

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**КЫРГЫЗСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. И. РАЗЗАКОВА**

**ОТДЕЛЕНИЕ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

**ТЕХНОЛОГИЯ МАНИКЮРНЫХ
И ПЕДИКЮРНЫХ РАБОТ**

**Методические указания для студентов специальности
Парикмахерское искусство**

Бишкек – 2011

«Рассмотрено»

на заседании совета

ОСПО

Протокол № 18 от 20.04.2011 г.

«Одобрено»

Методической комиссией

ОСПО

Протокол № 14 от 20.04.2011 г.

Составитель преп. **БАЙСАЛБАЕВА Д.Х.**

Технология маникюрных и педикюрных работ. Методические указания для студентов специальности «Парикмахерское искусство» / КГТУ им. И.Раззакова; сост. Д.Х.Байсалова. – Б.: ИЦ «Текник», 2011. – 22 с.

В данной работе подробности и четко указаны цели и задачи, теоретические сведения к выполнению лабораторных работ по дисциплине «Технология маникюрных и педикюрных работ» для будущих специалистов парикмахерского искусства.

Методическое указание облегчает работу студентам, содержит эскизы и зарисовки технологии маникюра и педикюра, а так же наращивания ногтей, необходимых для выполнения практических работ.

Дисциплина «**Технология маникюрных и педикюрных работ**» изучает технологический процесс различных видов маникюра, педикюра, а так же наращивания.

Сегодня маникюр и педикюр - это не только красивые ногти, это целая система ухода за руками и ногами, включающая лечебно-восстановительные процедуры, уход за кожей и ногтями с использованием современных технологий создания искусственных ногтей. От качества ухода зависит не только красота, но и здоровье рук и ног. С давних времен маникюр и педикюр являлись обязательной гигиенической процедурой.

Выполнять многие процедуры, как лечебные, так и связанные с оформлением ногтей, можно самостоятельно в домашних условиях. Современная ногтевая индустрия предоставляет широкий выбор материалов и инструментов для этих целей, а также новейшие технологии создания искусственных ногтей. Вооружившись всеми необходимыми материалами и практическими советами, изложенными в данной книге, можно сделать качественный маникюр или педикюр, смело при этом экспериментировав с дизайном ногтей и создавая эксклюзивные варианты.

Рецензент преп. Курмаева С.В.

Перечень практических работ по дисциплине
«Технология маникюрных и педикюрных работ»
 для специальности 2304 «Парикмахерское искусство», 2 курса

№	Наименование работы	Кол-во часов
	3 семестр	
1	Материалы для выполнения маникюрных работ	2ч
2	Правила и техника выполнения маникюрных работ	2ч
3	Диагностика по ногтям	2ч
4	Виды маникюра.	2ч
5	Массаж кистей и придатков	2ч
6	Французский маникюр	2ч
7	Правила и техника выполнения педикюрных работ	2ч
8	Материалы для выполнения педикюрных работ	2ч
9	Соблюдение санитарии и гигиены при обслуживании клиентов	2ч
10	Техника выполнения массажа ног	2ч
11	SPA- процедуры	2ч
12	Нейл - Арт.	2ч
13	Дизайн наращенных ногтей	2ч
	Итого	26

Лабораторная работа №1

2 часа

Тема работы: Материалы для выполнения маникюрных работ.

Цель работы: Показать студентам инструменты для выполнения маникюра.

Порядок выполнения работы

1. Виды инструментов.
2. Зарисовать и записать название каждого инструмента.

Современные инструменты для маникюра.

- Кусачки - обрабатывает ногти на руках и ногах.
- Щипчики для кутикулы - служат для удаления лишней кожицы
- Маникюрная пилочка – служит для придания формы ногтям.
- Бафф – удаляет царапинки, оставшиеся после работы пилочкой, сглаживает неровности ногтевой пластины и придает ногтям блеск.
- Пушер - лопаточка - предназначена для отодвигания кутикулы и неживой кожи.
- Палочки из апельсинового дерева - применяется при всех видах маникюра.
- Маникюрная ванночка (пластиковая) – применяется для подготовки рук при мокром маникюре.
- Пилочка для ногтей (железная).

Контрольные вопросы

1. Перечислить все инструменты.
2. Какие функции выполняет каждый инструмент?

Лабораторная работа №2

2 часа

Тема работы: Правила и техника выполнения маникюрных работ.

Цель работы: Научить студентов правильно выполнять маникюр.

Порядок выполнения работы

1. Перечислить технику выполнения маникюра.
2. Зарисовать схематично каждый этап.

Маникюр - это забота о красоте и здоровье ногтей. Простой классический маникюр, целью которого не является декоративное оформление ногтей, следует выполнять не реже 1 раза в неделю. Неровности и загрязнения ногтей, а так же излишнее утолщение кутикулы и кожи необходимости проведения данной процедуры.

