

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы фруктового педикюра» (далее – программа) относится к программам естественно-научной направленности. Программа предназначена для занятий с детьми и взрослыми (от 16 лет и старше) людьми, без предъявления особых требований к уровню образования. Уровень освоения программы - общекультурный.

Программа разработана на основе Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", с учетом требований Приказа Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226), Письмом Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ).

Актуальность программы

Актуальность программы состоит в том, что красивый и ухоженный внешний вид-одна из базовых потребностей человека. Аккуратные ногти на ногах позволяют чувствовать себя уверенно в открытой обуви и в ситуациях, когда приходится разуться в присутствии другого человека. Программа «Основы фруктового педикюра» не требует специального медицинского образования и подходит людям любого уровня образования. Услуги маникюрных салонов стоят не дешево, не всегда качество работ соответствует ожиданиям клиента. Иногда маникюрные салоны не соблюдают элементарные санитарные нормы, что приводит к заражениям различными инфекциями. Данная программа позволит обучающемуся самостоятельно в домашних условиях выполнять не сложные салонные процедуры. Так же программа позволит получить необходимые знания о строении кожи и ее функциях,

отработать новейшие техники фруктового педикюра.

Новизна данной программы заключается в том, что обучающийся может выстроить индивидуальный маршрут по освоению программы, выбирать наиболее удобное время и место для занятий. Программа построена таким образом, чтобы у обучающегося сложилось представление о специфике фруктового педикюра, теоретическом основании и разработанных методах обработки стоп с различной степенью сложности.

Отличительные особенности программы

Программа модульная. Состоит из двух модулей: «Анатомия кожи», «Обработка стопы». Задания по программе построены с учетом возможностей и интересов обучающихся.

Адресат программы

Программа рассчитана на возраст обучающихся от 16 лет и старше. На дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу принимаются все желающие, без специального отбора на основании заключения договора об оказании платных дополнительных образовательных услуг.

Организация образовательного процесса

Срок реализации программы 2 недели. Объем программы составляет 17 часов, что составляет не более 10 академических часов в неделю.

Основой образовательного процесса является индивидуальное обучение.

Форма обучения – заочная с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий посредством сети Интернет с использованием программного обеспечения.

Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают видео-лекции и практические работы.

После оплаты курса обучающемуся на электронную почту приходит ссылка для перехода и регистрации на образовательную платформу GetCourse. Каждый обучающийся на период обучения получает доступ к личному кабинету на образовательной платформе GetCourse, что позволяет обеспечить

неограниченный доступ обучающегося к видео-лекциям и практическим работам. Все результаты прохождения программы сохраняются на образовательной платформе и находятся в свободном доступе, как для преподавателя, так и для обучающегося. В свою очередь преподаватель может отследить прогресс каждого ученика и дать комментарии по улучшению качества прохождения программы.

1.2. Цель реализации программы

Цель реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы фруктового педикюра» - развитие индивидуальных способностей, самореализация личности обучающегося на основе формирования общекультурных универсальных компетенций для выполнения педикюрных работ.

Задачи программы:

- *воспитательные:*
 - воспитать чувство личной ответственности за результат своей деятельности;
 - выявлять индивидуальные особенности для удовлетворения личных эстетических потребностей;
- *развивающие:*
 - стимулировать повышение интереса к познавательной деятельности;
 - развитие художественно-эстетического вкуса;
- *обучающие:*
 - формирование навыков эстетической обработки стопы;
 - формирование навыков профессиональной ориентации личности обучающегося.

1.3. Планируемые результаты

Основным результатом у обучающихся по программе станет наличие представлений о специфике выполнения педикюра с помощью средств на основе фруктовых кислот, теоретическом основании и разработанных

методах обработки стопы. Так же будут сформированы более глубокие знания о строении кожи и ее функции.

