

Министерство образования и науки Республики Башкортостан
ГБПОУ Октябрьский многопрофильный профессиональный колледж

Утверждено
на заседании МС
Протокол № 1
от 31. 08. 2022 г.

Рассмотрено
на заседании ПЦК
профессионального цикла
Протокол № 1 от 31. 08.2022г.
Председатель ПЦК _____ Г.Ф.Ямаева

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ОП.03 САНИТАРИЯ И ГИГИЕНА

ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ РАБОЧИХ (СЛУЖАЩИХ)
ПО ПРОФЕССИИ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
43.01.02 ПАРИКМАХЕР

Разработала преподаватель: _____ Т.Л.Мухаметдинова

Самостоятельная работа обучающихся является инструментом формирования общих и профессиональных компетенций в процессе реализации ППКРС по специальностям ФГОС, обеспечивающим развитие личностных качеств обучающихся и повышение их трудовой и профессиональной мобильности.

Самостоятельная работа – целенаправленная, внутренне мотивированная структурированная самим объектом деятельность обучающегося по совокупности выполняемых действий и корректируемая им по процессу и результату деятельности.

Цели самостоятельной работы в учебном процессе:

- реализация совокупности целей и задач основных профессиональных образовательных программ по профессиям и специальностям в соответствии с требованиями ФГОС;
- формирование и развитие общих компетенций, определённых во ФГОС СПО;
- формирование и развитие профессиональных компетенций, соответствующих основным видам профессиональной деятельности выпускников профессионального образования.

Задачи самостоятельной работы обучающихся в учебном процессе:

- расширить, систематизировать и закрепить полученные теоретические знания и практические умения, необходимые для будущей профессиональной деятельности;
- приобрести опыт и развить умения поиска и получения актуальных знаний, в т.ч. посредством использования информационных технологий;
- сформировать проектировочные, конструктивные, аналитические, прогностические умения обучающихся;
- сформировать практические умения использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу в учебной, профессиональной и социальной деятельности;
- развить познавательную способность и активность обучающихся; их творческую инициативу, самостоятельность, ответственность и организованность;
- сформировать самостоятельность мышления, способность к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- сформировать исследовательские умения.

В учебном процессе профессионального образования выделяют аудиторную и **внеаудиторную самостоятельную работу**, которая может осуществляться как во внеучебное, так и в учебное время. По форме организации взаимодействия участников образовательного процесса выделяют групповую и индивидуальную самостоятельную работу.

Аудиторная самостоятельная работа – это вид учебной деятельности, которую обучающийся выполняет индивидуально или в группе по заданию и под руководством преподавателя на учебных занятиях по учебной дисциплине и/или междисциплинарному курсу профессионального модуля.

Внеаудиторная самостоятельная работа – это вид учебной деятельности, которую обучающийся выполняет в установленное время и в установленном объеме индивидуально или в группе, без непосредственной помощи и указаний преподавателя, руководствуясь сформированными ранее представлениями о порядке и правильности выполнения действий.

Индивидуальная самостоятельная работа планируется преподавателем и выполняется обучающимся с учетом уровня его персональной готовности и способности к

выполнению заданий определенного уровня сложности. Организация индивидуальной самостоятельной работы направлена на изменение динамики познавательной активности и самостоятельности обучающегося.

Групповая самостоятельная работа выполняется по заданию преподавателя группами обучающихся постоянного или переменного состава, объединенными общими целями и задачами деятельности посредством взаимодействия в процессе выполнения индивидуальных заданий каждым участником работы в соответствии с общей целью; обязательной взаимной проверкой результатов работы каждого, помощью и разъяснением друг другу возникающих затруднений, формулированием общего вывода на основании обобщения результатов, полученных каждым членом группы, и соотнесения вывода с поставленной в начале работы целью.

Самостоятельная работа определяется содержанием учебной дисциплины /профессионального модуля и степенью подготовленности обучающихся.

Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы могут быть:

для овладения знаниями:

- чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы);
- составление плана текста;
- графическое изображение структуры текста;
- конспектирование текста; выписки из текста;
- работа со словарями и справочниками;
- ознакомление с нормативными документами;
- учебно-исследовательская работа;
- использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернет-ресурсов и др.;

для закрепления и систематизации знаний:

- работа с конспектом лекции (обработка текста);
- повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
- составление плана и тезисов ответа;
- составление таблиц, ребусов, кроссвордов, глоссария для систематизации учебного материала;
- изучение нормативных материалов; словарей, справочников;
- ответы на контрольные вопросы;
- аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, контент-анализ и др.);
- подготовка сообщений к выступлению на семинаре, конференции;
- подготовка рефератов, докладов; составление библиографии, заданий в тестовой форме и др.;

для формирования умений:

- решение задач и упражнений по образцу;
- решение вариативных задач и упражнений; составление схем;
- выполнение расчетно-графических работ;
- решение ситуационных производственных (профессиональных) задач;
- подготовка к деловым и ролевым играм;
- проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности;
- подготовка презентаций, творческих проектов;
- подготовка курсовых и выпускных работ;
- рефлексивный анализ профессиональных умений с использованием аудио- и видеотехники и др.

Виды заданий для самостоятельной работы, их содержание и характер могут иметь вариативный и дифференцированный характер, учитывать специфику

профессии/специальности, изучаемой учебной дисциплины/профессионального модуля, индивидуальные особенности обучающегося.

В процессе самостоятельной работы обучающийся приобретает навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Ежедневно обучающийся должен уделять выполнению внеаудиторной самостоятельной работы в среднем **не менее 3 часов**.

При выполнении внеаудиторной самостоятельной работы обучающийся имеет право обращаться к преподавателю за консультацией с целью уточнения задания, правил оформления документов, формы контроля выполненного задания.

Выполняя самостоятельную работу, **обучающийся может:**

- предлагать дополнительные темы и вопросы для самостоятельного изучения;
- в рамках общего графика выполнения самостоятельной работы предлагать обоснованный индивидуальный график выполнения и отчетности по ее результатам;
- предлагать свои варианты организационных форм самостоятельной работы;
- использовать для самостоятельной работы учебные и методические пособия, другие разработки и Интернет ресурсы сверх предложенного преподавателем перечня;
- использовать контроль и самоконтроль результатов самостоятельной работы в соответствии с методами, предложенными преподавателем или выбранными самостоятельно.

При выполнении самостоятельной работы необходимо:

освоить вопросы, выносимые на самостоятельную работу и предложенные преподавателем в соответствии с программой по данной учебной дисциплине/ПМ.

планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем.

самостоятельную работу обучающийся должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой по учебной дисциплине/ПМ.

выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе студентов.

. Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся осуществляется в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине/междисциплинарному курсу, и может проводиться в письменной, устной или смешанной форме с представлением продукта деятельности обучающегося.

В качестве форм и методов контроля внеаудиторной самостоятельной работы могут быть использованы зачеты, тестирование, самоотчеты, контрольные работы, защита творческих работ, портфолио достижений, олимпиады, устный опрос, просмотр и проверка выполнения самостоятельной работы преподавателем; самопроверка, взаимопроверка выполненного задания в группе; обсуждение результатов выполненной работы на занятии; экзамен, в том числе на предприятии и др.

Критериями оценки результатов самостоятельной работы обучающегося являются:

- уровень освоения обучающимся учебного материала;
- уровень сформированности умений обучающегося использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- уровень сформированности умений обучающегося активно использовать электронные образовательные ресурсы, находить требующуюся информацию, изучать ее и применять на практике;
- уровень сформированности общих и профессиональных компетенций;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление материала в соответствии с требованиями;

умение четко сформулировать проблему, предложив ее решение, критически оценить решение и его последствия;
умение показать, проанализировать варианты действий;
умение сформировать свою позицию, оценку и аргументировать ее.