При выполнении классического маникюра производятся следующие операции.

- Очищение рук.
- Удаление лака.
- Выравнивание ногтей
- Смягчение ногтей
- Вытирание рук
- Чистка ногтей
- Полировка ногтей
- Отбеливание ногтей
- Массаж рук
- Повторное очищение рук
- Основу под лак
- Покрытие ногтей лаком
- Закрепитель
- Быстро сушку
- Масло для кутикулы

Контрольные вопросы

1. Приемы выполнения маникюра.
2. Определение. Что такое маникюр?
3. Схема.

Лабораторная работа №3 2 часа

Тема работы: Диагностика по ногтям.

Цель работы: Научить студентов отличать здоровый ноготь от больного.

Порядок выполнения работы

1. Виды ногтей
2. Зарисовать рисунки.

В Древней Индии существовала божественная наука Аюрведа. Данной наукой владели просветленные реши, лекари, и с ее помощью они могли не только ставить безошибочный диагноз, но и излечивать болезни. Каждый палец связан с определенным органом. Так, указательный палец взаимосвязан с легкими, большой- с черепом и мозгом, средний- с двенадцатиперстной кишкой, безымянный- с почками, мизинец- с сердцем.

Сильно вогнутый ноготь, наподобие ложки, такой, что может удерживать каплю воды, свидетельствует об острой недостаточности железа в организме. А белые пятнышки - признак дефицита в организме кальция или цинка. Бледный цвет ногтей - верный знак анемии, а чрезмерная краснота указывает на избыток красных кровяных телец в крови.

- Нормальный ноготь- свидетельство хорошего здоровья.
- Короткий плоский ноготь указывает на врожденное заболевание сердца.
- Лунка на ногте большого размера - признак тахикардии.
- Отсутствие ногтевой лунки - признак невроза сердца.
- Большой ноготь выпуклой формы - признак туберкулеза легких.
- Плоский ноготь искривленной формы - наличие врожденной формы астмы или бронхита.
- Вогнутый ноготь, способный удерживать каплю воды - наследственная форма айсоголизма.
- Белый налет на ногте - заболевание желудочно-кишечного тракта.
- Удлиненная форма ногтя - признак сахарного диабета.

Контрольные вопросы

1. Диагностика по ногтям.
2. Какие виды ногтей вы знаете?
3. Как выглядят больные ногти?

Лабораторная работа №4

2 часа

Тема работы: Виды маникюра.

Цель работы: Ознакомить студентов с видами маникюра.

Порядок выполнения работы

1. Записать виды маникюра.
2. Выполнить один из видов маникюра.

Существуют определенные признаки, показания и нормы для правильного выполнения маникюра. В зависимости от инструментов, средств и задач маникюра делится на несколько видов, основные из них следующие: обычный (гигиенический), лечебный (масляный), электрический, мужской, детский и декоративный.

Гигиенический маникюр:

- Очищение рук
- Удаление лака
- Выравнивание ногтей
- Смягчение рук
- Вытирание рук
- Чистка ногтей
- Полировка ногтей
- Отбеливание ногтей
- Массаж рук
- Повторное очищение ногтей
- Покрытие ногтей лаком

Лечебный маникюр: Данный вид маникюра рекомендуется для ухода за сухими, ломкими, поврежденными ногтями. Его характерной особенностью является использование различного рода масел: оливкового, подсолнечного, касторового и персикового. Лечебный маникюр позволяет улучшить не только внешний вид ногтей, но и их структуру. Он немногим отличается от гигиенического, применяются те же инструменты и средства, выполняются те же операции.

Электрический маникюр: Подобная процедура- услуга парикмахерского салона, в домашних условиях выполнения электрического маникюра просто невозможно. От гигиенического маникюра электрический отличаются используемыми инструментами. Основным инструментом электрического маникюра является машина с набором насадок, каждая из которых имеет свое назначение.

Мужской маникюр: Мужской маникюр мало чем отличается от обычного. Мужчины чаще предпочитают полировать ногти, нежели окрашивать. Форму выбирают обычно квадратную, длину- короткую, но и в этом случае нет конкретных правил и норм.

Детский маникюр: Особенность обработки детских ногтей заключается в том, что требует большой аккуратности действий, ведь у детей ногти очень тонкие. Их не подпиливают, а подрезают ножничками и зачищают, а мелкозернистой пилочкой. Во время процедуры горячей ванночки можно добавить в воду шарики с различными запахами или пену. Затем отодвигают кутикулу, сделать легкий массаж с использованием ласьеном.

Далее ногти нужно очистить от крема и покрыть их лаком. В детском маникюре принято использовать декоративный лак светлых тонов и нежных оттенков.

