



MINISTERSTWO EDUKACJI  
NARODOWEJ



**Magdalena Suligowska**

## **Wykonywanie trwałego ondulowania i prostowania włosów 514[01].Z5.03**

**Poradnik dla ucznia**

**Wydawca**  
**Instytut Technologii Eksploatacji – Państwowy Instytut Badawczy**  
**Radom 2007**

**Recenzenci:**

mgr Ewa Kurlej-Bielak  
mgr inż. Marcin Kostrzewa

**Opracowanie redakcyjne:**

mgr Małgorzata Sołtysiak

**Konsultacja:**

mgr Małgorzata Sołtysiak  
mgr Marek Rudziński

Poradnik stanowi obudowę dydaktyczną programu jednostki modułowej 514[01].Z5.03 „Wykonywanie trwałego ondulowania i prostowania włosów”, zawartego w modułowym programie nauczania dla zawodu fryzjer.

**Wydawca**

Instytut Technologii Eksploatacji – Państwowy Instytut Badawczy, Radom 2007

# SPIS TREŚCI

|  |    |
|--|----|
| <b>1. Wprowadzenie</b>                             | 3  |
| <b>2. Wymagania wstępne</b>                        | 5  |
| <b>3. Cele kształcenia</b>                         | 6  |
| <b>4. Materiał nauczania</b>                       | 7  |
| <b>4.1. Przygotowanie stanowiska pracy</b>         | 7  |
| 4.1.1. Materiał nauczania                          | 7  |
| 4.1.2. Pytania sprawdzające                        | 8  |
| 4.1.3. Ćwiczenia                                   | 8  |
| 4.1.4. Sprawdzian postępów                         | 9  |
| <b>4.2. Konsultacja z klientem</b>                 | 10 |
| 4.2.1. Materiał nauczania                          | 10 |
| 4.2.2. Pytania sprawdzające                        | 12 |
| 4.2.3. Ćwiczenia                                   | 13 |
| 4.2.4. Sprawdzian postępów                         | 13 |
| <b>4.3. Wykonanie zabiegu ondulacji chemicznej</b> | 14 |
| 4.3.1. Materiał nauczania                          | 14 |
| 4.3.2. Pytania sprawdzające                        | 25 |
| 4.3.3. Ćwiczenia                                   | 25 |
| 4.3.4. Sprawdzian postępów                         | 34 |
| <b>4.4. Chemiczne prostowanie włosów</b>           | 35 |
| 4.4.1. Materiał nauczania                          | 35 |
| 4.4.2. Pytania sprawdzające                        | 36 |
| 4.4.3. Ćwiczenia                                   | 36 |
| 4.4.4. Sprawdzian postępów                         | 38 |
| <b>5. Sprawdzian osiągnięć</b>                     | 39 |
| <b>6. Literatura</b>                               | 44 |

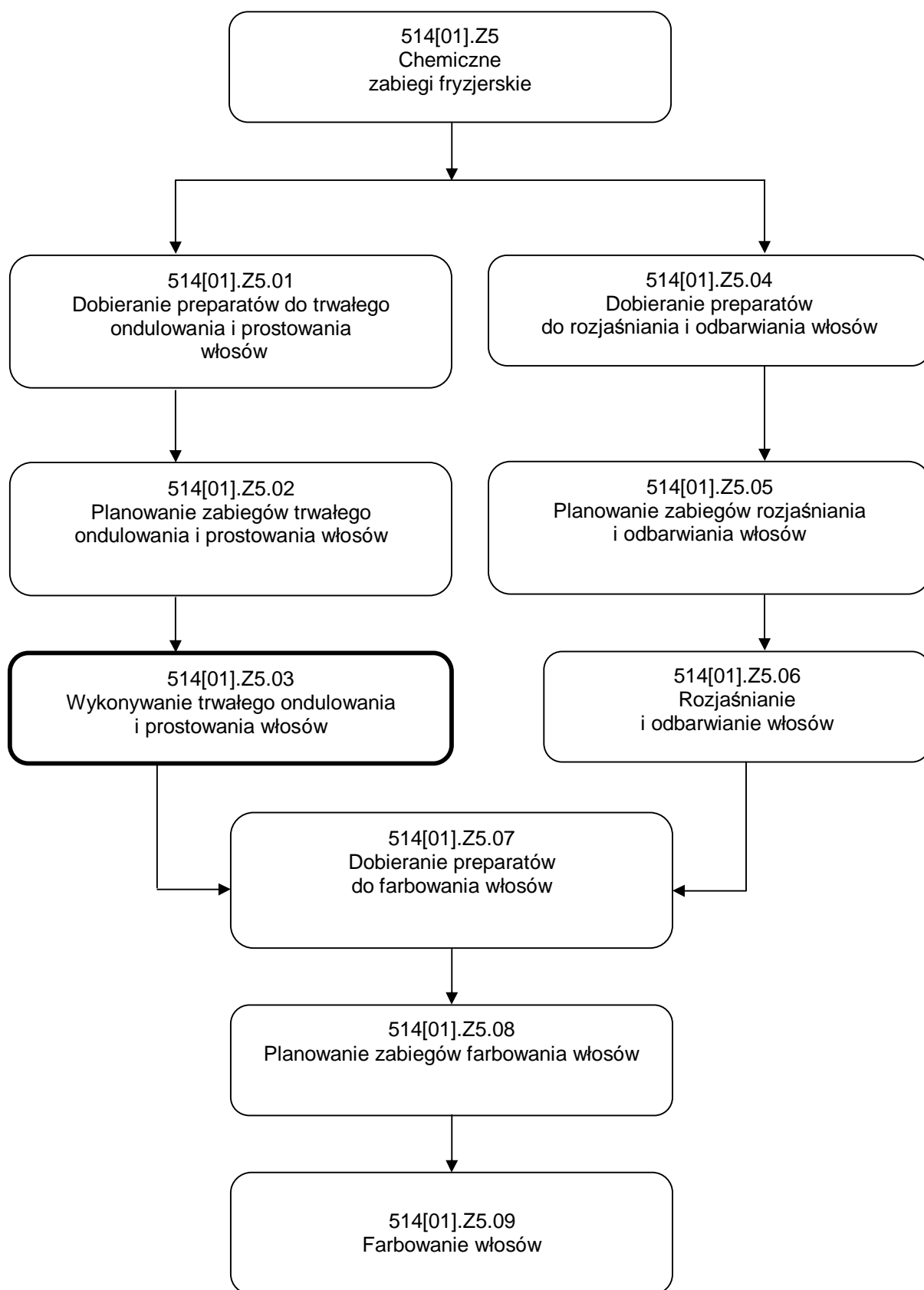
# 1. WPROWADZENIE

Poradnik będzie Ci pomocny w przyswajaniu wiedzy z zakresu zabiegów trwałego ondulowania i prostowania włosów. Pomoże Ci przygotować stanowisko pracy. Wyznaczy kolejność etapów pracy i bardzo dokładne przeprowadzenie pojedynczych kroków do uzyskania optymalnego wyniku. Zamieszczony materiał nauczania zawiera najważniejsze informacje dotyczące wymienionych zagadnień i wskazuje tematykę, z jaką powinieneś się zapoznać poprzez wyszukanie odpowiednich informacji we wskazanej literaturze. Poradnik zawiera:

1. Wymagania wstępne, czyli wykaz niezbędnych umiejętności i wiedzy, które powinieneś mieć opanowane, aby przystąpić do realizacji tej jednostki modułowej.
2. Cele kształcenia tej jednostki modułowej.
3. Materiał nauczania umożliwiający samodzielne przygotowanie się do wykonania ćwiczeń i zaliczenia sprawdzianów. Wykorzystaj do poszerzenia wiedzy wskazaną literaturę oraz inne źródła informacji. Obejmuje on również ćwiczenia, które zawierają:
  - wykaz materiałów, narzędzi i sprzętu potrzebnych do realizacji ćwiczenia,
  - pytania sprawdzające wiedzę potrzebną do wykonania ćwiczenia,
  - sprawdzian teoretyczny.
4. Przykłady ćwiczeń oraz zestawy pytań sprawdzających Twoje opanowanie wiedzy i umiejętności z zakresu całej jednostki. Prawidłowe wykonanie ćwiczeń jest dowodem osiągnięcia umiejętności praktycznych określonych w tej jednostce modułowej. Wykonując sprawdziany postępów powinieneś odpowiadać na pytanie tak lub nie, co oznacza, że opanowałeś materiał albo nie.

Jeżeli masz trudności ze zrozumieniem tematu lub ćwiczenia, to poproś nauczyciela lub instruktora o wyjaśnienie i ewentualne sprawdzenie, czy dobrze wykonujesz daną czynność. Po zrealizowaniu materiału spróbuj zaliczyć sprawdzian osiągnięć z zakresu tematyki jednostki modułowej.

Jednostka modułowa: Wykonywanie trwałego ondulowania i prostowania włosów, której treści teraz poznasz jest jednym z modułów koniecznych do zapoznania się z planowaniem i wykonywaniem zabiegów z zakresu fryzjerstwa.



