 часа. Учащиеся посещают занятия согласно установленному расписанию один раз в неделю. Продолжительность одного занятия 2 академических часа с перерывом в 10 минут. Один академический час равен 45 мин.

Продолжительность и режим занятий соответствует санитарным нормам и требованиям безопасности.

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цель: приобретение учащимися знаний в области ногтевого сервиса, познакомить с профессией мастера маникюра.

Задачи:

Образовательные:

- освоить основные навыки владения инструментом для выполнения маникюра, моделирования ногтей и санитарным требованиям к ним;
- изучить методы и технологии выполнения маникюра и моделирования ногтей;
- ознакомиться со способами выполнения современного дизайна на ногтях.

Развивающие:

- развивать художественные и творческие способности обучающихся;

- формировать навыки соблюдения гигиенических требований при выполнении маникюра;

- развить внимательность, усидчивость и требовательность к качеству выполняемой работы;

- формировать навыки самостоятельного получения новых знаний в области ногтевого сервиса.

Воспитательные:

- содействовать профессиональному самоопределения по профессии «мастер маникюра»;

- содействовать воспитанию эстетического вкуса, творческого мышления, критического отношения к своей работе.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	**Тема 1**. Вводный инструктаж ТБ и ПБ. Первичный инструктаж на рабочем месте. Введение. Виды услуг, правила обслуживания.	2	2	-	Фронтальный опрос, решение ситуационных задач (кейсов) по ТБ), педагогическое наблюдение.
2.	**Тема 2.** История возникновения и развития искусства маникюра. Средства для маникюра, применяемые в разные времена. Инструменты и приспособления. Стерилизация и дезинфекция.	6	4	2	Беседа, устный опрос, наблюдение, оценка выполнения практических работ.
3.	**Тема 3.** Основы анатомии и физиологии кожи и ногтей. Виды маникюра.	10	2	8	Анализ ситуаций (подбор ухода/вида миникюра), проверка конспектов-схем, выполнение диагностической карты.
4.	**Тема 4.** Отработка практических навыков выполнения видов маникюра.	24	6	18	Беседа, устный опрос, наблюдение, оценка выполнения практических работ.
5.	**Тема 5.** Дизайн ногтей.	24	4	20	Творческая работа (разработка авторского дизайна)
	Итоговое занятие	2	2	-	Беседа, устный опрос.
	Итого:	72	22	50	

3.2 Содержание программы

Тема 1. (2 часа)

Вводный инструктаж ТБ и ПБ. Первичный инструктаж на рабочем месте. Виды услуг, правила обслуживания

Теория. Инструктаж по правилам и нормам безопасности труда в учебных мастерских. Первичный инструктаж на рабочем месте. Представление программы «Маникюрный старт».

Форма контроля. Фронтальный опрос, решение ситуационных задач (кейсов) по ТБ), педагогическое наблюдение.

Тема 2. (6 часов)

История возникновения и развития искусства маникюра. Средства для маникюра, применяемые в разные времена. Инструменты и приспособления. Стерилизация и дезинфекция

Теория. История возникновения и развития искусства маникюра. Развитие искусства маникюра по эпохам. Дизайн и его роль в искусстве. Достоинства и недостатки в разные времена. Средства для маникюра, применяемые в разные времена. Дезинфицирующие средства: химические и физические. Личная гигиена мастера.

Практика. Демонстрация инструментов для маникюра: разновидности пилочек, апельсиновая палочка, маникюрные ножницы, ванночка для маникюра и т.д. Отработка методов стерилизации инструментов.

Форма контроля. Беседа, устный опрос, оценка выполнения практических работ.

Тема 3. (10 часов)

Основы анатомии и физиологии кожи и ногтей. Виды маникюра

Теория. Физиология кожи: сальные железы, потовые железы. Функции и типы кожи. Цвет кожи. Регенерация кожи. Ногти: строение, цвет, функции. 13 Анатомия и физиология ногтя. Основные аспекты роста ногтей. Анатомическое строение ногтей. Заболевания ногтей. Форма ногтей. Характеристика европейского, классического, комбинированного и других видов маникюра. Подготовительные и заключительные работы. Этапы выполнения. Характеристика европейского, классического, комбинированного и других видов маникюра. Подготовительные и заключительные работы. Этапы выполнения.

Практика. Запил формы ногтей (на типсах) четырехугольной, миндалевидной, заостренно - треугольной. Выполнение гигиенического маникюра.

Форма контроля. Анализ ситуаций (подбор ухода/вида миникюра), проверка конспектов-схем, выполнение диагностической карты.

Тема 4. (24 часа)

Отработка практических навыков выполнения видов маникюра

Теория. Характеристика комбинированного, классического (обрезного) и европейского (необрезного) маникюра. Подготовительные и заключительные работы. Этапы выполнения. Плюсы и минусы каждого маникюра. Необходимые инструменты для его выполнения. Технология выполнения 3 видов маникюра

Практика. Отработка классического (обрезного) и европейского (необрезного) маникюра.

