

Nazwa kwalifikacji: **Wykonywanie zabiegów kosmetycznych**
Symbol kwalifikacji: **FRK.04**
Numer zadania: **01**
Wersja arkusza: **SG**

Wypełnia zdający

Numer PESEL zdającego*

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Miejsce na naklejkę z numerem
PESEL i z kodem ośrodka

Czas trwania egzaminu: 120 minut.

FRK.04-01-25.01-SG

EGZAMIN ZAWODOWY

Rok 2025

CZĘŚĆ PRAKTYCZNA

**PODSTAWA PROGRAMOWA
2019**

Instrukcja dla zdającego

1. Na pierwszej stronie arkusza egzaminacyjnego wpisz w oznaczonym miejscu swój numer PESEL i naklej naklejkę z numerem PESEL i z kodem ośrodka.
2. Na KARCIE OCENY w oznaczonym miejscu przyklej naklejkę z numerem PESEL oraz wpisz:
 - swój numer PESEL*,
 - oznaczenie kwalifikacji,
 - numer zadania,
 - numer stanowiska.
3. Sprawdź, czy arkusz egzaminacyjny zawiera 9 stron i nie zawiera błędów. Ewentualny brak stron lub inne usterki zgłoś przez podniesienie ręki przewodniczącemu zespołu nadzorującego.
4. Zapoznaj się z treścią zadania oraz stanowiskiem egzaminacyjnym. Masz na to 10 minut. Czas ten nie jest wliczany do czasu trwania egzaminu.
5. Czas rozpoczęcia i zakończenia pracy zapisze w widocznym miejscu przewodniczący zespołu nadzorującego.
6. Wykonaj samodzielnie zadanie egzaminacyjne. Przestrzegaj zasad bezpieczeństwa i organizacji pracy.
7. Po zakończeniu wykonania zadania pozostaw arkusz egzaminacyjny z rezultatami oraz KARTĘ OCENY na swoim stanowisku lub w miejscu wskazanym przez przewodniczącego zespołu nadzorującego.
8. Po uzyskaniu zgody zespołu nadzorującego możesz opuścić salę/miejsce przeprowadzania egzaminu.

Powodzenia!

* w przypadku braku numeru PESEL – seria i numer paszportu lub innego dokumentu potwierdzającego tożsamość

Zadanie egzaminacyjne

Do gabinetu kosmetycznego zgłosiła się klientka na pedicure biologiczny z zabiegiem nawilżającym skórę stóp z okluzją. Klientka oczekuje porady dotyczącej pielęgnacji skóry stóp i paznokci w warunkach domowych. Z wywiadu wynika, że jest uczulona na preparaty zawierające wyciągi z kory cynamonowca.

Opis skóry stóp i paznokci klientki

Skóra stóp jest przesuszona, szorstka. Na piętach występuje nadmierne rogowacenie naskórka. Paznokcie są krótkie, niepomalowane, gładkie o nierównej długości z minimalnie narastającym obrąbkiem naskórkowym. Paznokcie i skóra stóp bez zmian chorobowych.

Na podstawie treści zadania i analizy opisu skóry stóp i paznokci klientki uzupełnij kartę klientki. W karcie pobrania preparatów kosmetycznych, środków higienicznych, środków ochrony indywidualnej, przyborów i aparatów zaznacz **tylko niezbędne** do wykonania zadania preparaty kosmetyczne, środki higieniczne, środki ochrony indywidualnej, przybory i aparaty. Sporządź plan zabiegu z opisem uwzględniając czynności przygotowujące do wykonania zabiegu i metodykę wykonania zabiegu, zachowując prawidłową kolejność oraz przestrzegając czasu wykonania poszczególnych czynności. Uzupełnij zalecenia dla klientki dotyczące pielęgnacji skóry stóp klientki w warunkach domowych.

Uwaga. Do zaplanowania zabiegu wykorzystaj wyłącznie preparaty kosmetyczne, środki higieniczne, środki ochrony indywidualnej, przybory i aparaty zamieszczone w karcie pobrania.

Czas przeznaczony na wykonanie zadania wynosi 120 minut.

Ocenię podlegać będzie 5 rezultatów:

- karta klientki,
- karta pobrania preparatów kosmetycznych, środków higienicznych, środków ochrony indywidualnej, przyborów i aparatów,
- plan zabiegu z opisem - czynności przygotowujące do wykonania zabiegu,
- plan zabiegu z opisem - metodyka wykonania zabiegu,
- zalecenia dla klientki.

Karta klientki

Cechy skóry stóp:

.....
.....
.....

Cechy płytek paznokciowych:

.....
.....
.....

Nazwa zabiegu: pedicure biologiczny z zabiegiem nawilżającym

Cele zabiegu

Zaznacz X wszystkie cele wynikające z zaplanowanego zabiegu

Cele zabiegu	Właściwe zaznacz X
nawilżenie skóry stóp	
normalizacja pracy gruczołów potowych	
znielowanie przebarwień na płytkach paznokciowych	
wyrównanie długości płytek paznokciowych	
wygładzenie powierzchni płytek paznokciowych	
usunięcie nieprzyjemnego zapachu stóp	
usunięcie zrogowaciałego naskórka z pięt	
nadanie paznokciom łukowatego kształtu	

Przeciwwskazania do zaplanowanego zabiegu

(zaznacz X wszystkie przeciwwskazania, które wykluczają wykonanie zaplanowanego zabiegu)