Schemat układu jednostki modułowej

## 2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Przystępując do realizacji programu jednostki modułowej powinieneś umieć:

- korzystać z różnych źródeł informacji,
- analizować tekst ze zrozumieniem,
- stosować zasady higieny i bezpieczeństwa pracy w trakcie świadczenia usług,
- charakteryzować budowę włosa,
- scharakteryzować jakie są cechy włosów: zdrowych, suchych, zniszczonych
- określać czynniki wywołujące uszkodzenia,
- dezynfekować narzędzia i przybory,
- prawidłowo przygotować stanowisko,
- wykonać mycie włosów na mokro,
- wykonać strzyżenie,
- dobierać preparaty pielęgnacyjne do potrzeb włosów,
- rozpoznawać rodzaje włosów i ich właściwości,
- charakteryzować grupy sprzętu fryzjerskiego,
- identyfikować zmiany patologiczne skóry głowy,
- wykonać modelowanie.

### 3. CELE KSZTAŁCENIA

W wyniku realizacji programu jednostki modułowej powinieneś umieć:

- przygotować stanowisko pracy do wykonywania trwałej ondulacji włosów zgodnie z wymaganiami ergonomii,
- przygotować klienta i włosy do wykonywania trwałego ondulowania i prostowania włosów,
- zastosować przepisy bezpieczeństwa i higieny pracy, ochrony przeciwpożarowej oraz ochrony środowiska w czasie wykonywania usługi,
- ocenić stan włosów na podstawie rozmowy konsultacyjnej z klientem i analizy wyglądu włosów,
- wykonać próbę uczuleniową,
- dobrać rodzaj trwałego ondulowania i prostowania włosów uwzględniając życzenia klienta,
- dobrać przybory, narzędzia i preparaty do rodzaju usługi,
- nawinąć włosy na wałki klasycznie i cegielkowo, stosując odpowiadającą rodzajowi trwałej ondulacji siłę naprężania pasm,
- wykonać trwałą ondulację na zimno,
- wykonać trwałą ondulację na ciepło,
- wykonać trwałą ondulację kwaśną,
- wykonać chemiczne prostowanie włosów,
- przeprowadzić kontrolę procesu trwałej ondulacji,
- wykonać strzyżenie uzupełniające po trwałej ondulacji,
- oszacować ilość preparatów potrzebnych do wykonania trwałej ondulacji, na podstawie długości, grubości, gęstości i struktury włosów.

## 4. MATERIAŁ NAUCZANIA

### 4.1. Przygotowanie stanowiska pracy

#### 4.1.1. Materiał nauczania

Prawidłowo przygotowane stanowisko pracy zapewni bezpieczną i racjonalną pracę. Na stanowisku należy zgromadzić sprzęt fryzjerski niezbędny do wykonania usługi. Trwała ondulacja jest zabiegiem wykonywanym na dwóch stanowiskach pracy: myjce fryzjerskiej i konsoli. Na stanowisku do mycia należy zgromadzić:

- ręcznik frotte,
- ręczniki papierowe,
- preparaty fryzjerskie: szampon, odżywka, środek ochronny.

Na stanowisku fryzjerskim należy zgromadzić:

- 1) narzędzia:
  - grzebień do rozczesywania włosów,
  - grzebień szpikulec (ułatwiającego separację),
  - grzebień fryzjerski do strzyżenia,
  - nożyczki fryzjerskie,
  - klamry.
- 2) przybory:
  - zestaw wałków,
  - papierki zabezpieczające,
  - paski odciągające wałki,
  - rozpylacz,
  - gąbka do nasączania płynu,
  - miseczka,
  - karkówka,
  - kołnierz rynienka,
- 3) odzież ochronną:
  - rękawiczki lateksowe lub foliowe.
- 4) bieliznę zabiegową:
  - peleryna jednorazowego użytku do zabiegów chemicznych,
  - ręczniki papierowe,
  - pelerynę do strzyżenia,
  - kołnierz do strzyżenia,
  - kołnierz rynienka.
- 5) preparaty fryzjerskie:
  - preparat zabezpieczający strukturę włosów,
  - płyn do trwałej ondulacji,
  - preparat odpęczniający włosy (ściąający),
  - utrwalacz,
  - neutralizator odczynu,
  - środki stylizujące.

Przed przystąpieniem do wykonania usługi wszystkie narzędzia powinny być poddane dezynfekcji w autoklawie.

Dokładne przeprowadzenie pojedynczych kroków jest podstawą do uzyskania optymalnego wyniku trwałej ondulacji



### 4.1.2. Pytania sprawdzające








Odpowiadając na pytania, sprawdzisz, czy jesteś przygotowany do wykonania ćwiczeń.

1. Jakie narzędzia i przybory fryzjerskie powinny znajdować się na stanowisku pracy?
2. Jaka bielizna jest niezbędna do wykonania zabiegu ondulacji chemicznej?
3. Jakie środki fryzjerskie będą potrzebne do wykonania zabiegu?
4. Jakie środki stanowią zestaw preparatów do trwałej ondulacji?
5. Jaki grzebień ułatwia separację włosów?
6. Co powinno się znajdować na stanowisku do mycia włosów?

### 4.1.3. Ćwiczenia

#### Ćwiczenie 1

Zaznacz, jaki sprzęt fryzjerski powinien znajdować się na stanowisku pracy do wykonania trwałej ondulacji.

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|    |    |    |    |
|   |  |   |   |
|  |  |  |  |
|   |   |  |   |

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z opisem wyposażenia stanowiska pracy do wykonania zabiegu trwałej ondulacji (materiał nauczania pkt. 4.1.1),
- 2) wybrać narzędzia niezbędne do wykonania usługi,
- 3) zaznaczyć znakiem X sprzęt potrzebny do wykonania trwałej ondulacji,
- 4) porównać swoje odpowiedzi z odpowiedziami koleżanki,
- 5) zaprezentować wykonane ćwiczenie,
- 6) dokonać oceny wykonanego ćwiczenia.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- arkusz papieru,
- zdjęcia narzędzi,
- literatura z rozdziału 6.

## Ćwiczenie 2

Zaplanuj stanowisko pracy do wykonania operacji przygotowawczych wykonywanych przed ondulacją chemiczną

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się opisem operacji przygotowawczych przed ondulacją chemiczną (materiał nauczania 4.1.1),
- 2) ustalić zabiegi przygotowawcze,
- 3) sporządzić wykaz sprzętu potrzebnego do wykonania operacji przygotowawczych,
- 4) dokonać oceny wykonanego ćwiczenia.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- arkusz papieru,
- literatura.

### 4.1.4. Sprawdźan postępów

Czy potrafisz:

- |  | <b>Tak</b>               | <b>Nie</b>               |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1) wskazać sprzęt potrzebny do wykonania trwalej ondulacji?          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2) przygotować stanowisko do mycia włosów przed ondulacją chemiczną? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## 4.2. Konsultacja z klientem

### 4.2.1. Materiał nauczania

W dzisiejszych czasach trwała ondulacja nie jest tylko modą, jest czymś więcej – trendem i nurtem w potrzebie kreowania wizerunku nowoczesnej kobiety. Dzisiejsze płyny do trwałej ondulacji, dają nieograniczone możliwości w tworzeniu indywidualnych, oryginalnych kształtów i perfekcyjnego ułożenia fryzury dla podkreślenia urody i rysów twarzy.

Podstawą każdego zabiegu fryzjerskiego jest konsultacja, która pomoże poznać:

- oczekiwania klienta i wyobrażenie o zamierzonej fryzurze,
- uprzedzenia,
- typ urody,
- pozwoli określić styl przekształceń wybranych przez klienta.

Właściwie postawiona diagnoza stanowi podstawę dobrze wykonanego zabiegu. Powinna być stawiana na podstawie badania skóry i włosów oraz wywiadu przeprowadzonego z klientką/ klientem.

Przeprowadzając wywiad należy zapytać klientkę/ klienta o:

- dotychczasową pielęgnację w salonach i w domu (sposób mycia, używane preparaty, stosowane zabiegi),
- stan zdrowia (przebyte i aktualne choroby),
- tryb życia i warunki pracy,
- formy wypoczynku.

Do przeprowadzenia wywiadu poleca się stosowanie pytań zamkniętych, otwartych i wyboru. Każdemu klientowi korzystającemu z usług salonu należy założyć kartę klienta, w której powinny być zanotowane najistotniejsze informacje dotyczące stanu włosów przed i po wizycie, rodzaju wykonanego zabiegu, doboru preparatów i zasad ich stosowania oraz zalecenia pielęgnacyjne do domu. Karta klienta służy np.: do porównania wyników pielęgnacji i wprowadzania zmian w jej sposobie oraz stosowania preparatów.

Nr karty.....

Nazwisko fryzjera .....

### KARTA KLIENTA

Imię, nazwisko ..... zawód .....