Предметные результаты:

- обучающиеся будут знать основы микробиологии и эпидемиологии;
- особенности строения и физиологию кожи и ногтей;
- будет сформирован необходимый уровень знаний для выполнения педикюра себе в домашних условиях;
- научатся применять гигиенические виды педикюра с помощью средств на основе фруктозы;

• *Метапредметные результаты:*

- развит эстетический вкус и творческий потенциал личности;
- сформирован навык механических действий;
- развитие уверенности в своих способностях;

• *Личностные результаты:*

- повышение компетентности и уровня творческой самореализации в процессе осуществления деятельности по эстетическому уходу за внешностью;

2. Содержание программы

2.1. Учебный план программы

№ п/ п	Модульные дидактические единицы	С применением дистанционных образовательных технологий, час			Кол-во часов контроля	Связь с результатами обучения-формы контроля
		Всего часов	Дистанционные занятия, час			
			Из них			
			Лекции	Практические занятия		
1	Анатомия кожи	4	4		-	-
2	Обработка стопы	12	4	8	-	-
3	Итоговое тестирование	1				1
	ИТОГО ЧАСОВ	17				

2.2. Календарный учебный график

п/п	Модульные дидактические единицы	Количество лекционных часов в неделю		Всего лекционных часов		Количество практической работы в неделю		Всего часов практической работы		Общая трудоемкость
		неделя		неделя		неделя		неделя		
		1	2	1	2	1	2	1	2	
1	Анатомия кожи	4		4		-		-		4
2	Обработка стопы	2	2	2	2	4	4	4	4	12
3	Итоговое тестирование								1	1
	Итого часов	6	2	6	2	4	4	4	5	17

2.3. Содержание учебных модулей

2.3.1. Модуль 1 «Анатомия кожи»

Тема 1.1. «Анатомия кожи. Общие положения»

Теория: рассматривается понятие кожи, ее строение и функции. Общие положения.

Тема 1.2. «Слои кожи»

Теория: рассматриваются отдельно свойства и функции эпидермиса, дермы и подкожно-жировой клетчатки.

2.3.2. Учебно-тематический план модуля 1 «Семья как первичный институт социализации ребенка»

№п /п	Модульные дидактические единицы	С применением дистанционных образовательных технологий		Связь с результатами обучения-формы контроля	
		Всего часов	Дистанционные занятия/час		Текущий контроль
из них			Лекции	Практические занятия	
	Модуль 1. «Анатомия кожи»	4			
1.	Тема 1.1. Анатомия кожи. Общие положения.	1	1	-	-
2.	Тема 1.2. Слои кожи»	3	3	-	-

2.3.3. Содержание модуля 2 «Обработка стопы»

Тема 2.1. «Техника обработки гиперкератозной стопы».

Теория: рассматривается техника первичной обработки стопы и накладки аппликаций средствами на фруктовых кислотах. Особенности обработки гиперкератозных участков стопы.

Практика: первичная обработка стопы клиента и наложение аппликаций с помощью средств на фруктовой кислоте.

Тема 2.2. «Техника обработки пальцев».

Теория: рассматривается механизм обработки пальцев в технике «Классический педикюр» и «Аппаратный педикюр». Факторы, влияющие на необходимость проведения аппаратного педикюра.

Практика: выполнение аппаратного педикюра и удаление гиперкератозных участков средствами, содержащими фруктовые кислоты.

Тема 2.3. «Особенности обработки детской стопы»

Теория: особенности строения детской кожи, специфика обработки детской стопы препаратами, содержащими фруктовые кислоты.

Практика: выполнение педикюра на детской стопе.

Тема 2.4. «Техника обработки здоровой стопы»

Теория: специфика выполнения педикюра на здоровой стопе с помощью средств на фруктовых кислотах.

Практика: проведение процедуры педикюра на стопе без ярко выраженного гиперкератоза.

Итоговое тестирование: проверка полученных знаний по двум модулям.

2.3.4. Учебно-тематический план модуля 2 «Обработка стопы»

№п /п	Модульные дидактические единицы	С применением дистанционных образовательных технологий		Связь с результатами обучения-формы контроля	
		Всего часов	Дистанционные занятия/час		Текущий контроль
из них					
		Лекции	Практические занятия		
	Модуль 2. «Обработка стопы»	13	4	8	-
1.	Тема 2.1. Техника обработки гиперкератозной стопы		1	2	-

2.	Тема 2.2. Техника обработки пальцев		1	2	-
3.	Тема 2.3. Особенности обработки детской стопы		1	2	-
4.	Тема 2.4. Техника обработки здоровой стопы		1	2	-
5.	Итоговое тестирование				1

3. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Реализация программы предполагает наличие следующего

- оборудования для педагога:
 - Ноутбук со встроенной камерой;
 - Клавиатура
 - Мышь компьютерная
 - Гарнитура для компьютера
- для обучающегося:
 - компьютер или ноутбук;
 - клавиатура (при необходимости);
 - компьютерная мышь (при необходимости);
 - наушники/гарнитура для усиления звука;
 - браузер Google Chrome/ Mozilla/ Firefox
 - Электронная почта: Google, Яндекс.Почта, Почта Mail.ru
 - Microsoft Office не ранее 2007

3.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.

Образовательная организация имеет доступ к дистанционной образовательной платформе GetCourse, на базе которой проходит обучение.

Методические материалы

1. Минина Н.Н. Микробиология : учебник / Н.Н. Минина. — Москва : ИН ФРА-М,2024. — 251 с. — (Высшее образование). <https://znanium.com/read?id=437012>

2. Степаненко И. С. Активные противомикробные молекулы : монография / И. С. Степаненко, С. А. Ямашкин. — Электрон. изд. — М. : Лаборатория знаний, 2023. — 288 с. <https://znanium.com/read?id=436195>
Зильбернагель С. Наглядная физиология / С. Зильбернагель, А. Деспопулос ; пер. с англ. — 2-е изд., перераб. и доп., электрон. — М. : Лаборатория знаний, 2020. — 424 с. : ил. — (Наглядная медицина). — <https://znanium.com/read?id=425264>
3. Улитко, М. В. Анатомия человека : учеб.-метод. пособие / М. В. Улитко, И. М. Петрова, А. А. Якимов ; [под общ. ред. М. В. Улитко] ; М-во науки и высш. образования Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2018. — 88 с. <https://znanium.com/read?id=421171>
4. Франк-Каменецкий М. Самая главная молекула: От структуры ДНК к биомедицине XXI века / Максим Франк-Каменецкий ; — М. : Альпина нон-фикшн, 2017. — 336 с. : ил. — (Серия «Библиотека ПостНауки»). <https://znanium.com/read?id=436617>

3.2. Формы аттестации и контроля

Текущий контроль

Мероприятия текущего контроля осуществляется за счет практических занятий, которые направлены на контроль уровня усвоения теоретических материалов программы. Задания для практических работ носят практико-ориентированный характер.

Критерии оценивания. Система оценивания практических работ – бинарная, а именно зачет/не зачет. При условии выполнения всех пунктов рабочего листа ставится зачет. Если в рабочем листе присутствует менее половины правильных ответов-ставится не зачет.

Все материалы для практических занятий расположены на образовательной платформе GetCourse в составе уроков программы.

Модуль 2 «Обработка стопы».

Тема 2.1 «Техника обработки гиперкератозной стопы»

Содержание задания	Проанализировать индивидуальные особенности своей стопы; Выполнить аппаратный педикюр; Определить участки стопы с гиперкератозными участками; Сделать аппликации на гиперкератозных участках стопы средствами, содержащими фруктовые кислоты.
--------------------	--

Требования к структуре и содержанию	Заполнен рабочий лист к уроку. Снято видео выполнения процедуры. Рабочий лист и видео прикреплено к уроку в разделе «Ваш ответ»
Критерии оценивания	Заполнены все колонки рабочего листа, и он прикреплен. К ответу прикреплен рабочий лист с полностью заполненными полями и видео обработки стопы.
Оценка	Прикреплено видео и рабочий лист, где заполнены все поля – зачет Рабочий лист заполнен менее чем на половину или нет видео – незачет Отсутствие работы – 0 баллов

Урок 2.1. Рабочий лист

ФИО _____

Компонент	Ответ
Анализ состояния кожи своей стопы	
Выполнен аппаратный педикюр	Выполнено/не выполнено
Определены участки стопы с гиперкератозом	
Сделаны аппликации на гиперкератозных участках стопы средствами, содержащими фруктовые кислоты	Выполнено/не выполнено

Тема 2.2. «Техника обработки пальцев»