Przeciwwskazanie	Właściwe zaznacz X	Przeciwwskazanie	Właściwe zaznacz X
stopa mokasynowa		nagniotki stóp	
bielactwo pospolite paznokci		przesuszona skóra stóp	
wyprysk kontaktowy stóp		rogowacenie naskórka na stopach	
brodawki stóp		kandydoza stóp	
drożdżycza paznokci stóp		stopa wydrążona	
modzele stóp		nadmierna potliwość stóp	

Karta pobrania preparatów kosmetycznych, środków higienicznych, środków ochrony indywidualnej, przyborów i aparatów

Nazwa preparatu	Pobranie zaznacz X
zmywacz do paznokci	
primer	
preparat zmiękczejący obrąbek naskórkowy	
peeling cukrowy z olejem migdałowym	
peeling solny z olejkiem cytrynowym	
krem do stóp z masłem Shea	
krem do stóp z nanosrebrem	
maska kremowa do stóp z olejkiem z drzewa herbacianego	
maska kremowa do stóp z olejem z awokado	
maska kremowa do stóp z wyciągiem z kory dębu	
sól do kąpieli stóp nawilżająca z betainą	
sól do kąpieli stóp normalizująca z jonami srebra	
odtłuszczacz do paznokci	
preparat do dezynfekcji skóry	
preparat do dezynfekcji narzędzi i powierzchni	
cząłki do skórek	
cęgi kątowe	
tarka do stóp	
omega	
skalpel	
pilnik gradacja 180	
pilnik gradacja 80	
polerka gradacja 400	
szpatuła plastikowa	
pędzel płaski	
patyczek z drzewa różanego	
lampa lupa	
lampa UV	
skarpety frotte	
folia kosmetyczna	
folia aluminiowa	
worek foliowy do miski do pedicure	
miska do pedicure	
maseczka jednorazowa na twarz	
klapki jednorazowe	
rękawiczki jednorazowe	
ręcznik papierowy jednorazowy	

Plan zabiegu z opisem

Czynności przygotowujące do wykonania zabiegu

Przygotowanie kosmetyczki:

.....

.....

.....

.....

Przygotowanie stanowiska pracy:

.....

.....

.....

.....

Metodyka wykonania zabiegu

Technika wykonania zgodnie ze sztuką w zawodzie (opisz kolejne czynności z podaniem czasu*, miejsca, techniki, preparatów kosmetycznych, materiałów, przyborów, narzędzi kosmetycznych, środków higienicznych i środków ochrony indywidualnej)

**Uwaga! W przypadku podawania czasu należy doprecyzować, czy podany czas dotyczy pozostawienia preparatu na skórze, czy wykonywania czynności z użyciem danego preparatu/narzędzi/aparatury*

Metodyka wykonania zabiegu

Technika wykonania zgodnie ze sztuką w zawodzie (opisz kolejne czynności z podaniem czasu*, miejsca, techniki, preparatów kosmetycznych, materiałów, przyborów, narzędzi kosmetycznych, środków higienicznych i środków ochrony indywidualnej)

**Uwaga! W przypadku podawania czasu należy doprecyzować, czy podany czas dotyczy pozostawienia preparatu na skórze, czy wykonywania czynności z użyciem danego preparatu/narzędzi/aparatury*

Metodyka wykonania zabiegu

Technika wykonania zgodnie ze sztuką w zawodzie (opisz kolejne czynności z podaniem czasu*, miejsca, techniki, preparatów kosmetycznych, materiałów, przyborów, narzędzi kosmetycznych, środków higienicznych i środków ochrony indywidualnej)

**Uwaga! W przypadku podawania czasu należy doprecyzować, czy podany czas dotyczy pozostawienia preparatu na skórze, czy wykonywania czynności z użyciem danego preparatu/narzędzi/aparatury*

Metodyka wykonania zabiegu

Technika wykonania zgodnie ze sztuką w zawodzie (opisz kolejne czynności z podaniem czasu*, miejsca, techniki, preparatów kosmetycznych, materiałów, przyborów, narzędzi kosmetycznych, środków higienicznych i środków ochrony indywidualnej)

**Uwaga! W przypadku podawania czasu należy doprecyzować, czy podany czas dotyczy pozostawienia preparatu na skórze, czy wykonywania czynności z użyciem danego preparatu/narzędzi/aparatury*

Zalecenia dla klientki

Preparaty zalecane do kompleksowej pielęgnacji skóry stóp dla tej klientki w warunkach domowych wraz z działaniem i częstotliwością stosowania (zapisz co najmniej 4 preparaty wraz z działaniem i częstotliwością stosowania)

Preparat kosmetyczny	Działanie preparatu	Częstotliwość stosowania

Składniki aktywne o działaniu nawilżającym przeznaczone do pielęgnacji suchej skóry stóp dla tej klientki (zaznacz X wyłącznie składniki aktywne o działaniu nawilżającym)

Składnik	Właściwe zaznacz X	Składnik	Właściwe zaznacz X
D-pantenol		kwasy hialuronowy	
związki cynku		fitokompleks z szalwii	
proteiny jedwabiu		olejek sosnowy	
kamfora		sorbitol	
olejek z drzewa herbacianego		gliceryna	

Zalecenia dotyczące profilaktyki chorób i defektów stóp i paznokci w warunkach domowych (zaznacz X wszystkie zalecenia pielęgnacyjne)

Zalecenie	Właściwe zaznacz X
dokładne osuszanie przestrzeni między palcami po umyciu stóp	
wycinanie bocznych krawędzi płytek paznokciowych w kształt migdała	
codzienne ścieranie pięt pumeksem	
mycie stóp w letniej wodzie z dodatkiem substancji nawilżających i antybakteryjnych	
noszenie skarpet z włókien poliestrowych	
skracanie płytek paznokciowych szklanym pilnikiem	