Рекомендации по составлению плана

План – это схематически записанная совокупность коротко сформулированных мыслей-заголовков. По образному выражению, – это «скелет произведения». Форма записи в виде плана чрезвычайно важна для организации умственного труда, для развития навыка четкого формулирования и умения вести другие виды записей.

Общие правила составления плана при работе с текстом.

1. Для составления плана необходимо прочитать текст про себя, продумать прочитанное.
2. Разбить текст на смысловые части и озаглавить их. В заголовках надо передать главную мысль каждого фрагмента.
3. Проверить, отражают ли пункты плана основную мысль текста, связан ли последующий пункт плана с предыдущим.
4. Проверить, можно ли, руководствуясь этим планом, раскрыть основную мысль текста

Требования к плану

1. Пункты плана можно и нужно фиксировать немедленно, уже в процессе первоначального чтения, а не откладывать его составление, как иногда советуют, до повторного чтения. По окончании первоначального чтения, в дальнейшей работе, план может исправляться и уточняться.
2. Составляя план при чтении, прежде всего, стараются определить границы мыслей, т.е. те места, где кончается одна мысль и начинается другая. Эти места в книге тотчас помечают. Нужным отрывкам дают заголовок, формулируя пункт плана.
3. Самое сложное в работе над планом – сформулировать заголовки. Приступая к формулированию, ищите в тексте опорные словосочетания, они помогут.
4. Прежде чем план перенести в тетрадь, следует прикинуть его на черновике – отточить формулировки.

Рекомендации по конспектированию текста

Конспектирование — процесс мысленной переработки и письменной фиксации информации, в виде краткого изложения основного содержания, смысла какого-либо текста.

Результат конспектирования — запись, позволяющая конспектирующему немедленно или через некоторый срок с нужной полнотой восстановить полученную информацию. Конспект в переводе с латыни означает «обзор». По существу его и составлять надо как обзор, содержащий основные мысли текста без подробностей и второстепенных деталей. Конспект носит индивидуализированный характер: он рассчитан на самого автора и поэтому может оказаться малопонятным для других.

Для того чтобы осуществлять этот вид работы, в каждом конкретном случае необходимо грамотно решить следующие задачи:

- ориентироваться в общей композиции текста (уметь определить вступление, основную часть, заключение);
- увидеть логико-смысловую канву сообщения, понять систему изложения автором информации в целом, а также ход развития каждой отдельной мысли;
- выявить «ключевые» мысли, т.е. основные смысловые вехи, на которые «нанизано» все содержание текста;
- определить детализирующую информацию;
- лаконично сформулировать основную информацию, не перенося на письмо все целиком и дословно.

Рекомендации к составлению инструкционно-технологических карт

Инструкционно-технологические карты оставляются для выполнения комплексных работ законченного характера. Инструкционно-технологические карты играют огромную роль не только в обучении парикмахеров, но и в работе уже зрелых мастеров. мода постоянно меняется, команды стилистов ведущих учебных заведений всего мира ежегодно создают коллекции современных стрижек, которые они демонстрируют на подиумах различных парикмахерских мероприятий. К сожалению, почти никто из них не создаёт письменных описаний разработанных технологий – ссылаются на «коммерческую тайну». На самом деле – хотят, чтобы как можно больше людей приехало к ним на обучение. Но и там в письменном виде ничего не дают. Только демонстрируют и комментируют, при этом без подробностей.

В каждой инструкционно-технологической карте перед таблицей (после названия работы, которой посвящена карта) должны быть три пункта: инструменты, приспособления, оборудование; материалы, препараты – если требуются (при выполнении окраски и перманента, например, требуются); для чего или кого предназначен результат работы.