Adres ..... nr telefonu.....

| Rozpoznanie włosów, wywiad | Zalecenia do domu |         | Zalecenia dotyczące zabiegów w salonie |
|----------------------------|-------------------|---------|--|
|                            | Preparaty         | zabiegi |  |
|                            |                   |         |  |

## UWAGI

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

## DIAGNOZA

### STAN WŁOSÓW

|   | TAK | NIE |
|---|-----|-----|
| - pozostałość trwałej ondulacji                   | ..  | ..  |
| - porowate końcówki                               | ..  | ..  |
| - pasemka   | ..  | ..  |
| - ponad 40%                                       | ..  | ..  |
| - włosy farbowane                                 | ..  | ..  |
| - włosy rozjaśniane                               | ..  | ..  |
| - włosy utlenione                                 | ..  | ..  |
| - poddawane działaniu w warunkach domowych        | ..  | ..  |
| - poddawane zabiegom chemicznym w ostatnim czasie | ..  | ..  |

### GRUBOŚĆ WŁOSÓW

|             | TAK | NIE |
|-------------|-----|-----|
| - delikatne | ..  | ..  |
| - naturalne | ..  | ..  |
| - grube     | ..  | ..  |

### DŁUGOŚĆ WŁOSÓW

|               |    |
|---------------|----|
| - do 10 cm    | .. |
| - 10-20 cm    | .. |
| - ponad 20 cm | .. |

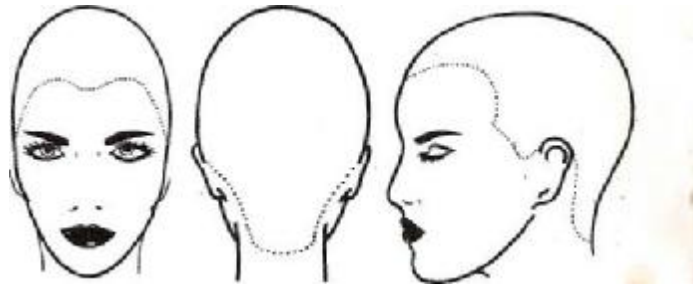
### INTENSYWNOŚĆ SKRĘTU

|             |    |
|-------------|----|
| - mocna     | .. |
| - naturalna | .. |
| - lekka     | .. |

### ŻĄDANA FRYZURA

|                      |    |
|----------------------|----|
| - naturalnie suszona | .. |
| - modelowana         | .. |
| - ugniatana          | .. |

## TECHNIKA NAWIJANIA



- klasyczna ..
- cegiełkowa ..
- kierunkowa ..
- kreatywna ..

**RODZAJ I ŚREDNICA WAŁKÓW.....**

**PREPARATY DO ONDULACJI.....**

**CZAS DZIAŁANIA.....**

z zastosowaniem ciepła.....

bez zastosowania ciepła.....

## UTRWALANIE

Rodzaj preparatu.....

Czas działania.....

**DZIAŁANIA UZUPEŁNIAJĄCE.....**

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

### 4.2.2. Pytania sprawdzające

Odpowiadając na pytania, sprawdzisz, czy jesteś przygotowany do wykonania ćwiczeń.

1. Czego dotyczy konsultacja przy trwałej ondulacji?
2. Jak przeprowadzić diagnozę włosów?
3. Jakie informacje są istotne dla fryzjera przez przystąpieniem do zabiegu trwałej ondulacji?
4. Jakich rodzajów pytań należy używać prowadząc rozmowę z klientem?

### 4.2.3. Ćwiczenia

#### Ćwiczenie 1

Uzupełnij zdania:

Przeprowadzając wywiad należy zapytać o:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z opisem wykonania wywiadu (materiał nauczania 4.2.1),
- 2) wymienić elementy wywiadu i je zanotować,
- 3) skonsultować swoje odpowiedzi z koleżankami/ kolegami.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- karta ćwiczenia,
- literatura zgodna z punktem 6 poradnika dla ucznia.

#### Ćwiczenie 2

Przeprowadź diagnozę stanu włosów koleżanki z grupy.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z opisem przeprowadzania stanu włosów( materiał nauczania pkt. 4.2.1.),
- 2) zorganizować stanowisko pracy,
- 3) przeprowadzić wywiad z klientem,
- 4) zaprezentować wykonane ćwiczenie,
- 5) dokonać oceny wykonanego ćwiczenia.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- arkusz papieru,
- karta klienta,
- karta diagnozy,
- literatura z rozdziału 6.

### 4.2.4. Sprawdzian postępów

Czy potrafisz:

|   | Tak                      | Nie                      |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1) przeprowadzić konsultacje z klientem | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2) określić stan włosów                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3) określić grubość włosów              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4) wypełnić kartę diagnozy              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5) wykonać nawijanie włosów na wałki    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6) wykonać odciąganie gumek             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## 4.3. Wykonanie zabiegu ondulacji chemicznej

### 4.3.1. Materiał nauczania

Etapy wykonywania ondulacji chemicznej:

#### **Etap I**

- delikatnie myjemy włosy (zgodnie z procedurą mycia),
- zabezpieczamy miejsca uwrażliwione,
- nawijamy włosy z uwzględnieniem zamierzonego efektu końcowego,
- zakładamy paski odciągające gumki,
- zabezpieczamy klienta bielizną ochronną.

#### **Etap II**

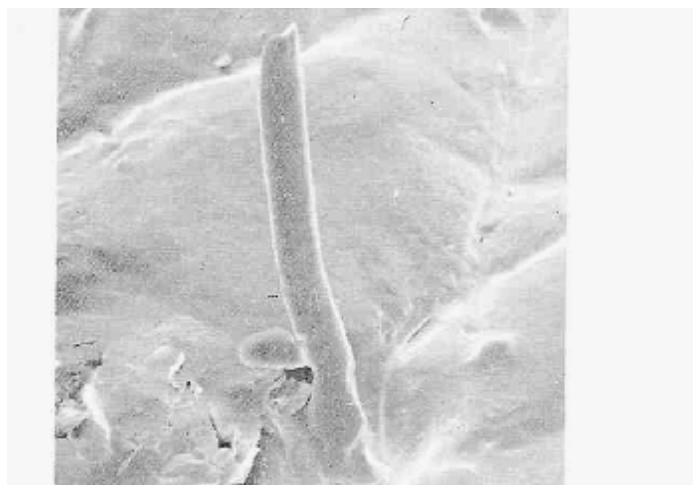
- aplikowanie płynu,
- czas działania płynu,
- kontrola skrętu,
- płukanie,
- usunięcie nadmiaru wody,
- odpęczniecie,
- neutralizacja,
- spłukanie,
- zabieg końcowy – przywrócenie naturalnej wartości pH.

#### **Etap III**

- pielęgnacja,
- nadanie kształtu fryzurze,
- stylizacja.

#### **Mycie włosów**

Rozpoczynając trwałą ondulację myjemy włosy odpowiednim szamponem, nie masując skóry głowy. Nie powinien być zastosowany żaden szampon leczniczy.



**Rys. 1.** Przykłady skóry nieczyszczonej [4, s. 6]

Jeżeli skóra zostanie intensywnie oczyszczona może wystąpić:

- świąd skóry,
- zaczerwienienie skóry,
- przedostanie się płynu do mieszka włosowego (możliwe uszkodzenie).



**Rys. 2.** Uszkodzenie włosa [4, s. 6]

### **Zabezpieczenie i wyrównanie struktury włosów**

Zabieg ten ma na celu ochronę uszkodzonych części włosa przed działaniem płynu. Porowaty włos na długości i końcach, reaguje szybciej niż zdrowy i zamierzony efekt może odbiegać od końcowego.

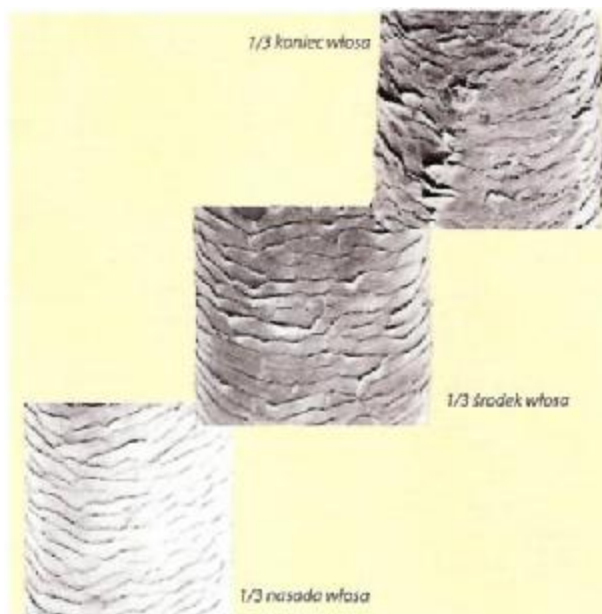
Wskazany etap zabiegu wykonuje się, gdy:

- 1) włosy są porowate na długości i końcach,
- 2) na końcówkach włosów znajdują się pozostałości trwałej ondulacji,
- 3) włosy są częściowo rozjaśnione.

Długość oraz końce powinny zostać spryskane preparatem zabezpieczającym, tak by preparat jak najmniej przedostał się na włosy u nasady.

Preparat zabezpieczając nakłada się na porowate obszary, aby opóźnił proces przenikania preparatu. Intensywność zostaje zmniejszona i osiągamy przez to regularne przekształcenie formy.





**Rys. 3.** Warstwy włosa [2, s. 150]

Skrupulatne przygotowanie włosów do zabiegu stanowi optymalną bazę do wykonania trwałej ondulacji.