Декоративный маникюр: Подобный вид маникюра предназначен для особых случаев торжества, праздника, вечеринки и пр. Основной особенностью декоративного маникюра является использования лака необычного цвета. Техника процедуры ничем не отличается от обычной. Выполняются те же операции.

Контрольные вопросы

1. Перечислить известные виды маникюра?
2. Что такое лечебный маникюр и чем он отличается от других?
3. Что такое аппаратный маникюр?

Лабораторная работа №5

2 часа

Тема работы: Массаж кистей и придатков.

Цель работы: Научить студентов массажу рук и придатков.

Порядок выполнения работы

1. Техника выполнения массажа.
2. Зарисовать и записать этапы выполнения массажа.

Массаж суставов. Локоть находится на мягком подлокотнике. Кисть слегка наклоняются вперед и назад 5-10 раз. Процедура способствует полному расслаблению суставов кисти.

Массаж пальцев. Рука располагается горизонтально. Массаж начинается с мизинца. Пальцы массируют легко и свободно круговыми движениями 3-5 раз.

Массаж ладоней. Рука лежит ладонью вверх. Большими пальцами делают легкие круговые движения.

Массаж тыльной части кисти. Рука лежит ладонью вниз. Большие пальцы располагают по обеим сторонам тыльной части кисти, указательный и средний - под кисть к началу ладони. Массаж начинается с кистевого сустава и легкими круговыми движениями поднимаются вплоть до кончиков пальцев. Затем, выполняя такие же движения, спускаются обратно - от кончиков пальцев к кистевому суставу. Движение выполняют 3-5 раз. В

заклучении, мягко обхватив кисть, свободными круговыми движениями массируют сустав справа налево.

Массаж пальцев. Большие пальцы обеих рук устанавливают на первой фаланге мизинца и большого пальца. Пальцы массируют круговыми движениями по направлению от первой фаланги к кончикам. Далее - в обратном направлении. Затем выполняют такой же массаж указательного и безымянного пальца, потом - среднего. В заключение массажа руки кладут ладонями вверх на стол и легко поглаживают ладони по направлению к пальцам.

Контрольные вопросы

1. Перечислить и записать технику выполнения массажа.
2. Зарисовать схематично этапы массажа.
3. Как выполняется массаж пальцев?

Лабораторная работа №6

2 часа

Тема работы: Французский маникюр

Цель работы: Научить студентов технике выполнения французского маникюра

Порядок выполнения работы:

1. Немножко истории.
 2. Техника выполнения французского маникюра.
1. Несмотря на название, этот вид маникюра никакого от ношения к Франции на самом деле не имеет. Он был изобретен в 1976 году американцем Джефом Пинком.
Его целью было создание маникюра для голливудских актрис, который был бы универсальным и подходил к их многочисленным костюмам. Ему в голову пришла идея подчеркнуть естественную красоту ногтей и придать им натуральные оттенки. Название же «французский», по мнению Пика, должно было принести новой технике маникюра коммерческий успех.
 2. Техника:
 - На подготовленные ногти наносят лак - основу, чтобы придать пластинам гладкость.

- Белым карандашом проводят линию «улыбки» с внутренней стороны ногтя, выделяя, таким образом, его отросшую часть.
- Иногда вместо карандаша используют белый лак, который, разумеется, наносят не на внутреннюю, а на наружную поверхность ногтевой пластины. Лак применяют в случае разной степени отрастания ногтей на пальцах, так как этот способ позволяет зрительно увеличить отросшую часть ногтя за счет небольшого закрашивания тела ногтя.
- Процедуру нанесения белого лака, который, чтобы френч выглядел красиво, должен иметь абсолютно ровную границу, можно упростить, прибегнув к выпускающимся разными фирмами специальным трафаретом для французского маникюра. Полоска наклеивается на ноготь по линии отрастания, а после высыхания лака аккуратно удаляется.
- Затем на ноготь с отчерченным краешком наносят лак естественного оттенка (телесного или бледно-розового). Лак наносят на весь ноготь, если первый шаг был сделан с применением карандаша, или до разделительной линии - если использовался белый лак.
- После этого на ногти наносят слой прозрачного лака или закрепителя и придают им дополнительный блеск полировочными средствами.

Французский маникюр делится на несколько видов:

- Беверли - Хиллз
- Американский маникюр
- Испанский маникюр

Беверли - Хиллз. Этот маникюр в чем-то схож с французским: двухцветный дизайн пастельных тонов, естественность, отсутствие резких переходов цвета на ногтевой пластине (от корня до свободного выступающего края). Но кончик ногтя немного длиннее - свободный край может достигать 6-8 мм. Форма ногтей - классическая овальная.