Дальше идёт таблица, в которой есть три колонки:

Название этапа	Эскиз (рисунок), отражающий суть этапа	Инструкционные указания по выполнению данного этапа.

По горизонтали перечисляются этапы – указывается их название или порядковый номер.

Если инструкционно-технологическая карта составляется в начале обучения, можно вставить ещё одну колонку – время выполнения каждого этапа

Название этапа	Эскиз (рисунок), отражающий суть этапа	Инструкционные указания по выполнению данного этапа	Время на выполнение

Понятно, что в начале учебной практики выполнить работу, уложившись в нормативное время, обучающийся не сможет. Но очень важно, чтобы по окончании обучения выпускник мог не только качественно выполнять различные виды парикмахерских работ, но и укладываться при этом во временные нормативы. Ни один клиент не захочет тратить полдня, чтобы подстричь волосы. Да и парикмахер не сможет хорошо зарабатывать при таком темпе выполнения услуги. Правильно составленная инструкционно-технологическая карта может использоваться обучающимся в течение нескольких лет – пока стрижка не выйдет из моды. А в том случае, когда карта посвящена базовым видам работ, пользоваться ей можно всегда, просто приводя её в соответствие с современными техническими требованиями.

Требования к оформлению кроссворда

- вопросы должны быть сформулированы четко;
- ответы следует писать без грамматических ошибок в единственном числе, именительном падеже.

Рекомендации к написанию реферата

Примерная структура реферата:

- титульный лист (оформляется по форме); введение (обоснование актуальности темы); основная часть; адекватность подобранной литературы, правильное её оформление

Требования к оформлению реферата:

объем реферата должен быть достаточным для раскрытия темы реферата;

реферат должен быть выполнен грамотно, с соблюдением культуры изложения; по ходу изложения текста должны иметься ссылки на используемую литературу; уместное использование иллюстрации (таблицы, графики, схемы) правильное оформление библиографии

Объем реферата может колебаться в пределах 5-15 печатных страниц; все приложения к работе не входят в ее объем. Со 2 страницы текст печатается через два интервала или пишется от руки на одной стороне листа формата А-4. Поля слева – 3 см, поля справа – 1 см, поля сверху и снизу – 2 см. Нумерация страниц начинается после титульного листа.

Критерии оценки реферата:

Актуальность темы исследования. Соответствие содержания теме. Глубина проработки материала. Правильность и полнота использования источников. Соответствие оформления реферата стандартам.

Процедура защиты реферата

Содержание выступления (до 10 минут). Обоснование актуальности темы. Изложение поставленных целей и задач. Описание структуры основной части. Сообщение об итогах выполненной работы и полученных выводах. Продуманная демонстрация иллюстративного материала (в тех случаях, где это требуется).

Олимпиада профессионального мастерства

Олимпиады профессионального мастерства проводятся с целью стимулирования творческой активности обучающихся по профессии «Парикмахер», умение показать достижения в освоении знаний и умений, приобретенных в учебном заведении; создания условий для реализации творческого потенциала обучающихся; воспитания ответственности за результаты труда; повышение эффективности труда на основе технического совершенствования. Обучающиеся заранее знакомятся положением и программой. Участники готовят «Визитную карточку» (представление -приветствие и представление своей группы, себя), эмблему Теоретическое задание Олимпиады включает вопросы по предметам профессионального блока: МДК, материаловедению, основам физиологии кожи и волос, охране труда. Любой конкурс – это борьба, в которой проверяются мастерство, сила воли, характер человека. Конкурс парикмахеров – это еще и фантазия. Во время подготовки к Олимпиаде и конкурсных (практических) работ участник *«перерабатывает» столько информации, «перечесывает» столько причесок*, так совершенствует свою технику, что другому не успеть столько, сколько сделать за годы учебы.