**Rys. 4.** Przygotowanie do trwałej ondulacji [4, s. 8]

### **Strzyżenie włosów**

Jeżeli strzyżenie włosów ma być wykonane przed zabiegiem, należy pamiętać że:

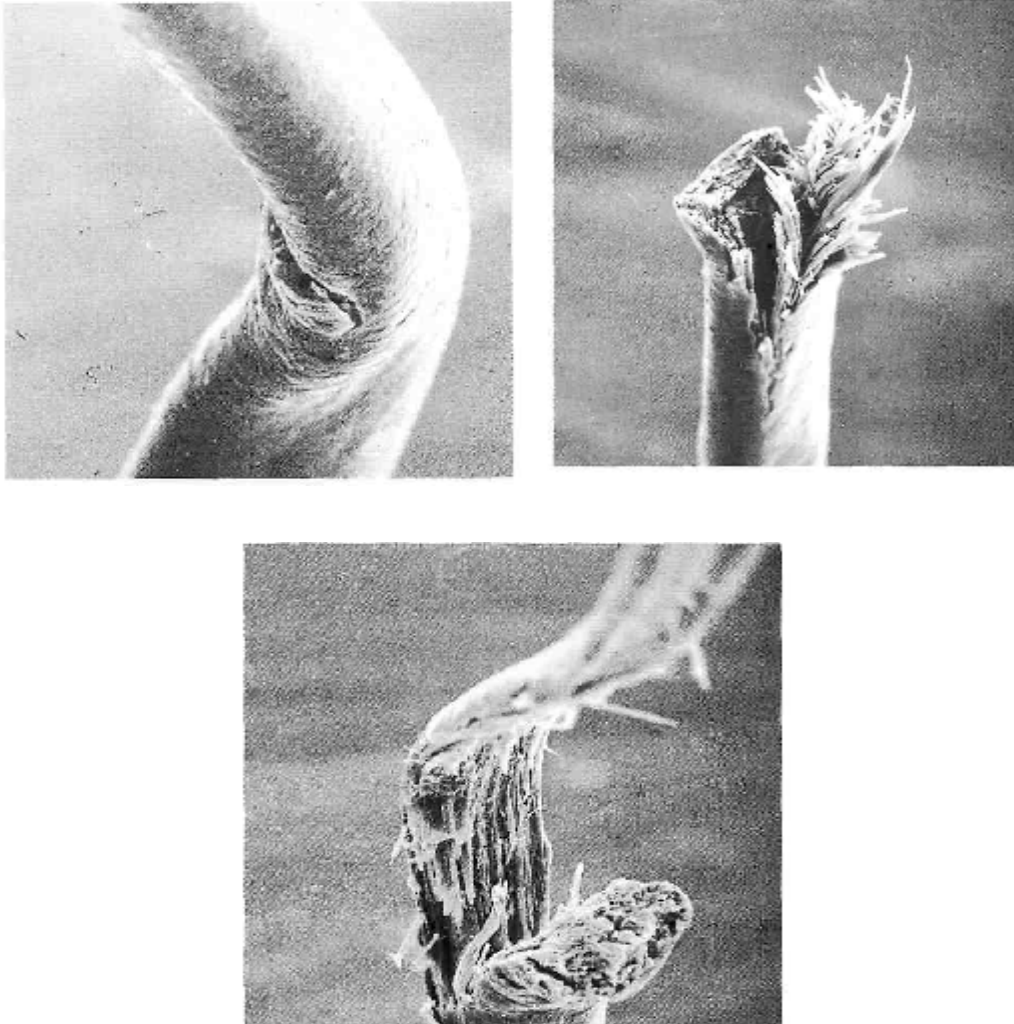
- krótkie włosy trudniej nawinąć na wałki,
- stopniowanie we fryzurach cieniowanych sprawiają trudność przy nawijaniu,
- efilacja powinna nastąpić po trwałej ondulacji,
- strzyżeniem możemy skorygować błędy w nawinięciu na wałki: np. załamane końcówki.

### **Nawijanie włosów**

Należy pamiętać, że przed nawinięciem włosów na wałki nie należy ich nasączać żadnym preparatem do trwałej ondulacji. Technikę nawijania włosów oraz średnicę wałków dobiera się uwzględniając życzenia klienta odnośnie końcowego kształtu fryzury. Technika powinna

zapewnić trwałość ułożenia fryzury. Wówczas klient w trakcie zabiegów domowych będzie w stanie poradzić sobie sam z układaniem włosów.

Poniższe zdjęcie przedstawiają zmiany struktury włosa, jakie mogą powstać przez nieprawidłowe zastosowanie gumki i wałka.



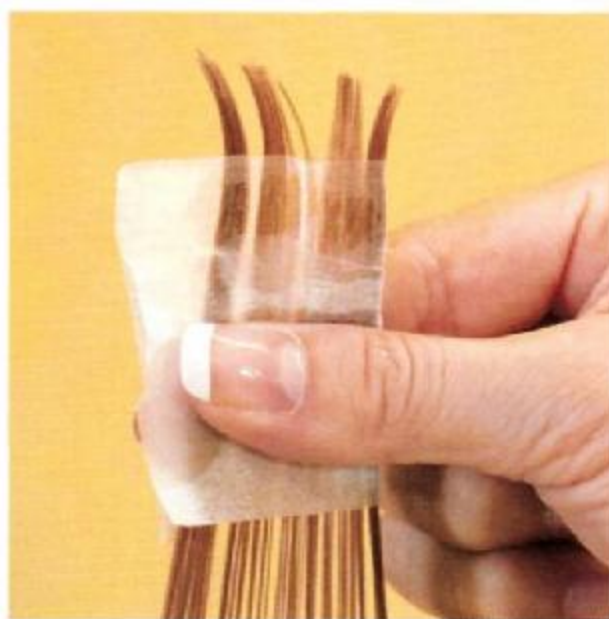
**Rys. 5.** Uszkodzenia włosów [4, s.11]

Aby prawidłowo nawinąć włosy na wałek musimy posiadać następujące wiadomości i umiejętności;

- znać różne technik nawijania włosów,
- znać różne rodzaje wałków,
- przeprowadzić prace według planu.



**Rys. 6.** Wydzielanie pasm [2, s. 158]



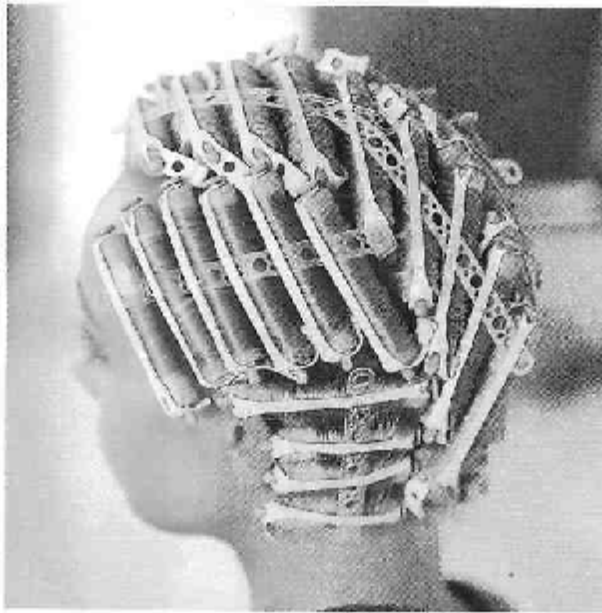
**Rys. 7.** Zabezpieczanie pasm włosów papierkiem [2, s. 158]



**Rys. 8.** Nawijanie na wałek [2, s. 158]



**Rys. 9.** Mocowanie wałka [2, s. 158]



**Rys. 10.** Nawinięte wálki [4, s. 12]

## **Etap II**

### **Aplikowanie płynu**

Przygotowanie preparatu powinno przebiegać według instrukcji załączaj do wybranego preparatu.

Aplikowanie płynu do trwałej ondulacji możemy przeprowadzić; odpowiednio do długości włosów np. włosy na czubku głowy powinny zostać nałożone bezpośrednio na walek odpowiednią ilością preparatu. Płyn nakłada się dwiema metodami;

- metoda kropelkowa-użycie aplikatora,
- metoda ciągła-użycie gąbki.

Odpowiednia ilość preparatu to lepszy i pewniejszy efekt. Kilkakrotne nasączenie tego samego wálka nie wiąże się ze zbyt dużą ilością ściekającego preparatu. Włosy mają czas na całkowite wchłonięcie poszczególnych partii płynu.

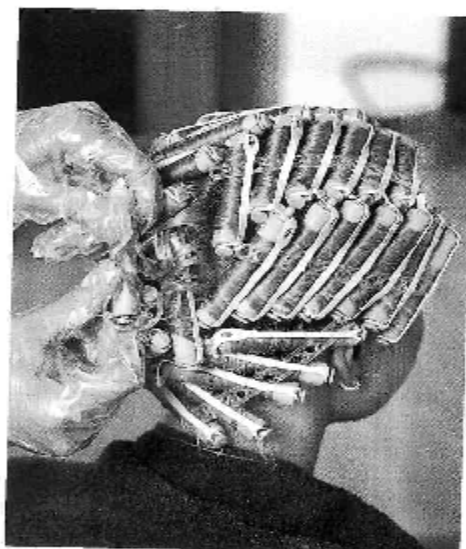
### **Czas działania**

Płyny do trwałej ondulacji mają załączone instrukcje zawierające informacje o czasie działania. Tylko dokładny i kontrolowany czas działania zapobiega zniszczeniom oraz gwarantuje trwały i elastyczny efekt ondulacji.

### **Czas działania przy zastosowaniu źródła ciepła**

- zastosować czas działania podany w instrukcji,
- kontrolować skręt poprzez walek próbny.

