

NỘI DUNG ÔN THI TỐT NGHIỆP BẠC TRUNG CẤP

NGÀNH: TẠO MẪU VÀ CHĂM SÓC SẮC ĐẸP

I/ MÔN THI LÝ THUYẾT NGHỀ

A. MÔN SINH LÝ HỌC:

1. Hệ thống nội cân bằng , Thần kinh tự quân và homeostasis,
2. Quan hệ giữa tính năng Nội cân bằng và Hệ miễn dịch.
3. Hệ thống nội tiết và homeostasis
4. Stress,và mối liên quan giữa Stress và tính năng Nội Cân bằng
5. Con người là gì, việc hình thành cơ thể
6. Tế bào, tổ chức, cơ quan, hệ cơ quan.
7. Hệ miễn dịch, Miễn dịch tự nhiên - Miễn dịch tập nhiễm. Sự bất thường của miễn dịch
8. Phác thảo về xương
9. Bộ xương.
10. Phác thảo về cơ bắp , cơ bắp toàn thân các cơ bắp của phần đầu
11. Các cơ bắp chính trên cơ thể, bắp thịt cánh tay, chân
12. Phác thảo về Hệ thần kinh, Hệ thần kinh trung ương
13. Cơ cấu cột sống và các dây thần kinh ngoại vi
14. Lộ trình truyền đạt của dây thần kinh.
15. Phác thảo về cơ quan cảm giác (Da~Xúc giác,Mắt~Thị giác)
16. Lỗ tai~Thính giác,Cân bằng cảm giác (Mũi~Khứu giác,Lưỡi~vị giác).
17. Sơ lược về hệ cơ quan tiêu hóa
18. Hàu, thực quản, dạ dày, gan
19. Ruột non, ruột già, hậu môn
20. Sự hô hấp, khí quản
21. Phổi
22. Sơ lược về hệ thống tuần hoàn, Tim mạch
23. Hệ bạch huyết
24. Thành phần và chức năng máu, các loại huyết cầu
25. Sơ lược về cơ quan nội tiết (tuyến yên, tuyến giáp, tuyến cận giáp, tuyến tụy, tuyến thượng thận)
26. Tuyến sinh dục, Thận và hệ thống bài tiết
27. Niệu, bàng quang, niệu đạo
28. Bộ phận sinh dục nữ, sự mang thai, sinh sản.
29. Bộ phận sinh dục nam.

B. MÔN SINH LÝ DA:

1. Cấu tạo bề mặt da
2. Cấu tạo của da
3. Biểu bì
4. Bì
5. Quá trình sừng hóa
6. Mô dưới da - Cơ quan trực thuộc da
7. Tác dụng sinh lý của da
8. Tia cực tím
9. Da và sự lão hóa
10. Nguyên nhân lão hóa
11. Việc chăm sóc da trong ngành Es
12. Phân loại da
13. Mụn
14. Da sần sùi - Nếp nhăn
15. Da nhạy cảm
16. Tàn nhang - Vấn đề khác
17. Kiểm tra tình trạng da

C. MÔN THẨM MỸ HỌC:

1. Dẫn nhập cái đẹp là gì? - Bản chất của Esthetic
2. Tư tưởng mới Wellness
3. Lịch sử - hiện đại của Es Nhật bản - Soin Esthetic
4. Esthetic các nước trên TG
5. Vấn đề vệ sinh
6. Phân loại mỹ phẩm
7. Mỹ phẩm thông dụng
8. Nhũ hóa mỹ phẩm
9. Mỹ phẩm làm sạch
10. Mỹ phẩm chăm sóc da (Lotion -nước hoa hồng)
11. Mỹ phẩm chăm sóc da (Sữa và kem dưỡng)
12. Mỹ phẩm chăm sóc đặc biệt
13. Mỹ phẩm chăm sóc body
14. Mỹ phẩm làm ốm & phương pháp phytotherapy
15. Mỹ phẩm trang điểm
16. Quản lý kinh doanh
17. Quản lý kỹ thuật
18. Đối sách tiếp khách

19. Phân loại máy - Phương pháp trị liệu vật lý
20. Máy tư vấn - Máy chăm sóc - Máy trong body

D. MÔN DINH DƯỠNG HỌC:

1. Phân loại yếu tố dinh dưỡng
2. Cách tính lượng trao đổi chất cơ bản & năng lượng cần thiết cho 1 ngày cho những người trong gia đình .
3. Sự hấp thu và tiêu hóa thức ăn
4. Quy trình tiêu hóa thức ăn
5. Protein & Amino Acid
6. Lipid
7. Carbonhydrat
8. Nước và các chất vô cơ
9. Phân loại thực phẩm
10. Vai trò của bữa ăn và nhịp sống cơ thể
11. Cách nhận biết thể hình lý tưởng – Thế nào là BMI
12. Tính an toàn trong ăn uống
13. Kiến thức cơ bản . Ý nghĩa và mục đích
14. Tư vấn thực tế . Ý nghĩa và mục đích tư vấn

E. TRANG ĐIỂM CƠ BẢN

1. Cấu tạo da: biểu bì, thân bì, hạ bì, tia tử ngoại, chức năng sinh lý da
2. Phân loại da
3. Các bước tẩy trang và chăm sóc da
4. Cơ biểu cảm
5. Quy trình trang điểm cơ bản: lớp nền, các kiểu mắt cơ bản, các kiểu viền mắt, các kiểu lông mày, các kiểu má hồng, trang điểm môi, tạo khối.