Американский маникюр. В Америке же зародился и так называемый американский маникюр. Он выполняется сочными и яркими лаками на длинных ногтях овальной формы. Изначальное ограничение, теперь не считающееся обязательным: цвет лака должен совпадать с цветом губной помады или отличаться на один тон. Яркий американский маникюр очень хорошо смотрится летом.

Испанский маникюр. Не так давно о своем существовании заявила испанская школа маникюра. Отличие этого покрытия в том, что с целью придания цветному покрытию дополнительной яркости между лаком - основой и декоративным цветным лаком наносят дополнительный слой матового молочно-белого лака. Он придает цвету глубину и сочности.

Контрольные вопросы

1. Что вы знаете о французском маникюре?
2. На какие виды делится французский маникюр?
3. Техника выполнения французского маникюра?

Лабораторная работа №7

2 часа

Тема работы: Правила и техника выполнения педикюрных работ.

Цель работы: Научить студентов правильно выполнять технику выполнения педикюрных работ.

Порядок выполнения работы

1. Что такое педикюр и для чего он нужен или нужен ли он вообще.
2. Техника выполнения.

Педикюр - это процедура, выполняемая в салонах красоты, представляющий собой уход за стопами ног.

Его, как и другие косметологические услуги, можно выполнить в домашних условиях. Для этого используется примерно те же инструменты и материалы, что и при маникюре. Все эти инструменты и материалы, необходимо для выполнения педикюра в домашних условиях, можно приобрести на те средства, которые удалось сэкономить на посещении салона.

Элементарный педикюр способна осилить любая женщина, а при желании точно так же можно освоить прочие процедуры, связанные с уходом за стопами ног: ароматерапию, парафинотерапию, эпиляцию и депиляцию ног, моделирование ногтей и пр. Педикюр - это гигиена ног. Его делают не только женщины, но мужчины. Он нужен для того чтобы ноги были правильно ухожены, что бы не была вросших ногтей, болезненных заусенцев и тд.

Педикюр включает в себя следующие процедуры:

- Дезинфекция, антисептирование и размягчения кожи стопы.
- Обработка кутикулы
- Придание ногтям желаемой формы
- Процедуры, связанные с профилактикой грибковых заболеваний ногтей и кожи
- Обработка кожи голени скрабом

- Размягчение и удаление мозолей и натоптышей (используется одноразовая фреза)
- Нанесение на кожу стопы и голени крема в сочетании с легким массажем
- Заворачиваем ноги в теплое полотенце
- Обезжириваем ногти, ацетоном
- Одеваем распорки
- Наносим лак
- Закрепитель
- Быстро сушку

Контрольные вопросы

1. Что такое педикюр и для чего он нужен?
2. Записать по этапы выполнения педикюра.
3. Какие виды педикюра вы знаете?

Лабораторная работа №8

2 часа

Тема работы: Материалы для выполнения педикюрных работ.

Цель работы: Научить студентов правильному подбору педикюрных инструментов.

Порядок выполнения работы

1. Инструменты
2. Написать и зарисовать

Для педикюра необходимо следующие инструменты и принадлежности:

- Тазик
- Полотенце
- Пемза (грубая щетка), специальный скребок (файл для ног)
- Апельсиновая палочка (из маникюрного набора)
- Ножницы (щипчики)
- Грубая пилочка для ногтей (неметаллическая)
- Мягкая пилочка- полировщик
- Крем для ног
- База под лак
- Лак для ногтей

Контрольные вопросы

1. Какие виды педикюрных инструментов вы знаете?
2. Сколько в наличии должно быть щипцов для кутикулы?
3. Что такое кутиклер?
4. Зарисовать виды инструментов.

Лабораторная работа №9

2 часа

Тема работы: Соблюдение санитарии и гигиены при обслуживании клиентов.

Цель работы: Научить студентов санитарной гигиене.

Порядок выполнения работы

1. Дезинфекция инструментов.
2. Рабочее место мастера маникюра и педикюра.
3. Внешний вид мастера.

Все инструменты и посуду перед использованием следует стерилизовать. Инструменты надежнее всего стерилизовать кипячением. Но, учитывая, что маникюр и педикюр выполняются острыми режущими инструментами, которые от кипячения тупятся, достаточно опустить их в дезинфицирующую жидкость. Ее готовят в аптеке по следующему рецепту: карболовая кислота- 3г, формалин-20г, гидрокарбонат натрия (питьевая сода)- 15г, борная кислота-6г, дистиллированная вода - до 1000мл. В эту жидкость инструмент помещают не менее чем на один час.

Требуется поддержания идеальной чистоты в кабинете и на рабочем месте. В кабинетах маникюра и педикюра необходимо ежедневно производить влажную уборку и проветривание. При эпидемиях гриппа мастер работает в марлевой маске. Перед началом работы и после приема каждого клиента стол необходимо протирать влажной салфеткой, а по окончании работы салфеткой, смоченной в 1%- ном растворе хлорамина.