УД Санитария и гигиена – 18 часов

Тема	Кол-во часов	Вид внеаудиторной самостоятельной работы	Форма контроля
Роль санитарно-эпидемиологических станций в осуществлении контроля за выполнением правил по устройству, оборудованию, содержанию парикмахерских.	3	СанПиН копировать	Устный опрос
Освещение парикмахерских Состав и площади помещений парикмахерских. Параметры микроклимата для парикмахерских.	5	Изучить приложения №№1-3, начертить таблицу	устный опрос
Дезинфекция инструментов. Виды дезинфекции. Правила дезинфекции	3	конспектировать	показ на ПР

Гигиена рабочего места и услуг мастера. Вредные привычки и борьба с ними. Личная гигиена работников сервиса. Требования к санитарной и специальной одежде работников.	5	реферат	Защита реферата
Травмы без видимых нарушений кожи. Химические ожоги в парикмахерской	2	конспектировать	устный опрос

Литература

Основные источники:

1. Королева С.И. Основы моделирования прически : учеб. пособие для нач.проф.образования /С.И.Королева.- М.: Издательский центр «Академия», 2018.-192.
- 2.Кулешкова О.Н. Технология и оборудование парикмахерских работ: Учебник для нач. проф. образования.- М.: ПрофОбрИздат, 2018,- 144 с.
- 3.Панченко О.А. Парикмахерское дело: учеб.пособие.- Ростов н/Д: Феникс, 2018.- 318 с.
- 4.Плотникова И.Ю. Технология парикмахерских работ: Учеб.пособие для нач. проф. образования.- М.: Академия, 2017,- 176 с.
- 5.Соколова Е.А. Основы физиологии кожи и волос: учеб.пособие для нач.проф.образования / Е.А. Соколова. – 3-е изд.,стер.-М.: Издательский центр «Академия», 2018.- 176 с.
6. Уколова А.В и др. Парикмахерское искусство. Материаловедение. М.: Академия, 2017.- 160
- 7.Чалова Л.Д. Санитария и гигиена парикмахерских услуг.- М.: Академия, 2018.- 160 с.

Дополнительные источники:

- 1.Гутыря,Л.Г. Парикмахерское мастерство / Л.Г.Гутыря. М.:АСТ; Харьков: Фолио; Владимир: ВКТ, 2011.- 478
- 2.Гергега Т.М. Технология парикмахерских услуг. Рабочая тетрадь: учеб.пособие для нач. проф. Образования. - М.: Издательский центр «Академия», 2007.
- 3.Плотникова И.Ю. Технология парикмахерских работ: рабочая тетрадь для нач. проф.образования. М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 64 с.
- 4.Сыромятникова И.С. История прически. – М.: РИПОЛ классик, 2008. 304 с.
- 5.Панина Н.И. Основы парикмахерского дела.- М.: Академия, 2008,
- 6.Кэмерон П. Уэйдсон Дж. Прически для длинных волос. Книга 1: практическое руководство/ пер.с англ. – М: Издательство «Ниола – Пресс», 2010 – 140 с.,ил.
- 7.Кэмерон П. Прически для длинных волос. Книга 2: пер.с англ. – М: Издательство «Ниола - Пресс», 2008 – 72 с.,ил.

Журналы:

«Dolores»,
«Hair s»,
«Cosmopolitan»,
«Парикмахер /стилист визажист/».

Интернет –источники:

1. www.HAIR.Su
2. www.lorealprofessional.com
3. www.MATRIX.COM
4. www.iddolores.ru

5. www.video.mail.ru
6. www.unicosm.ru
7. www.wellaprofessionals.ru
8. Всероссийский форум «Образовательная среда» – Режим доступа: <http://www.edu-expo.ru> свободный.
9. Портал Госстандарта РФ (Электронный ресурс) – Режим доступа: <http://russgost.ru>
10. Портал нормативно-технической документации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pntdoc.ru>.
11. Онлайн-журнал - Режим доступа: <http://www.geo-hair.ru/wenskie-pricheski>
12. Электронный журнал «HAIR-S», - Режим