Walek próbny służy do sprawdzenia, czy struktura włosa została przekształcona w takim stopniu, aby w czasie utrwalania zachowała formę.

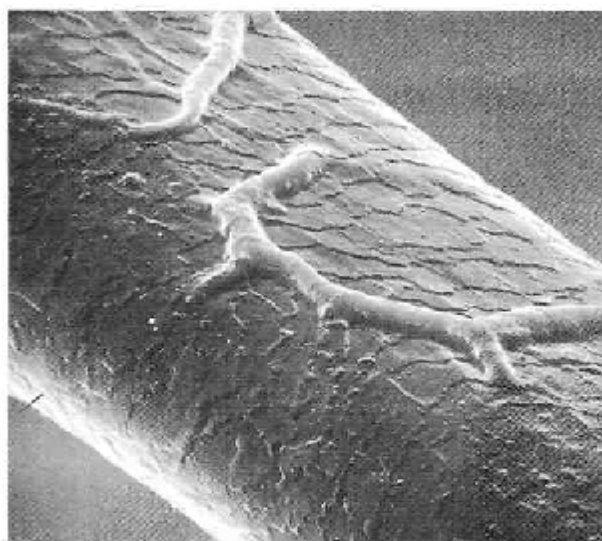


**Rys. 11.** Aplikowanie płynu [4, s. 15]

Jeżeli przekształcenie jest prawidłowe to przystępujemy do płukania.

Różnice skrętu w trakcie sprawdzania są skutkiem nierównomiernie nałożonego preparatu. Jeżeli powstał za słaby skręt może zostać przedłużony o 2–5 minut w zależności od użytego płynu i struktury włosów.

Jeżeli natomiast efekt słabego skrętu powstał na włosach delikatnych, farbowanych lub porowatych to należy natychmiast spłukać płyn. Czas działania został najprawdopodobniej źle dobrany i przedłużenie będzie powodować większe uszkodzenia.



**Rys. 12.** Skutki działania płynu [4, s. 13]

### **Płukanie i osuszanie nadmiernej wilgoci**

Dokładne wypłukanie to podstawa uzyskania prawidłowego wyniku końcowego. Czas płukania wynosi od 3-5 minut. Przy włosach długich czas musi zostać przedłużony. Dokładne wypłukanie preparatu gwarantuje prawidłowe utrwalenie skrętu.



## Osuszanie

Po wypłukaniu włosów osuszamy je ręcznikiem lub papierową serwetką. Szczególnie należy osuszyć włosy w obszarze karku. Jeżeli włosy będą zbyt mocno nasączone wodą to reakcja utrwalania zostanie osłabiona.

**NIE POWINNO BYĆ STOSOWANE** osuszanie włosów za pomocą suszarki ręcznej.

## Zabieg pośredni

Po zakończeniu płukania i osuszania, ale przed utrwaleniem, powinien zostać przeprowadzony zabieg odpełczający. Polewamy wałki 1–2 razy preparatem. Środka nie spłukuje się z włosów i pozostawia na włosach przez ok. 3 minuty.

## Utrwalanie

Ten etap zabiegu trwa od 5 do 8–10 minut. Włosy nasącza się utrwalczem aplikując go (1–2 krotnie) i pozostawia na ok. 5 minut. Po upływie tego czasu zdejmujemy wałki i powtórnie aplikujemy (2–3 krotnie) utrwalcz na długości i końcach. Preparat pozostawia się na włosach przez kolejne 5 minut. Następnie utrwalcz dokładnie wypłukujemy.

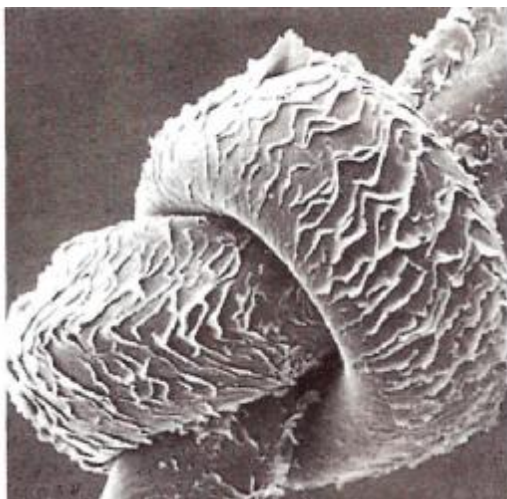
## Etap III

### ZABIEG KOŃCOWY

Ostatnim etapem zabiegu jest przywrócenie włosom naturalnego, lekko kwaśnego odczynu. Nakładamy specjalne preparaty, które mają za zadanie;

- powrócić do naturalnej wartości pH 5,5,
- utwardzić keratynę – dzięki temu zostanie zwiększoną stabilność i efekt przekształcenia.

Poniższe zdjęcia przedstawiają różnice w strukturze włosów przy zastosowaniu utwardzacza keratyny (zdjęcie B) i bez zastosowania wskazanego preparatu (zdjęcie A).



Zdjęcie A



Zdjęcie B

**Rys. 13.** Różnice w zastosowanym utwardzaczu [4, s. 20]

## Kolorowa trwałość

Zabieg polega na połączeniu koloryzacji z nadaniem włosom trwałego skrętu. Nie powinno się wykonywać tego typu zabiegu, ponieważ jest to zbyt duże obciążenie nie tylko dla włosów ale i dla skóry głowy. Pamiętajmy przecież o tym, że przed farbowaniem nie myjemy włosów by zachować naturalną ochronę. Przed zabiegiem trwałej ondulacji myjemy włosy raz i bardzo delikatnie, aby nie oczyścić skóry głowy. Jeśli jednak ten zabieg ma zostać

wykonany nakładamy specjalny produkt do tego rodzaju usługi. Zabieg (kolorowa trwała) wykonujemy w czasie drugiego utrwalenia. Nakładamy na długości i końce delikatnie kwaśny produkt koloryzujący powodujący jednoczesną koloryzację i ostateczne utrwalenie skrętu. Po upływie określonego czasu (5–15 minut) płuczemy włosy. Nakładamy specjalną odżywkę, która nawilża, poprawia sprężystość i trwałość skrętu.

### **Dalsza pielęgnacja-pielęgnacja w domu**

Trwałość ondulacji, sprężystość oraz elastyczność uzyska się tylko wtedy, jeżeli włosy będą odpowiednio pielęgnowane w domu. Ważna jest w tym rola fryzjera, który powinien nauczyć klienta postępowania i zaproponować odpowiednie środki.

### **Przedłużanie efektu trwałej ondulacji**

Po zabiegu trwałej ondulacji włosy wymagają specjalnej pielęgnacji oraz zachowania pewnych zasad działania. Do najważniejszych należą:





1. Ze świeżo skręconymi włosami musimy postępować niezwykle ostrożnie. Dobrze jest odczekać dwa trzy dni, aż skręt się utwali i dopiero poddawać je innym zabiegom typu mycie, czy koloryzowanie. Również unikajmy w tym czasie szczotki do włosów, wałków, lokówki czy suszenia suszarką. Loki mogą stracić błyskawicznie swoją sprężystość.
2. Dobrze jest również po zabiegu i mniej więcej, co cztery tygodnie ostrzyć końcówki włosów.
3. Skręcone trwałą włosy powinno się delikatnie czesać grzebieniem o szerokim rozstawie zębów.
4. Naturalny efekt loczków osiągnie się rozdzielając jeszcze mokre pasma i susząc je suszarką z dyfuzorem.
5. Mimo, że stosowane płyny są dużo łagodniejsze, nie unikniemy lekkiego przesuszenia włosów. Dlatego po każdym myciu należy je wygładzać i nawilżać stosując odpowiednie odżywki.

Oprócz konieczności odżywiania i wzmacniania włosów trwała ondulacja wymaga również odpowiednich środków do **stylingu**. Są to najczęściej produkty bardzo lekkie - najlepsze w formie płynnej i łatwe w użyciu. Oprócz właściwości modelująco-utrwalających mają również często właściwości nawilżające i bardzo często regenerujące. Na polskim rynku można znaleźć już spory ich asortyment.

### **Błędy i problemy przy ondulacji**

Najczęściej spotykane uszkodzenia powstające przy wykonywaniu ondulacji chemicznej przedstawiono w poniższej tabeli



|   |   |
|---|---|
|    | <p>Załamania przy nasadzie</p>                                |
|   | <p>Włosy połamane</p>   |
|  | <p>Podrażnienie skóry głowy</p>                               |
|  | <p>Niedające się usunąć przedziałki między pasmami włosów</p> |

### 4.3.2. Pytania sprawdzające

Odpowiadając na pytania, sprawdzisz, czy jesteś przygotowany do wykonania ćwiczeń

1. Jakim szamponem myjemy włosy przed trwałą ondulacją?
2. Dlaczego nie wolno masować skóry głowy?
3. Jak wykonasz zabieg zabezpieczający?
4. Czy należy nasączać włosy preparatem do trwałej ondulacji przed nawijaniem?
5. O czym decyduje grubość wałka?
6. Omów aplikowanie płynu do trwałej ondulacji?
7. Jaki jest czas działania płynu do trwałej?
8. Dlaczego musimy przestrzegać czasu działania preparatu do trwałej ondulacji?
9. Co należy zrobić przed utwaleniem?
10. Jak aplikuje się utrwalacz?
11. Jak powinno przebiegać przygotowanie preparatu do trwałej ondulacji?
12. W jakim celu przeprowadzamy kontrolę skrętu?
13. Ile powinno trwać pierwsze utwalenie?
14. Na czym polega zabieg końcowy?
15. Czy płukanie powinno być kontrolowane?
16. Jak możemy przedłużyć trwałość trwałej ondulacji?
17. Jakie testy wykonuje się przed trwałą ondulacją?
18. Jakie są przeciwwskazania do trwałej ondulacji?
19. Jakie są najczęstsze uszkodzenia włosów przy wykonywaniu ondulacji chemicznej?