Очень важно, чтобы внешний вид маникюрши (педикюрши) соответствовал ее профессии. Она должна производить приятное впечатление на посетителей. Одежда должна быть безукоризненно чистой, волосы убраны. Руки должны быть идеально чистыми, ногти коротко подстрижены, покрыты неярким лаком или отполированы, кожа рук мягкая, сухая. Во время работы на руках не должно быть колец, перстней, браслетов, часов. Движения рук легкие, изящные, мягкие и пластичные.

Контрольные вопросы

1. Чем производится дезинфекция инструментов?
2. Как должен выглядеть мастер?
3. Как должно выглядеть рабочее место мастера?

Лабораторная работа №10

2 часа

Тема работы: Техника выполнения массажа ног.

Цель работы: Научить студентов технике выполнения массажа ног.

Порядок выполнения работы

1. Техника выполнения массажа ног.
2. Зарисовать каждый этап массажа ног.

Массаж ног проводят во время педикюра, причем несколько раз и с разной интенсивностью. Самый энергичный массаж делают при выполнении грубого пилинга. Затем мастера выполняет лечебный массаж с кремами, лосьонами или специальными маслами. Основная цель такого массажа- интенсивное питание и кондиционирование кожи.

Стопа состоит из плюсны, предплюсны и пальцев. Базовая техника массажа ног такова.

Нанесенный косметический препарат распределяют легкими поглаживающими движениями от пальцев в сторону лодыжки.

Мышцы голени массируют растирающими и пощипывающими движениями.

Массаж суставов плюсны и предплюсны выполняют круговыми разминающими движениями.

Массаж тыльной поверхности стопы делают круговыми разминающими движениями в направлении лодыжки.

Массаж суставов пальцев выполняют круговыми движениями с умеренной силой, слегка потягивая пальцы на себя. Вращение производят 3-4 раза вправо и столько же раз влево.

Массаж стопы выполняется круговыми надавливающими и втирающими движениями в различных направлениях, затем разминающими движениями вдоль и поперек сводов, заканчивается легким постукиванием и поглаживанием всей поверхности.

Можно дополнить базовую технику массажа различными приемами рефлексотерапии.

Контрольные вопросы

1. Из каких трех частей состоит стопа?
2. Какой крем лучше применять для массажа?
3. Записать виды массажа ног.

Лабораторная работа №11

2 часа

Тема работы: SPA- процедуры.

Цель работы: Научить студентов SPA- процедурам и правильному уходу за руками и ногами.

Порядок выполнения работы

1. Немножко истории
2. Что такое SPA- процедуры?
3. И как правильно ухаживать за руками?
4. Как правильно ухаживать за ногами?
5. Технология выполнения SPA?

SPA процедуры

В ходе небольшого расследования удалось установить, что существует три версии расшифровки этого короткого слова. Лингвистическая — утверждает, что SPA — это аббревиатура латинской фразы “Sanitas pro aqua” (“Здоровье через воду”). Географическая — настаивает на том, что это слово происходит от названия городка в бельгийских Арденнах, где есть минеральный источник с целебной водой. А в версии третьей (анекдотической) прослеживается явная попытка приписать “нарицательные” лавры Петру I. Говорят, русский царь, путешествуя по Европе, испил тамошной (история умалчивает, где именно) минеральной водицы и, как человек воспитанный, поблагодарил за угощение на чистейшем русском. В память о царском “Спасибо!” оный источник так и нарекли. Да вот незадача, с годами “сибо” кануло в Лету, и осталось куцее “спа”. Не знаю, как вам, а на мой взгляд, лингвистическая версия выглядит самой убедительной. Тем более что она вполне соответствует исторической правде: во все времена женщины стремились привести свои ноготки в порядок при помощи различных ухищрений, но самых лучших результатов добивались после водных процедур.

Водный парадокс

Для подготовки ногтей к маникюру и педикюру издавна и впрямь использовали воду. Ведь и кожа, и ногти под ее воздействием размягчались. Так и кутикулы обрабатывать было легче, и ногти срезать, и от заусениц избавляться. Но с другой стороны, женщины давно знают, что та же вода с легкостью превращается в одного из самых главных врагов маникюра. Причем во “вражеский образ” она входит именно тогда, когда женщины занимаются наведением домашней красоты и чистоты: стирают белье, моют посуду или окна... Несправедливо, но факт.

Более того, после вынужденных или целенаправленных водных процедур ногти не только становятся очень мягкими, но и слегка меняют форму. Поэтому опытные мастера маникюра и педикюра никогда не торопятся наносить лак на ногти, недавно побывавшие в воде. Для того чтобы после “купания” они вернулись “в форму”, должно пройти не менее часа. Иначе лак, нанесенный впопыхах, начнет быстро отслаиваться — даже самый качественный и стойкий.