Форма контроля. Беседа, устный опрос, оценка выполнения практических работ.

Тема 5. (24 часа)

Дизайн ногтей

Теория. Дизайнерские направления в маникюре. Средства (кисти, штамп, спонж, типсы) и материалы (лак) для дизайна. Роспись ногтей, способы, технология выполнения. Дизайн ногтей и его виды.

Практика. Выполнение дизайна ногтей различными способами, заложенными программой.

Форма контроля. Творческая работа (разработка авторского дизайна)

Итоговое занятие. (2 часа)

Подведение итогов.

3.3 Планируемые результаты

Личностные результаты:

- сформирована потребность соблюдать правила техники безопасности и личной гигиены;
- умение выполнять учебные действия, использовать фантазию, воображение при выполнении учебных действий;
- сформирована готовность к разрешению проблем, социальному взаимодействию, отстаиванию своей точки зрения.

Метапредметные результаты:

- знание основных санитарно-гигиенических требований и медицинских противопоказаний;
- соблюдение правил гигиены труда;
- сформированы умения ухаживать за руками и ногтями, выполнять различные виды маникюра;
- готовность к самостоятельной работе, разработке идеи и её реализации.

Предметные результаты

В результате освоения программы обучающиеся должны знать:

- правила безопасности труда, правила пожарной безопасности, правила работы с электроинструментами, режущими инструментами;
- инструменты и приспособления для выполнения работ по образовательной программе;
- основы ухода за руками и ногтями;
- правила пользования маникюрным инструментом;
- приемы выполнения видов маникюра;
- различные варианты выполнения дизайна ногтей.

Должны уметь:

- рационально организовывать свое рабочее место;
- работать с оборудованием, маникюрными инструментами;
- творчески подходить к выполнению работы;
- ухаживать за кожей рук и ногтей;
- создавать индивидуальные дизайны;
- оценивать свои профессиональные интересы и склонности к изучаемым видам трудовой деятельности, составлять жизненные и профессиональные планы.

Планируемые результаты помогут учащимся не только в повседневной жизни, но и дадут представление о профессии мастера маникюра, помогут в выборе дальнейшего профессионального пути.

4. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

4.1 Календарный учебный график

Год обучения	Начало занятий	Окончание занятий	Количество учебных недель	Кол-во учебных часов в неделю	Кол-во учебных часов в год	Промежуточная аттестация обучающихся
1 год	сентябрь	май	36	2	72	декабрь, май

4.2 Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение занятий

1.Кабинет для проведения теоретических занятий на 10 учебных мест.

2.Кабинет для проведения практических занятий.

3.Стеллажи для книг и документов.

4.Таблицы, схемы, рисунки и информационные материалы по различным темам программы.

Специальное оборудование:

- компьютер;
- колонки;
- доска;
- столы для выполнения маникюра;
- лампы настольные для маникюра.

Инструменты, приспособления: пилки, кусачки, бафф, кисти, типсы и т.д.

Дидактический материал: иллюстрации; образцы работ; презентации. В мастерской накоплен достаточный объем материалов для осуществления учебного процесса:

- подборка учебных пособий, журналов и статей на тему красоты и здоровья;
- конспекты учебных занятий: «Гармония цвета», «Какой цвет вам к лицу»; «Изучение внешних данных» и пр.;
- инструкционные карты;
- раздаточные материалы: шаблоны для зарисовок, рабочие бьюти-тетради, флаеры о косметической продукции и пр.;
- справочник о продукции и словарь терминов;
- мультимедийные презентации к занятиям;
- цветовой круг, цветовые карты и наборы цветных лоскутов для определения цветотипа внешности.

Средства для санитарии и гигиены: вата, бинт, лейкопластырь.

Расходные материалы: лак для ногтей, крем для рук, декоративные средства для дизайна, средства, применяемые при различных видах маникюра.

Технические средства обучения: ПК.

Информационное обеспечение

1. «Дезинфекция и стерилизация инструментов для маникюра»; https://odiva.ru/news/master_classes/dezinfektsiya-i-sterilizatsiya-instrumentov-dlya-manikyura/?srsltid=AfmBOoqVe55Vnn_BLmCBOEsmIu_aYTuoKNjjBymCdpaaWT2UQPtOE_CH

2. Видеоурок «Домашний маникюр»; https://dtf.ru/eddu/2962059-30-luchshih-onlain-kursy-po-manikyuru-obzor-besplatnye

3. Видеоподборки «Яркие идеи маникюра»;

https://t-j.ru/homemade-manicure/?utm_referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F

4. «Виды техники маникюра».

https://ru.pinterest.com/pin/1372197386101039 3/

https://xn--b1acd3aibadcc7a8h.xn--p1ai/articles/tekhniki_manikyura_opisanie_i_osobennosti/

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим опыт работы в данной сфере с детьми не менее года, образование – высшее, профильное, педагогическое.