### 4.3.3. Ćwiczenia

#### Ćwiczenie 1

Zidentyfikuj rodzaje uszkodzeń powstające podczas nieprawidłowo wykonanej trwałej ondulacji.



|              |  |
|--------------|--|
| <p>.....</p> |    |
| <p>.....</p> |   |
| <p>.....</p> |  |

### Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z opisem najczęściej spotykanych uszkodzeń włosów (materiały nauczania pkt 4.3.1.),
- 2) uzupełnić tabelę,
- 3) porównać swoją tabelę z tabelami opracowanymi przez koleżanki/ kolegów.

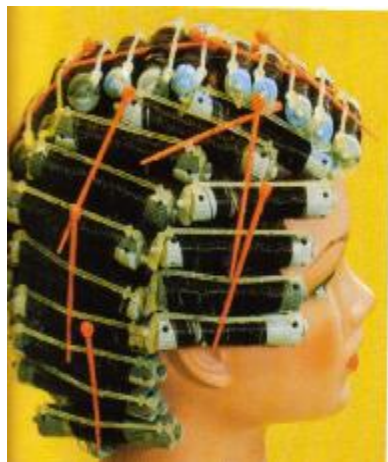
Wyposażenie stanowiska pracy:

- arkusz papieru,
- literatura z rozdziału 6.



## Ćwiczenie 2

Nawiń włosy technikami przedstawionymi na poniższych zdjęciach.



Technika klasyczna



Technika kreatywna



Technika cegiełkowa

### Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z opisem sposobów nawijania włosów,
- 2) umyć włosy,
- 3) przygotować stanowisko pracy,
- 4) wykonać nawijanie włosów,
- 5) wykonać odciąganie gumki od wałka,
- 6) uporządkować stanowisko pracy,
- 7) zaprezentować efekt swojej pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- główka ćwiczeniowa,
- grzebień do rozczesywania włosów,
- grzebień szpikulec (ułatwiający separacje),
- zestaw wałków,
- papierki zabezpieczające,
- spryskiwacz,
- środki fryzjerskie; szampon,
- ręcznik frotte,
- ręczniki papierowe,
- rękawiczki lateksowe,
- peleryna jednorazowa,
- paski zabezpieczające.

## Ćwiczenie 3

Wybierz technikę trwałej ondulacji umożliwiającą uzyskanie fryzury przedstawionej na poniższym zdjęciu i przygotuj plan obejmujący wykonanie zabiegu.



### **Instrukcja wykonania ćwiczenia**

- 1) przygotować stanowisko pracy,
- 2) przeprowadzić konsultacje z klientem,
- 3) wykonać diagnozę włosów,
- 4) umyć włosy,
- 5) zabezpieczyć miejsca uwrażliwione,
- 6) wykonać nawijanie włosów,
- 7) wykonać odciąganie gumki od wałka,
- 8) zabezpieczyć klienta,
- 9) wykonać aplikowanie płynu,
- 10) określić czas działania płynu,
- 11) wykonać kontrolę skrętu,
- 12) wykonać płukanie i osuszanie nadmiernej wilgoci,
- 13) przeprowadzić zabieg pośredni,
- 14) przeprowadzić neutralizację,
- 15) wykonać spłukanie,
- 16) przeprowadzić zabieg końcowy,
- 17) wykonać strzyżenie,
- 18) wykonać stylizację,
- 19) uporządkować stanowisko pracy,
- 20) zaprezentować efekt swojej pracy.

### Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z opisem technik wykonania trwałej ondulacji (materiały nauczania pkt 4.3.1) i instrukcją wykonania ćwiczenia,
- 2) przygotować plan pracy obejmujący przygotowanie, wykonanie trwałej ondulacji wykonaną techniką,
- 3) wybrać technikę wykonania trwałej ondulacji, która umożliwi uzyskanie fryzury przedstawionej na zdjęciu,
- 4) porównać swój plan pracy z planami opracowanymi przez grupę.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- karta diagnozy włosa,
- grzebień do rozczesywania włosów,
- grzebień szpikulec (ułatwiający separacje),
- zestaw wałków,

- papierki zabezpieczające,
- spryskiwacz,
- środki fryzjerskie: szampon, odżywka, środek ochronny,
- ręcznik frotte,
- ręczniki papierowe,
- rękawiczki lateksowe,
- bieliznę ochronną,
- paski zabezpieczające,
- spryskiwacz,
- płyn, utrwalacz neutralizujący,
- kłamry,
- grzebień do strzyżenia,
- nożyczki,
- kołnierz do strzyżenia,
- kołnierz rynienka,
- gąbka do nanoszenia płynu,
- miseczka,
- karkówka.

#### **Ćwiczenie 4**

Wykonaj trwałą ondulację techniką umożliwiającą uzyskanie efektu przedstawionego na poniższym zdjęciu.



#### **Instrukcja wykonania ćwiczenia**

- 1) przygotować stanowisko pracy,
- 2) przeprowadzić konsultacje z klientem,
- 3) wykonać diagnozę włosów,
- 4) umyć włosy,
- 5) zabezpieczyć miejsca uwrażliwione,
- 6) wykonać nawijanie włosów,
- 7) wykonać odciąganie gumki od wałka,
- 8) zabezpieczyć klienta,
- 9) wykonać aplikowanie płynu,
- 10) określić czas działania płynu,
- 11) wykonać kontrolę skrętu,
- 12) wykonać płukanie i osuszanie nadmiernej wilgoci,
- 13) przeprowadzić zabieg pośredni,

- 14) przeprowadzić neutralizację,
- 15) wykonać spłukanie,
- 16) przeprowadzić zabieg końcowy,
- 17) wykonać strzyżenie,
- 18) wykonać stylizację,
- 19) uporządkować stanowisko pracy,
- 20) zaprezentować efekt swojej pracy.

#### Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinienes:

- 1) zapoznać się ze sposobem wykonywania trwałej ondulacji (materiał nauczania pkt. 4.3.1),
- 2) zapoznać się z instrukcją wykonania ćwiczenia,
- 3) przeanalizować załączone do instrukcji zdjęcie,
- 4) przygotować stanowisko pracy i klientkę do zabiegu,
- 5) wykonać operacje przygotowawcze (mycie, stosownie do potrzeb strzyżenie, zabezpieczenie włosów),
- 6) nawinąć włosy na wałki,
- 7) wykonać zabieg trwałego ondulowania,
- 8) wykonać operacje końcowe,
- 9) zaprezentować efekt swojej pracy na forum klasy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- karta diagnozy włosa,
- grzebień do rozczesywania włosów,
- grzebień szpikulec (ułatwiający separacje),
- zestaw wałków,
- papierki zabezpieczające,
- spryskiwacz,
- środki fryzjerskie; szampon, odżywka, środek ochronny,
- ręcznik frotte,
- ręczniki papierowe,
- rękawiczki lateksowe,
- bieliznę ochronną,
- paski zabezpieczające,
- spryskiwacz,
- płyn-utrwalacz neutralizujący,
- klamry,
- grzebień do strzyżenia,
- nożyczki,
- kołnierz do strzyżenia,
- kołnierz rynienka,
- gąbka do nanoszenia płynu,
- miseczka,
- karkówka.

## Ćwiczenie 5

Wykonaj trwałą ondulację techniką umożliwiającą uzyskanie efektu przedstawionego na poniższym zdjęciu.



### Instrukcja wykonania ćwiczenia

- 1) przygotować stanowisko pracy,
- 2) przeprowadzić konsultacje z klientem,
- 3) wykonać diagnozę włosów,
- 4) umyć włosy,
- 5) zabezpieczyć miejsca uwrażliwione,
- 6) wykonać nawijanie włosów,
- 7) wykonać odciąganie gumki od wałka,
- 8) zabezpieczyć klienta,
- 9) wykonać aplikowanie płynu,
- 10) określić czas działania płynu,
- 11) wykonać kontrolę skrętu,
- 12) wykonać płukanie i osuszanie nadmiernej wilgoci,
- 13) przeprowadzić zabieg pośredni,
- 14) przeprowadzić neutralizację,
- 15) wykonać spłukanie,
- 16) przeprowadzić zabieg końcowy,
- 17) wykonać strzyżenie,
- 18) wykonać stylizację,
- 19) uporządkować stanowisko pracy,
- 20) zaprezentować efekt swojej pracy.

### Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się ze sposobem wykonywania trwałej ondulacji (materiał nauczania pkt. 4.3.1),
- 2) zapoznać się z instrukcją wykonania ćwiczenia,
- 3) przeanalizować załączone do instrukcji zdjęcie,
- 4) przygotować stanowisko pracy i klientkę do zabiegu,
- 5) wykonać operacje przygotowawcze (mycie, stosownie do potrzeb strzyżenie, zabezpieczenie włosów),
- 6) nawinąć włosy na wałki,
- 7) wykonać zabieg trwałego ondulowania,
- 8) wykonać operacje końcowe,
- 9) zaprezentować efekt swojej pracy na forum klasy.