F. TRANG ĐIỂM NÂNG CAO

1. Màu và tone màu
2. Trong điểm của các phong cách trang điểm: Sharp, Soft, Cute, Fresh, Cool, Sporty, Wild, Pop, Hard

G. TRANG ĐIỂM CÔ DÂU

1. Các yếu tố trọng điểm trong trang điểm cô dâu: lớp nền, màu sắc
2. Các phong cách trang điểm cô dâu: Ngọt ngào, Sang trọng, Lãng mạn, Đằm thắm

H. KỸ THUẬT CHĂM SÓC MÓNG:

1. Cấu tạo móng.
2. Bệnh về móng.
3. Vệ sinh an toàn salon.
4. Vi khuẩn và vấn đề khử trùng.
5. 5 hình dáng móng.
6. Tên gọi và mục đích sử dụng dụng cụ.

7. Trình tự chăm sóc móng.

I. THỰC TẬP CHĂM SÓC MÓNG

1. Các đường nét vẽ.
2. Màu sắc và cách phối màu.
3. Trình tự thực hành vẽ sơn, vẽ màu acrylic.

J. CHĂM SÓC TÓC

1. Mục đích của việc gội đầu
2. Các yếu tố liên quan đến việc gội đầu: cách chọn dầu gội, kỹ thuật massage, nhiệt độ, nhân biết da đầu

K. KỸ THUẬT CHẢI BÓI TÓC

1. Trọng điểm trong các kỹ thuật uốn: uốn nguyên bản, uốn lô, hair setting
2. Các góc độ liên quan đến kỹ thuật uốn

II/ MÔN THI THỰC HÀNH NGHỀ

A. MÔN CHĂM SÓC MẶT CƠ BẢN: Các thao tác về: Chuẩn bị - Trình tự - Kỹ thuật – Vệ sinh

1. Sắp xếp chuẩn bị: Giường – Xe đẩy – Dụng cụ
2. Tẩy trang: Mắt – Môi – Nền
3. Lau sạch: Cotton – Mút – Khăn ẩm
4. Massage thư giãn
5. Lau sạch: Mút – Khăn ẩm

B. MÔN CHĂM SÓC MẶT CHUYÊN SÂU: Các thao tác về: Chuẩn bị - Trình tự - Kỹ thuật – Vệ sinh

1. Sắp xếp chuẩn bị: Giường – Xe đẩy – Dụng cụ - Máy móc
2. Tẩy trang: Nền
3. Lau sạch: Cotton – Mút
4. Làm sạch sâu: Xông hơi – Cọ/ Phun sương – Hút mụn/ Làm sạch bằng kiềm/ Tẩy tế bào chết.
5. Lau sạch: Mút – Khăn ẩm
6. Máy chăm sóc: Tần số cao/ Siêu âm/ Dẫn nhập dưỡng chất
7. Massage: nâng cơ
8. Lau sạch: Mút – Khăn ẩm
9. Mặt nạ: dưỡng ẩm / se khít bề mặt lỗ chân lông – Massage đầu cổ vai
10. Lau sạch: Mút
11. Hoàn thành: nước hoa hồng + kem dưỡng

C. MÔN CHĂM SÓC CƠ THỂ CƠ BẢN: Các thao tác về: Chuẩn bị - Trình tự - Kỹ thuật – Vệ sinh

1. Sắp xếp chuẩn bị: Giường – Xe đẩy – Dụng cụ
2. Khởi động
3. Massage mặt sau: Chân – Lưng
4. Lau sạch: Khăn ẩm
5. Massage mặt trước: Chân – Cánh tay – Bụng
6. Lau sạch: Khăn ẩm

D. MÔN CHĂM SÓC CƠ THỂ CHUYÊN SÂU: Các thao tác về: Chuẩn bị - Trình tự - Kỹ thuật – Vệ sinh

1. Sắp xếp chuẩn bị: Giường – Xe đẩy – Dụng cụ - Máy móc
2. Chăm sóc chân: Ngâm chân - Tẩy tế bào chết - Chà gót – Massage
3. Chăm sóc lưng: Xông hơi - Cọ - Hút mụn - Mặt nạ
4. Massage Thụy Điển: Mặt sau – Mặt trước
5. Lau sạch: Khăn ẩm

E. MÔN KỸ THUẬT LÀM THON GỌN CƠ THỂ: Các thao tác về: Chuẩn bị - Trình tự - Kỹ thuật – Vệ sinh

1. Sắp xếp chuẩn bị: Giường – Xe đẩy – Dụng cụ - Máy móc
2. Đo size
3. Máy chăm sóc: G5/ Tần số thấp
4. Massage: kỹ thuật làm bằng tay
5. Lau sạch: khăn ẩm