4.3 Формы аттестации и оценочные материалы

Педагог дополнительного образования осуществляет персонифицированный учет результатов освоения обучающимися общеразвивающей программы по итогам текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль обучающихся осуществляется педагогом по каждой изученной теме. Содержание материала текущего контроля определяется педагогом на основании содержания программного материала. Форма контроля указывается в итоговом занятии по теме в разделе «Содержание программы».

Фиксация результатов текущего контроля осуществляется персонифицировано в отслеживании динамики результатов и степени освоения образовательной программы.

Промежуточная аттестация - это установление уровня освоения отдельной части объёма образовательной программы.

Промежуточная аттестация осуществляется:

- по итогам первого полугодия в декабре (конкретная дата указывается в рабочей программе согласно приказу администрации образовательного учреждения);
- по завершении изучения всего объёма дополнительной общеобразовательной программы в мае (форма проведения промежуточной аттестации указывается в итоговом занятии, завершающем обучение по программе в разделе «Содержание программы»).

Промежуточная аттестация оценивается и фиксируется по уровням:

- низкий уровень – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях;
- средний уровень – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок;
- высокий уровень – программный материал усвоен обучающимся полностью, обучающийся имеет высокие достижения.

Фиксация результатов осуществляется персонифицировано в диагностике результативности освоения дополнительной общеобразовательной программы обучающимися.

Контроль знаний, умений и навыков обучающихся

На всех этапах обучения основной формой аттестации является практическая деятельность.

4.4. Методические материалы

Методическое обеспечение программы

Процесс достижения поставленных целей и задач программы осуществляется в сотрудничестве обучающихся и педагога. При этом реализуются различные методы осуществления целостного педагогического процесса. Метод организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, анализ и т.д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстраций, показ (исполнение) педагогом, работа по образцу и др.);
- практический (расчесывание, завязывание «хвостика», плетение косы и др.)

Методы уровня деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный - дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный - учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- частично-поисковый - участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;
- исследовательский - самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы воспитания:

- беседы;
- метод примера;
- создание воспитательных ситуаций;
- конкурсы, поощрение, наблюдение, анализ результатов.

Выбор метода обучения зависит от содержания занятия, уровня подготовки и опыта обучающихся.

Формы обучения

Формы организации занятий: коллективная, групповая, работа в парах, индивидуальная.

Формы проведения занятий: беседа, творческая мастерская, мастер-класс, презентация, практическое занятие.

5. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы, рекомендованный педагогам

1. Барышникова Т. Стрижки. Прически. Макияж. Маникюр. – М.: Издательство Эксмо, 2006.

2. Букин Д. Сивогривова О. Фитнес – маникюр. Дизайн на коротких ногтях. – Ростов – на – Дону «Феникс» - 2009.

3. Буйлова Л.Н., Кочнева С.В. Организация методической службы учреждения дополнительного образования. – Гуманитарный издательский центр, Москва, 2001

4. Карелина А.А. Психологические тесты. [Текст] / Под ред. А.А. Карелиной: В 2 т.- П86 М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2003.

5. Назарова Т.П. Научно-методическая деятельность учителя: методические исследования, технологические находки/авт.-сост. [Текст] / Т.Н.Назарова. - Волгоград: Учитель, 2011.

6. Пряжников Н.С. Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники:8- 11 классы, ПТУ и колледж. - М.:ВАКО,2008.-288с. [Текст] / (Педагогика. Психология. Управление).

7. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие. – 3-е изд. – М.: Генезис, 2009.

Литература, рекомендуемая для обучающихся

1. АхабаДзе Д.Ф., Васильева М.С. Пособие для мастеров по маникюру и педикюру. - Издательство: ModeRox, 2018 - 62 с,;

2. Бойко Е. искусство маникюра. Наглядно и просто. - Москва,20|9, _ |24 с,;

3. Букин,Щ.С. Вечерний и свадебный маникюр. - Ростов на Дону: Феникс, 2018, -94 с,;

4. Зеленова Г.С., Дизайн и роспись ногтей. - 2018, _ 143 с,;

5. Зеленова Г.С. Современный маникюр. - М: ЗАО Оле Хаус , 2019, -228 с",

6. Мальцева Е. Дизайн ногтей. - Студия >, Санкт-Петербург, 2018, - |37 с.

Приложение 1
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Маникюрный старт»

Используются проверочные вопросы, тестовое задание, решение кроссворда.
Проверочные вопросы

Карточки/Ситуации:

1. Сухая кожа и трещины. Что ты посоветуешь?