Wyposażenie stanowiska pracy:

- karta diagnozy włosów,
- grzebień do rozczesywania włosów,
- grzebień szpikulec (ułatwiający separacje),
- zestaw wałków,
- papierki zabezpieczające,
- spryskiwacz,
- środki fryzjerskie; szampon, odżywka, środek ochronny, płyn, utrwalacz, neutralizator,
- ręcznik frotte,
- ręczniki papierowe,
- rękawiczki lateksowe,
- bieliznę ochronną,
- paski zabezpieczające,
- kłamy,
- grzebień do strzyżenia,
- nożyczki,
- kołnierz do strzyżenia,
- kołnierz – rynienka,
- gąbka do nanoszenia płynu,
- miseczka,
- karkówka.

### Ćwiczenie 6

Wykonaj trwałą ondulację techniką umożliwiającą uzyskanie efektu przedstawionego na poniższym zdjęciu.



### Instrukcja wykonania ćwiczenia

- 1) przygotować stanowisko pracy,
- 2) przeprowadzić konsultację z klientem,
- 3) wykonać diagnozę włosów,
- 4) umyć włosy,
- 5) zabezpieczyć miejsca uwrażliwione,
- 6) wykonać nawijanie włosów,
- 7) wykonać odciąganie gumki od wałka,
- 8) zabezpieczyć klienta,
- 9) wykonać aplikowanie płynu,

- 10) określić czas działania płynu,
- 11) wykonać kontrolę skrętu,
- 12) wykonać płukanie i osuszanie nadmiernej wilgoci,
- 13) przeprowadzić zabieg pośredni,
- 14) przeprowadzić neutralizację,
- 15) wykonać spłukanie,
- 16) przeprowadzić zabieg końcowy,
- 17) wykonać strzyżenie,
- 18) wykonać stylizację,
- 19) uporządkować stanowisko pracy,
- 20) zaprezentować efekt swojej pracy.

#### Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się ze sposobem wykonywania trwałej ondulacji (materiał nauczania pkt. 4.3.1),
- 2) zapoznać się z instrukcją wykonania ćwiczenia,
- 3) przeanalizować załączone do instrukcji zdjęcie,
- 4) przygotować stanowisko pracy i klientkę do zabiegu,
- 5) wykonać operacje przygotowawcze (mycie, stosownie do potrzeb strzyżenie, zabezpieczenie włosów),
- 6) nawinąć włosy na wałki,
- 7) wykonać zabieg trwałego ondulowania,
- 8) wykonać operacje końcowe,
- 9) zaprezentować efekt swojej pracy na forum klasy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- karta diagnozy włosa,
- grzebień do rozczesywania włosów,
- grzebień szpikulec (ułatwiający separacje),
- zestaw wałków,
- papierki zabezpieczające,
- spryskiwacz,
- środki fryzjerskie; szampon, odżywka, środek ochronny, płyn, utrwalacz, neutralizator,
- ręcznik frotte,
- ręczniki papierowe,
- rękawiczki lateksowe,
- bieliznę ochronną,
- paski zabezpieczające,
- kłamry,
- grzebień do strzyżenia,
- nożyczki,
- kołnierz do strzyżenia,
- kołnierz – rynienka,
- gąbka do nanoszeni płynu,
- miseczka,
- karkówka.

#### 4.3.4. Sprawdzenie postępów

##### Czy potrafisz:

|   | Tak                      | Nie                      |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1) umyć włosy do trwałej ondulacji?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2) wykonać zabezpieczenie włosów?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3) wykonać strzyżenie zasadnicze i uzupełniające przy wykonywaniu ondulacji chemicznej? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4) dobrać średnicę wałków do długości włosów i planowanej siły skrętu?                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5) dobrać rodzaj trwałej ondulacji do rodzaju włosów i życzenia klienta?                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6) wykonać nawijanie włosów różnymi technikami odciągać gumki?                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7) aplikować płyn?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8) określić czas działania płynu?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9) wykonać płukanie i osuszanie nadmiernej wilgoci?                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10) wykonać zabieg pośredni?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11) aplikować utrwalacz?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12) określać czas działania utrwalacza na włosy?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13) wykonać neutralizację?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14) przeprowadzić zabieg końcowy?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15) wskazać błędy mogące pojawić się po wykonaniu trwałej ondulacji?                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16) poprawić zabieg trwałej ondulacji?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## 4.4. Chemiczne prostowanie włosów

### 4.4.1. Materiał nauczania

Każdy produkt ma swoją technikę przeprowadzania tego zabiegu, więc zanim zacznie się pracę należy dokładnie zapoznać się z procesem wykonania zabiegu.

Trwałe prostowanie jest odmianą trwałej ondulacji, różnica polega na tym, że włosów nie nawija się na wałki tylko wygładza.

Podstawową zasadą przed przystąpieniem do tego zabiegu jest diagnoza stanu włosów, która pomoże w:

- ustaleniu preparatu,
- sprawdzeniu stanu włosów,
- określeniu rodzaju przeprowadzonych zabiegów na włosach.

Następnym etapem będzie przeprowadzenie próby prostowania włosów (wykonujemy próbne pasemko)- jeżeli efekt jest pożądany, rozpoczynamy zabieg na całym poroście.

#### Przygotowanie wstępne

- Umyj włosy szamponem neutralnym (przeznaczonym do tego zabiegu).
- Dobierz właściwy rozmiar pasm.
- Podziel włosy na 4 części: od czoła do karku i od ucha do ucha, zaczynając od karku podziel włosy na pasma o szerokości 2 cm.

#### Nakładanie kremu prostującego

- Podkładamy folie pod pasmo włosów i nakładamy krem prostujący 2 cm od skóry głowy,
- kontynuujemy prace na pozostałą część głowy.

#### Trzeba uważać aby nie powstały faldy na pasmach.

Ustalamy czas:

- naturalne /niepodatne 20–40 minut
- delikatne/farbowane 10–20 minut

#### Kontrola czasu

Bardzo dokładnie kontrolujemy czas i pilnujemy, aby klient nie wykonywał zbędnych ruchów. Po 10 minutach podnosząc włos z folii sprawdzamy czy włosy są proste. Jeżeli tak jest:

- dokładnie wypłukujemy włosy (5-7 MINUT),
- osuszamy włosy ręcznikiem,
- nakładamy środek zabezpieczający,
- suszymy włosy (tak aby były lekko wilgotne),
- prostujemy dokładnie pasmo po paśmie (prostownicą).

#### Neutralizacja

Następnie dzielimy włosy na 4 części i zaczynając od potylicy nakładamy neutralizator pasmo po paśmie zachowując naturalny układ włosów. Pozostawiamy od 5–10 minut. Po upływie tego czasu dokładnie płuczemy włosy, następnie nakładamy odżywkę na całą długość włosów i przeczesujemy: suszymy włosy do 80 %, następnie -prostujemy

### Wskazania pielęgnacyjne

Po zakończonym zabiegu przypominamy klientowi, aby:

- nie mył włosów przez 48 godzin,
- nie farbował włosów przez co najmniej 15 dni,
- nie używał spinek, gumek do włosów przez 48 godzin.

### 4.4.2. Pytania sprawdzające

Odpowiadając na pytania, sprawdzisz, czy jesteś przygotowany do wykonania ćwiczeń.

1. Na czym polega zabieg trwałego prostowania włosów?
2. Jaki jest czas działania preparatu?
3. Po jakim czasie możemy ufarbować włosy?

### 4.4.3. Ćwiczenia

#### Ćwiczenie 1

Określ czynności obejmujące następujące etapy wykonania chemicznego prostowania włosów.

#### PRZYGOTOWANIE WSTĘPNE

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

#### NAKŁADANIE KREMU PROSTUJĄCEGO

1. ....
2. ....

#### KONTROLA CZASU

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

#### NEUTRALIZACJA

1. ....
2. ....

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się ze sposobem wykonywania prostowania chemicznego (materiał nauczania pkt.4.4.1),
- 2) zapoznać się etapami wyszczególnionymi w ćwiczeniu,
- 3) wpisać czynności obejmując poszczególne etapy pracy,
- 4) porównać swoje odpowiedzi z odpowiedziami opracowanymi przez koleżanki/ kolegów.

- Wyposażenie stanowiska pracy:
- karta ćwiczenia,
  - literatura z rozdziału 6.