Содержание задания	Проанализировать индивидуальные особенности своей стопы; Определить необходимость выполнения классического/ аппаратного педикюра; Выполнить обработку пальцев средствами с фруктовыми кислотами.
Требования к структуре и содержанию	Заполнен рабочий лист к уроку. Снято видео выполнения процедуры. Рабочий лист и видео прикреплено к уроку в разделе «Ваш ответ»
Критерии оценивания	Заполнены все колонки рабочего листа, и он прикреплен. К ответу прикреплён рабочий лист с полностью заполненными полями и видео обработки стопы клиента.
Оценка	Прикреплено видео и рабочий лист, где заполнены все поля – зачет Рабочий лист заполнен менее чем на половину или нет видео – незачет Отсутствие работы – 0 баллов

Урок 2.2. Рабочий лист

ФИО _____

Компонент	Ответ
Анализ состояния кожи своей стопы	
Определена необходимость классического/аппаратного педикюра	Аппаратный/классический педикюр. Обоснование: _____ _____ _____
Выполнена обработка пальцев средствами с фруктовыми кислотами	

Тема 2.3. «Особенности обработки детской стопы»

Содержание задания	Проанализировать индивидуальные особенности модели; Проконсультировать клиента по современным тенденциям моды с соблюдением возрастных особенностей модели; Выполнения классического педикюра; Выполнить обработку стопы и пальцев средствами с фруктовыми кислотами.
Требования к структуре и содержанию	Заполнен рабочий лист к уроку. Снято видео выполнения процедуры. Рабочий лист и видео прикреплено к уроку в разделе «Ваш ответ»
Критерии оценивания	Заполнены все колонки рабочего листа, и он прикреплен. К ответу прикреплен рабочий лист с полностью заполненными полями и видео обработки стопы клиента.
Оценка	Прикреплено видео и рабочий лист, где заполнены все поля – зачет Рабочий лист заполнен менее чем на половину или нет видео – незачет Отсутствие работы – 0 баллов

Урок 2.3. Рабочий лист

ФИО _____

Компонент	Ответ
Анализ состояния кожи своей стопы	
Выполнение классического педикюра	Выполнено/не выполнено
Выполнена обработка пальцев средствами с фруктовыми кислотами	Выполнено/не выполнено

Тема 2.4. «Техника обработки здоровой стопы»

Содержание задания	Проанализировать индивидуальные особенности модели; Проконсультировать клиента по современным тенденциям моды с соблюдением возрастных особенностей модели; Выполнения классического/аппаратного педикюра; Выполнить обработку стопы и пальцев средствами с фруктовыми кислотами.
Требования к структуре и содержанию	Заполнен рабочий лист к уроку. Снято видео выполнения процедуры. Рабочий лист и видео прикреплено к уроку в разделе «Ваш ответ»
Критерии оценивания	Заполнены все колонки рабочего листа, и он прикреплен. К ответу прикреплён рабочий лист с полностью заполненными полями и видео обработки стопы клиента.
Оценка	Прикреплено видео и рабочий лист, где заполнены все поля – зачет Рабочий лист заполнен менее чем на половину или нет видео – незачет Отсутствие работы – 0 баллов

Урок 2.4. Рабочий лист

ФИО _____

Компонент	Ответ
Анализ состояния кожи своей стопы и индивидуальных особенностей	
Выполнение классического /аппаратного педикюра	Выполнено/не выполнено
Выполнена обработка пальцев средствами с фруктовыми кислотами	Выполнено/не выполнено

4. Контроль и оценивание результатов освоения образовательной программы

Контрольно-измерительные материалы итогового контроля

Итоговая аттестация проводится в форме теста на образовательной платформе GetCourse. Количество тестовых вопросов – 14. Количество ответов в каждом вопросе - не менее 3, как минимум один из которых- правильный. Допускается несколько правильных ответов на один вопрос. За каждый полностью верный ответ начисляется 1 балл. На ответы на тестовые вопросы отводится один час.

Результаты тестирования засчитываются по следующей шкале:

- от 100 % до 90 % верных ответов на вопросы - 5 (отлично);
- менее 90% до 80 % верных ответов на вопросы - 4 (хорошо);
- менее 80 % до 70 % верных ответов на вопросы – 3 (удовлетворительно);
- менее 70 % верных ответов на вопросы - 2 (неудовлетворительно).