Ответ: Это состояние (ксероз) часто вызвано потерей влаги и защитного липидного слоя.

Причины: Холодный воздух, частый контакт с водой и бытовой химией, нехватка витаминов А и Е.

Советы: Используйте эмоленты и плотные кремы с мочевиной или салициловой кислотой для смягчения ороговевших участков.

-Всегда надевайте перчатки при уборке и в холодную погоду.

-Для заживления трещин можно использовать мази с декспантенолом.

2. Ногти расслоились - что это может значить?

Ответ: Расслоение (онихолизис или онихорексис) — это нарушение структуры ногтевой пластины. Что это значит: Дефициты: Нехватка минералов (кальция, фосфора), биотина (витамин В7) и белка кератина. Здоровье: Может быть признаком проблем с щитовидной железой, ЖКТ или последствием вирусных инфекций. Внешние факторы: Травмы, неправильное снятие гель-лака, агрессивные моющие средства.

3. Появились белые пятна — что это такое? (Лейконихия)

Ответ: Вопреки народным приметам, это чисто медицинское явление, связанное со сбоем в процессе ороговения. Травмы: Самая частая причина (удары, защемления), из-за которых в слоях ногтя образуются пузырьки воздуха.Нехватка элементов: Чаще всего указывают на дефицит цинка, кальция или железа.Инфекции: В редких случаях — начальная стадия грибка.

4. Ломкость ногтей. Что предпринять?

Ответ: Если ногти постоянно ломаются, им не хватает гибкости и прочности. Питание: Добавьте в рацион продукты, богатые кремнием, кальцием и биотином (печень, яйца, орехи, молочные продукты, кунжут). Укрепляющие ванночки: Масляные ванночки (оливковое, касторовое, жожоба) или желатиновые маски помогают напитать пластину. Уход: Попробуйте процедуру «запечатывания» ногтей воском или лечебные покрытия. Обследование: Если проблема не проходит, стоит сдать анализы на уровень железа (ферритин) и гормоны щитовидной железы

Тест «Мастер маникюрного дела»

Блок 1: Санитарные нормы и дезинфекция

1. В какой последовательности проводится обработка многоразового инструмента?

А) Стерилизация -Промывка -Дезинфекция

Б) Дезинфекция-ПСО (предстерилизационная очистка) - Стерилизация

В) Ополаскивание водой - Стерилизация

2. Какое время и температура считаются стандартом для стерилизации в сухожаровом шкафу?

А) 100°С — 30 минут

Б) 180°С — 60 минут

В) 220°С — 15 минут

3. Можно ли использовать крафт-пакет, если индикатор на нем не поменял цвет после сухожара?

А) Да, если инструмент внутри выглядит чистым

Б) Нет, это означает, что стерилизация не удалась

Блок 2: Анатомия и болезни ногтей

4. Как называется корень ногтя, где происходит деление клеток и формируется ногтевая пластина?

А) Лунула

Б) Гипонихий

В) Матрикс

5. Что такое онихолизис?

А) Расслоение свободного края

Б) Отслоение ногтевой пластины от ногтевого ложа (появление пустоты)

В) Грибковое поражение ногтя

6. Живая кожа под свободным краем ногтя, которую нельзя травмировать (может вызвать кровотечение):

А) Кутикула
Б) Гипонихий
В) Птеригий

Ответы для проверки:
Б (Дезинфекция всегда идет первой, чтобы «убить» вирусы перед очисткой).
Б (180 градусов на 60 минут — классический режим).
Б (Индикатор — главный показатель стерильности).
В (Матрикс — «сердце» ногтя).
Б (Пустота под ногтем).
Б (Гипонихий защищает ногтевое ложе от инфекций).

Базовые знания (Анатомия и Санитария)

1. В чем разница между стерилизацией и дезинфекцией?

Ответ: Дезинфекция уменьшает количество микробов, стерилизация полностью уничтожает все микроорганизмы и их споры.

2. Что такое гипонихий и почему его нельзя подрезать?

Ответ: Это живая кожа под свободным краем ногтя. Она защищает ногтевое ложе от инфекций; повреждение вызывает боль и кровотечение.

3. Где находится «точка впрыска» (матрикс) и что будет при его повреждении?

Ответ: Находится под задним кожным валиком. Повреждение ведет к необратимой деформации ногтя.

4. Как проверить, годен ли крафт-пакет после сухожара?

Ответ: По цвету индикатора (должен измениться на коричневый/бежевый в зависимости от типа пакета) и целостности швов.

Таблица проверки уровня усвоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Маникюрный старт»

Фамилия, Имя обучающихся	Санитария и гигиена (нормы СанПиН)	Анатомия ногтей и кожи	Технология выполнения (виды маникюра)	Виды дизайна