Чтобы избежать подобных осложнений, практичные западные европейцы придумали “сухой” маникюр. Его главное отличие состоит в том, что кутикулы не распаривают и не обрезают. Вначале процедуры наносят смягчающий крем и аккуратно отодвигают кутикулы деревянным “копытцем”. Затем втирают специальный крем, масло или жидкость для удаления кутикул и снова сдвигают их.

А когда начался SPA-бум, косметологи предложили клиентам программы по SPA-маникюру и педикюру, которые включают в себя как “сухие”, так и “мокрые” услуги. И при этом специалисты сознательно увеличили время самих процедур.

Специфика SPA-мани

Сейчас ею охвачены все уважающие себя косметические салоны. Ведь на фоне всех известных “ручных” и “ножных” процедур SPA-маникюр и педикюр считаются самыми действенными. Узнай Клеопатра или царица Савская обо всех нюансах этого приятнейшего времяпровождения, они бы свои холеные ноготки просто изгрызли от зависти. Шутки шутками, но SPA-маникюр и педикюр — дело кропотливое и вовсе не шуточное. Да и времени занимает немало. Если на обычный маникюр уходит от 30 до 45 минут, то SPA-процедуры, например, для рук займут часа два.

И не ждите от меня изложения четких правил проведения SPA-маникюра или педикюра. Их не существует в принципе. Могут только сказать, что в каждом салоне есть свой рецепт SPA-сения ногтей, да и средства ухода могут использоваться самые разные. При этом конечный результат выглядит примерно так: руки и ноги, приведенные в идеальный порядок, плюс настоящий психофизический релакс.

Честно говоря, достичь состояния “маникюрно-педикюрной нирваны” дома намного труднее. Скорее всего, вы попытаетесь проделать процедуру самостоятельно. И расслабиться вам при этом не удастся, как и получить “салонный” результат, призвав на помощь не очень опытных в таких делах домашних. Так что лучше всего довериться специалистам.

SPA педикюр, как и его собрат, SPA маникюр, способен подарить вам море удовольствия. Но главное в том, что за часы, проведенные в салоне, вы сможете получить комплексное оздоровление стоп, ведь под этим таинственным словом скрывается много чего: выравнивание и наращивание ногтей, массаж стоп, лечение мозолей и натоптышей.

Для этого используется самая современная косметика с природными компонентами - термальной водой, грязями, водорослями, растительными экстрактами и многим другим.

В начале процедуры часто применяют гидромассажные ванны с морскими солями. Они приносят настоящее расслабление и отлично готовят стопы к дальнейшему воздействию. Пятки и сами ногти обычно обрабатывают с помощью шлифовального аппарата. Его насадки совершенно безопасно и безболезненно удаляют мозоли и натоптыши, выравнивают ногтевые пластины. Наносимый после обработки кожи специальный состав предотвращает появление сухих мозолей в дальнейшем.

Иногда размягчение кожи производят с помощью препаратов с содержанием фруктовых кислот. В очистке кожи могут также использоваться мелкие и крупные скрабы.

Непременным компонентом SPA педикюра является массаж стоп. Он приносит неоценимую пользу, так как на стопах располагается огромное количество биологически активных точек. В результате их стимуляции улучшается общий тонус организма и поднимается настроение.

На следующем этапе оздоровления используются многокомпонентные маски, которые увлажняют, питают и смягчают кожу ног и сами ногти. Но поистине детскую мягкость подошвам способны вернуть парафиновые обертывания стоп. И напоследок - тонирующий гель.

И все это под приятную музыку и удивительные ароматы эфирных масел! А чтобы ничего уже не мешало наслаждаться видом своих преобразившихся ножек, во время процедуры SPA педикюра всегда есть возможность скрыть имеющиеся дефекты ногтевых пластин с помощью акрила.

Действие SPA педикюра оказывается, как правило, настолько эффективным, что повторный сеанс обычно необходим не ранее, чем через месяц.

SPA-маникюр – это комплекс, включающий в себя высококачественное увлажнение и смягчение кожи рук, мягкий, но эффективный пилинг, насыщение кожи натуральным витамином Е, Алоэ Вера и керамидами.

SPA-маникюр – это путешествие из мира обыденности в мир роскоши и блаженства. Элитная процедура, которая позволит сделать любые руки царственно прекрасными. Ароматерапевтические отдушки цитруса и дыни придают маникюру изысканность и неповторимость. При выполнении SPA-маникюра.

SPA-педикюр даст возможность не только иметь ухоженные ножки, не прибегая к помощи лезвия, но и получить удовольствие от этой процедуры. SPA-педикюр – это не просто педикюр нового поколения. Это райское наслаждение.