Проходной балл - 70%.

1. «Толстая кожа» состоит из
 - А) 3 слоев
 - Б) 6 слоев
 - В) 5 слоев
2. В каком слое кожи клетки «живые»
 - А) базальный, шиповатый, роговой
 - Б) зернистый, блестящий, шиповатый
 - В) базальный, шиповатый, зернистый
3. В каком слое кожи клетки имеют десмосомы
 - А) в базальном
 - Б) в роговом
 - В) в шиповатом
4. В Каким слое кожи располагаются железы?
 - А) в базальном
 - Б) сосочковом
 - В) в сетчатом
5. Меланин вырабатывается в
 - А) клетках Меркеля

- Б) в меланоцитах
 - В) в клетках Лангерганса
6. Функции кожи –
- А) защитная
 - Б) регуляционная
 - В) иммунная
 - Г) метаболическая
 - Д) все перечисленные
7. Эксфолиация это
- А) накопление клеток в роговом слое
 - Б) отшелушивание клеток
 - В) образование клеток
8. Гидро-липидная мантия на поверхности рогового слоя имеет:
- А. щелочную среду
 - Б. кислотно-щелочную среду
 - В. Кислую среду
9. Ph кожи на поверхности рогового слоя равен:
- А. 7,2 – 7,4
 - Б. 6,8 – 7.0
 - В. 5.0 – 5,5
10. В базальном слое эпидермиса ph имеет:
- А. щелочные значения
 - Б. Слабо-щелочные значения
 - В. Нейтральные значения
11. Какие клетки кожи при закислении среды начинают вырабатывать коллаген и эластин:
- А. Эндотелии
 - Б. Онихобласты
 - В. Фибробласты
12. Физиологическая репарация – это
- А. ответ организма на травму
 - Б. отшелушивание клеток
 - В. Деление клеток

13. Препараты «Фруктового педикюра»:

- А. Кислотные
- Б. Щелочные
- В. Поликомпонентные

14. После нанесения геля необходимо:

- А. применить нейтрализацию
- Б. насухо протереть стопы
- В. Снять остатки геля шпателем и тщательно смыть водой.

5. Кадровое обеспечение программы.

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими, высшее базовое образование или среднее профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемого модуля.

6. Список литературы

1. А. Ю. Сергеев. Грибковые заболевания ногтей.-М.:Медицина для всех-Национальная академия микологии, 2001.-160 с.:илл.
2. Степаненко И. С.Активные противомикробные молекулы : монография / И. С. Степаненко, С. А. Ямашкин. — Электрон. изд. — М. : Лаборатория знаний, 2023. — 288 с. <https://znanium.com/read?id=436195>
Зильбернагель С. Наглядная физиология / С. Зильбернагель, А. Деспопуло с;пер. с англ. — 2-е изд., перераб. и доп., электрон. — М. : Лаборатория знаний, 2020. — 424 с. : ил. — (Наглядная медицина). — <https://znanium.com/read?id=425264>
3. Корнишева В. Г., Соколова Г. А., Борисова О. А., Белова С. Г.
Микозы стоп у больных сахарным диабетом второго типа. — СПб.: ОО «Издательство Фолиант», 2009. — 232 с. <https://znanium.com/read?id=349891>
4. Минина Н.Н. Микробиология : учебник / Н.Н. Минина. — Москва : ИН ФРА-М,2024. — 251 с. — (Высшее образование). <https://znanium.com/read?id=437012>
5. Франк-Каменецкий М. Самая главная молекула: От структуры ДНК к биомедицине XXI века / Максим Франк-Каменецкий ; — М. : Альпина нон-фикшн, 2017. — 336 с. : ил. — (Серия «Библиотека ПостНауки»). <https://znanium.com/read?id=436617>
6. Улитко, М. В.Анатомия человека : учеб.-метод. пособие / М. В. Улитко,

И. М. Петрова, А. А. Якимов ; [под общ. ред. М. В. Улитко] ; М-во науки и высш. образования Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2018. — 88 с. <https://znanium.com/read?id=421171>