



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Nr. 8.5.2.0/16/I/001

«Nozaru kvalifikācijas sistēmas pilnveide profesionālās izglītības attīstībai un kvalitātes nodrošināšanai»

Sasniedzamo mācīšanās rezultātu vienība "Klienta ķermeņa novērtēšana un kopšana"

Sasniedzamie mācīšanās rezultāti	1. Spēj: noteikt ķermeņa konstitucionālo tipu, muskuļu tonusu, stāju. Zina: ķermeņa konstitucionālos tipus, muskuļu tonusa noteikšanu, cilvēka ķermeņa stājas novirzes, to veidus, pazīmes, novērtēšanas metodiku. Izprot: ķermeņa konstitucionālā tipa un stājas noteikšanas nozīmi ķermeņa kopšanā. 2. Spēj: veikt antropometriskos mērījumus. Zina: antropometrisko mērījumu metodiku, ķermeņa masas indeksu, tā aprēķināšanu un novērtēšanu. Izprot: antropometrisko mērījumu principus un to nozīmi ķermeņa kopšanas procedūras izvēlē. 3. Spēj: atpazīt ķermeņa estētiskos defektus. Zina: celulīta pazīmes, veidus, stadijas, cēloņus, celulīta noteikšanas metodiku, tauku depozītu novietojumu, asinsvadu bojājumus, rētas, strijas, aptaukošanās veidus, etioloģiju. Izprot: estētisko defektu noteikšanas nozīmi atbilstošas ķermeņa kopšanas procedūras izvēlē. 4. Spēj: aizpildīt klienta karti. Zina: klienta kartes aizpildīšanas metodiku, personas datu aizsardzību, anamnēzes ievākšanu, ķermeņa kopšanas procedūras mērķi un plānu, ķermeņa kopšanas kosmētiskos līdzekļus, veidus, sastāvu, iedarbību, rekomendācijas ķermeņa kopšanai kosmētiskajā kabinetā un mājas apstākļos, sadarbības iespējas ar citiem veselības aprūpes speciālistiem. Izprot: klienta kartes aizpildīšanas nozīmi ķermeņa kopšanā. 5. Spēj: sniegt ieteikumus par veselīgu uzturu un fiziskajām aktivitātēm. Zina: uzturvielu grupas, to enerģētisko vērtību, uztura ietekmi uz ķermeņa svaru, veselīga uztura un fizisko aktivitāšu ieteikumus figūras korekcijai, ar uzturu saistītās slimības un traucējumus. Izprot: dzīves veida ietekmi uz veselību un ķermeņa estētiku. 6. Spēj: veikt ķermeņa ādas eksfoliāciju. Zina: ķermeņa ādas eksfoliācijas līdzekļus, to sastāvu, iedarbību, indikācijas, kontrindikācijas. Izprot: ķermeņa ādas eksfoliācijas nozīmi kopšanas procedūrā. 7. Spēj: pielietot ķermeņa kopšanas maskas. Zina: ķermeņa kopšanas maskas, to veidus, aktīvās sastāvdaļas, iedarbību, indikācijas, kontrindikācijas, uzklāšanas un noņemšanas tehnikas. Izprot: masku pielietojuma nozīmi ķermeņa kopšanā.
LKI līmenis	LKI 4. līmenis
Kvalifikācija(-as), uz kuru(-ām) attiecas vienība	Kosmētiķis

Vienības veids	Kvalifikācijai raksturīgā vienība (PV)
Novērtēšana	Pārbaudījumā pierāda visu vienībā definēto sasniedzamo rezultātu apguvi, t.sk., to praktiski demonstrējot. Pārbaudījumā iekļauj: • anamnēzes ievākšanu un klienta kartes aizpildīšanu ķermeņa kopšanas procedūras(-u) noteikšanai (kontrindikācijas, ķermeņa analīze un vērtējums, procedūras mērķis un plāns, ieteikumi ķermeņa kopšanai); • ādas eksfoliācijas veikšanu un masku lietošanu klienta ķermenim.