Шаг за шагом

И пусть в каждом косметическом салоне свой подход к проведению SPA-маникюра и педикюра, но примерная схема выглядит так.

Шаг первый. Размягчение кутикул и очищение рук или ног. Для этой процедуры лучше всего подходят косметические препараты, которые содержат жирные кислоты. Например, кислоты кокосового, оливкового, виноградного или облепихового масел.

Шаг второй. Обработка кутикул и кондиционирование ногтей. На увлажнении, смягчении и частичном удалении кутикул “специализируются” различные фруктовые кислоты, входящие в состав подобных средств. Они же придают ногтям и необходимую гибкость.

Шаг третий. Поверхностный пилинг (эксфолиация). Представляет собой мягкое отшелушивание, цель которого — подготовка кожи для глубокого проникновения питательных веществ. При этом используются специальные косметические препараты, в состав которых обычно входят витамины А и Е, защищающие клетки кожи от окисления, различные натуральные масла, оказывающие успокаивающее и смягчающее действие, а также фруктовые кислоты, которые и “занимаются” химической очисткой кожи.

Шаг четвертый. Глубокий пилинг. Концентрация отшелушивающих веществ в препаратах для глубокого пилинга несколько выше, чем в тех, которые предназначены для поверхностного. Кроме того, для усиления процесса отшелушивания иногда проводят теплое обертывание. Чаще всего в состав таких препаратов помимо кислот и витаминов входят алоэ вера и пантенол. Эти ингредиенты не только питают и смягчают кожу, но и удерживают в ней влагу.

Шаг пятый. Массаж и глубокое увлажнение. Массируют не только пальцы, ладони и ступни, но и руки (до локтей), а также ноги (до коленок). Для проведения процедуры используют препараты, содержащие натуральные масла (оливковое, пальмовое, кокосовое, масло какао и т. п.), которые отлично увлажняют кожу.

Шаг шестой. Окончательная обработка кутикул и ногтей. Сначала удаляют остатки кутикул, а затем покрывают ногти базовым покрытием,

которое делает их более прочными и гибкими и регулирует водный баланс. По желанию клиентки ногти можно покрыть лаком. А можно и не покрывать, ведь к концу процедуры они действительно будут выглядеть идеально.

Кстати, SPA-маникюр можно делать один раз в неделю, а вот SPA-педикюр — раз в 3-4 недели. Это связано с тем, что ногти на ногах растут медленнее, чем на руках.

Контрольные вопросы

1. Для чего нужны SPA-процедуры?
2. Что такое SPA?
3. Как правильно ухаживать за руками?
4. Как правильно ухаживать за ногами?
5. Технология выполнения SPA- процедуры?

Лабораторная работа №12

2 часа

Тема работы: Нейл – Арт.

Цель работы: Научить студентов правильному выполнению Нейл – Арта.

Порядок выполнения работы

1. История нейл - арта.
2. Сочетаемость цветов.

Женщины с древних времен постоянно совершенствуют эстетику своих ногтей. Но последнее время мы столкнулись с безграничной фантазией мастеров салонов красоты, которые предлагают свои услуги в чрезвычайно популярном направлении - нейл - арта.

Идеи украшения и росписи ногтей, характерные для настоящего нейл - арта, зародилась среди низших слоев афро-американцев и долгое время не интересовали белое население США. Но с начала 1990-х годов они стали обретать все больше поклонников в США, а затем в Японии и Европе, совершенствоваться, пока не превратились в своего рода искусство. Особенная популярность нейл - арта пришла благодаря проведению специальных конкурсов и шоу. Те шедевры, которые демонстрировались на них, требовали терпения, вкуса и творческой фантазии.

Так же нейл – арт имеет свои разновидности, такие как:

- Роспись ногтей

- Мраморные ногти
- Аквариум
- Самоклеящиеся трафареты
- Лента для украшения ногтей
- Переводные картинки для ногтей
- Наклейки
- Аппликации с фольгой
- Техника объемного дизайна ногтей
- Пирсинг и бижутерии на ногтях
- Техника кракелюр
- Тату - дизайн

Сочетаемость цветов

Цвета	Гармонирующие Цвета и оттенки	Негармонирующие цвета и оттенки
Красный	Зеленый, синий, синевато-зеленый, золотисто-желтый, серый	Фиолетовый, кирпичный, коричневый, каштановый, оранжевый
Розовый	Бордо, коричневый, серый	Синий, красный, каштановый, сиреневый
Оранжевый	Небесно-голубой, зеленый, фиолетовый, лиловый, коричневый, белый	красный
Коричневый	Беж, синий с зеленоватым оттенком, золотистый	Бордо, каштановый, сиреневый, розовый
Желтый	Зеленый, коричневый, золотистый	Бордо, розовый
Голубой	Красный, коричневый, синий, оранжевый, светло-фиолетовый	Бордо, темно-фиолетовый, сиреневый
Синий	Красный, серый, золотистый, бордо	Зеленый, сиреневый, розовый, коричневый
Бордо	Зеленый, сине-зеленый, серый, розовый, синий	Сиреневый, каштановый, красный, золотистый
Серый	Черный, зеленый, красный, синий, розовый, желтый, голубой	беж
Фиолетовый	Золотистый, желтый, оранжевый, светло-зеленый, зеленый, травяной, цвет морской волны	Красный, кирпичный
Сиреневый	Серый, каштановый, светло-фиолетовый, зеленый	Красный, кирпичный, синий, золотистый, бордо, розовый