## Ćwiczenie 2

Wykonaj zabieg chemicznego prostowania włosów

### Instrukcja wykonania ćwiczenia

- 1) przygotować stanowisko pracy,
- 2) wykonaj diagnozę stanu włosów i skóry głowy,
- 3) ustal preparat do chemicznego prostowania włosów,
- 4) wykonaj próbę prostowania,
- 5) wykonaj przygotowania wstępne,
- 6) nałóż krem prostujący,
- 7) ustal czas,
- 8) kontrola czasu,
- 9) wykonaj neutralizację,
- 10) wykonaj zabieg końcowy,
- 11) wykonaj stylizację,
- 12) uporządkuj stanowisko pracy,
- 13) zaprezentuj swoją pracę.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z opisem wykonywania chemicznego prostowania włosów (materiał nauczania pkt.4.4.1),
- 2) zapoznać się z instrukcją wykonania ćwiczenia,
- 3) przygotować stanowisko pracy i klienta do zabiegu,
- 4) wykonać mycie,
- 5) wykonać zabieg chemicznego prostowania włosów,
- 6) zaprezentować efekt końcowy zabiegu,
- 7) dokonać oceny wykonanej usługi.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- zestaw preparatów do chemicznego prostowania włosów,
- szampon i odżywka,
- grzebień do rozczesywania włosów,
- kłamry,
- szpikulec,
- peleryna foliowa,
- rękawiczki lateksowe,
- nożyczki,
- kołnierz do strzyżenia,
- pędzelek,
- folia,
- ręcznik frotte,
- ręczniki jednorazowego użytku.

#### 4.4.4. Sprawdzian postępów

**Czy potrafisz:**

|   | <b>Tak</b>               | <b>Nie</b>               |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1) przeprowadzić próbę prostowania chemicznego włosów?                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2) scharakteryzować etapy chemicznego prostowania włosów?                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3) określić przeciwwskazania do wykonania chemicznego prostowania?                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4) wykonać zabieg chemicznego prostowania włosów?                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5) określić wskazania pielęgnacyjne dla włosów poddanych prostowaniu chemicznemu? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## 5. SPRAWDZIAN OSIĄGNIĘĆ

### INSTRUKCJA DLA UCZNIĄ

1. Przeczytaj uważnie instrukcję.
2. Podpisz imieniem i nazwiskiem kartę odpowiedzi.
3. Zapoznaj się z zestawem zadań testowych.
4. Test zawiera 20 zadań dotyczących wykonywania trwałego ondulowania i prostowania włosów. To zadania wielokrotnego wyboru i tylko jedna odpowiedź jest prawidłowa.
5. Udzielaj odpowiedzi tylko na załączonej karcie odpowiedzi.
6. Pracuj samodzielnie, bo tylko wtedy będziesz miał satysfakcję z wykonanego zadania.
7. Kiedy udzielenie odpowiedzi będzie Ci sprawiało trudność, wtedy odłóż jego rozwiązanie na później. Wróć do niego, gdy rozwiążesz pozostałe zadania. Na rozwiązanie testu masz 45 minut.

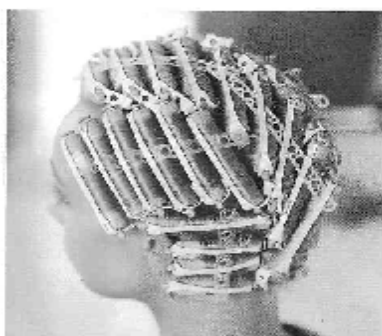
Powodzenia!

### ZESTAW ZADAŃ TESTOWYCH

1. Do wykonania trwałej ondulacji potrzebny jest zestaw
  - a) narzędzi, przyborów i bielizny.
  - b) narzędzi i bielizny.
  - c) przyborów i bielizny.
  - d) narzędzi, przyborów i odzieży ochronnej.
2. Bielizną zabiegową nie są
  - a) rękawiczki lateksowe.
  - b) ręcznik frotte.
  - c) peleryny do strzyżenia.
  - d) peleryny do zabiegów chemicznych.
3. Do zabiegu trwałej ondulacji stosuje się
  - a) oksydant o stężeniu 6%.
  - b) szampon oleisty.
  - c) ampułki z hydrolizatami protein.
  - d) neutralizator.
4. Jedną z czynności etapu przygotowawczego przy trwałej ondulacji jest
  - a) kontrola skrętu.
  - b) zdjęcie wałków.
  - c) zabezpieczenie miejsc wrażliwych.
  - d) przywrócenie naturalnego odczynu włosom.
5. Podczas mycia włosów przed trwałą ondulacją nie należy
  - a) spłukiwać odżywką.
  - b) masować skóry głowy.
  - c) spłukiwać szamponu.
  - d) stosować szamponu detergentowego.



6. Intensywne oczyszczanie skóry głowy przed zabiegiem trwałej ondulacji może spowodować przedostanie się płynu do mieszków włosowych na skutek
- zbyt mocnego naciągnięcia pasm włosów na wałkach.
  - natłuszczenia włosów.
  - odtłuszczenia włosów.
  - zastosowania zabezpieczacza.
7. Aplikację zabezpieczacza stosuje się, gdy włosy są
- zdrowe.
  - szkliste.
  - porowate.
  - naturalne.
8. Aplikowanie płynu trwale ondulującego metodą ciągłą wykonuje się stosując
- aplikatur.
  - gąbkę.
  - rynienkę.
  - zakraplacz.
9. Poniższe zdjęcie przedstawia



- odciąganie gumek mocujących wałki od włosów.
  - nawijanie pasma.
  - zabezpieczenie końcówek włosów.
  - umocowanie wałków.
10. Wałek próbny służy do
- określenia stopnia zniszczenia włosów.
  - określenia stopnia przekształcenia struktury włosów.
  - określenia stopnia skręcenia końcówek.
  - sprawdzenia siły naprężenia pasma na wałku.
11. Jeżeli siła skrętu włosów jest niewystarczająca, a struktura włosów na to pozwala, wydłuża się czas działania płynu o
- 2–5 minut.
  - 1 minutę.
  - 10 minut.
  - 5–7 minut.

12. Które zdjęcie przedstawia uszkodzenie spowodowane za długim czasem działania płynu na włosy?



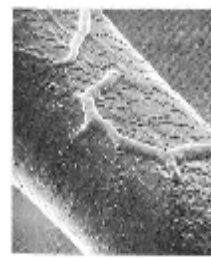
**A**



**B**



**C**



**D**

- a) zdjęcie B.
- b) zdjęcie C.
- c) zdjęcie A.
- d) zdjęcie D.

13. Osuszanie włosów po przerwaniu działania płynu na włosy wykonuje się

- a) suszarką ręczną.
- b) promiennikiem podczerwieni.
- c) suszarką hełmową.
- d) ręcznikami papierowymi.

14. Całkowite utrwalenie skrętu trwa

- a) 15 minut.
- b) 10 minut.
- c) 5 minut.
- d) 3 minuty.

15. Zabieg końcowy polega na obniżeniu odczynu włosów do poziomu

- a) lekko zasadowego.
- b) kwaśnego.
- c) obojętnego.
- d) lekko kwaśnego.

16. Chemiczne prostowanie włosów rozpoczyna się od nałożenia kremu na pasma

- a) nad czołem.
- b) na szczycie głowy.
- c) po bokach.
- d) nad karkiem.

17. Poniższe zdjęcie przedstawia

- a) podrażnienie skóry głowy.
- b) załamanie włosów przy nasadzie.
- c) odgniecenie przedziałków.
- d) złamanie włosa.



18. Czas działania kremu trwale prostującego na włosach farbowanych wynosi
- a) 5–10 minut.
  - b) 10–20 minut.
  - c) 30–40 minut.
  - d) 20–30 minut.
19. Po wykonaniu chemicznego prostowania włosów koloryzację można wykonać po upływie
- a) 48 godzin.
  - b) 24 godzin.
  - c) 15 dni.
  - d) 4 tygodni.
20. Trwała kolorowa polega na
- a) równoczesnym utrwaleniu skrętu i koloryzacji włosów.
  - b) uzyskaniu skrętu a następnie koloryzacji włosów.
  - c) koloryzacji a następnie uzyskaniu skrętu włosów.
  - d) równoczesnym przekształceniu struktury włosów i koloryzacji.

## KARTA ODPOWIEDZI

Imię i nazwisko.....

### Wykonywanie zabiegów trwałego ondulowania i prostowania włosów

Zakreśl prawidłową odpowiedź.

| Nr zadania    | Odpowiedź |   |   |   | Punkty |
|---------------|-----------|---|---|---|--------|
| 1             | a         | b | c | d |        |
| 2             | a         | b | c | d |        |
| 3             | a         | b | c | d |        |
| 4             | a         | b | c | d |        |
| 5             | a         | b | c | d |        |
| 6             | a         | b | c | d |        |
| 7             | a         | b | c | d |        |
| 8             | a         | b | c | d |        |
| 9             | a         | b | c | d |        |
| 10            | a         | b | c | d |        |
| 11            | a         | b | c | d |        |
| 12            | a         | b | c | d |        |
| 13            | a         | b | c | d |        |
| 14            | a         | b | c | d |        |
| 15            | a         | b | c | d |        |
| 16            | a         | b | c | d |        |
| 17            | a         | b | c | d |        |
| 18            | a         | b | c | d |        |
| 19            | a         | b | c | d |        |
| 20            | a         | b | c | d |        |
| <b>Razem:</b> |           |   |   |   |        |

## **6. LITERATURA**

1. Pr. Zbiorowa: „Fryzjerstwo wraz z poradami kosmetycznymi”, wyd. REA, Warszawa 2006
2. Pr. Zbiorowa: „Fryzjerstwo wraz z poradami kosmetycznymi”, wyd. REA, Warszawa 2002
3. Pr. Zbiorowa pod kierunkiem Z. Sumirskiej: „Nowoczesne fryzjerstwo”, wyd. P.P.H.U. SUZI, Warszawa 2005
4. Optymalna trwała ondulacja, wskazówki i zastosowanie, GOLDWELL