Контрольные вопросы

1. Что такое нейл - арт?
2. Какие виды нейл - арта вы знаете?
3. Зарисовать таблицу.

Лабораторная работа №13

2 часа

Тема работы: Нарращивание ногтей.

Цель работы: Научить студентов наращиванию ногтей.

Порядок выполнения работы

1. Последовательность процедуры наращивания.
2. Немножко информации о наращенных ногтях.

Последовательность же процедуры наращивания таков:

- Подготовка ногтей. Обрабатывают кутикулу и придают ногтям форму.
- Очищение ногтей после опиливание. Используют специальную кисточку, предварительно обработанную дезинфицирующим раствором.
- Влажное очищение ногтей. Используют специальные скрабы.
- Дегидратация и дезинфекция поверхности ногтей. Используют специальную жидкость - осушитель, которая убирает лишнюю влагу из ногтевой пластины.
- Наложение специальной акриловой формы для наращивания.
- Нанесение грунтовочной жидкости только на область натурального ногтя, не позволяя попадать на акриловую форму или кожу. После нанесения грунтовка должна просохнуть. Обычно хватает двух повторений этой процедуры.
- Подготовка акриловой смеси. Пока грунтовка сохнет, готовится акриловый порошок и жидкость - мономер.
- Нанесение белого слоя. При работе с двумя цветами начинают с нанесения белой смеси. Это позволяет сосредоточиться и сделать белые кончики ногтей однородными. Белый слой должен полностью схватиться, прежде чем начнется работа с розовыми, иначе есть опасность смешивания цветов в области «линии улыбки». Смешав порошок с жидкостью - мономером, получают шарики, которые накладывают по одному на каждый ноготь.

- Нанесение розового слоя. Розовый слой наносят по зонам: зона 1- белый слой, зона 2- в центре ногтя, зона 3- вблизи кутикулы.
- Опиливание наращенного ногтя.
- Наведения блеска начинают с работы баффа - полировщика, постепенно переходя на более тонкие его грани.
- Для окончательного блеска совместно с баффом - полировщиком используют жидкость для полировки.

Наращенные ногти можно покрыть любым цветным лаком или нанести на них роспись.

А если вы захотите снять акриловое покрытие, то нужно сделать следующие действия:

- Надо опилить большую часть толщины покрытия - это сократит продолжительность всей процедуры. Для этой цели используют электропилки или грубые ручные пилочки.
- Перед погружением пальцев в ацетон обязательно покрывают кожу вокруг ногтей вазелином или защитным лосьоном.
- Когда акриловое покрытие начнет отслаиваться от ногтевой пластины, его можно легко снять. Это условие необходимо и для наклеивания типсов - накладных кончиков ногтя, удлиняющих их. Нарушение технологии может вызвать преждевременное отслаивание.
- Если ты будешь носить типсы в сочетании с акриловым покрытием очень долго, скажем, более года, могут появиться проблемы отслаивания. Это будет происходить до тех пор, пока натуральный ноготь не отрастет до определенной длины и не отпадет необходимость в типсов.
- Акриловое покрытие может отслаиваться и в том случае, если руки постоянно находятся в контакте с водой. Натуральный ноготь, впитывая, снова становится более тонким. Попеременное расширение и сжатие тканей натурального ногтя ведет к отторжению акрилового слоя.

Контрольные вопросы

1. Какие виды наращивания вы знаете?
2. Последовательность процедуры (записать).
3. Как снять наращенные ногти?
4. Какие проблемы могут появиться после наращенных ногтей?

Технология маникюрных и педикюрных работ
Методические указания для студентов специальности «Парикмахерское искусство»
Составитель *Байсалова Д.Х.*

Тех. редактор *Субанбердиева Н.Е.*

Подписано к печати 17.05.2011 г. Формат бумаги 60x84¹/₁₆.
Бумага офс. Печать офс. Объем 1,5 п.л. Тираж 50 экз. Заказ 210. Цена 33 с.
Бишкек, ул. Сухомлинова, 20. ИЦ «Текник» КГТУ им. И.Раззакова, т.: 54-29-43
e-mail: beknur@mail.ru

