

**Stoffverteilungsplan: Kosmetik****Lernfeld: 2 " Beurteilen der Haut "**

Woche	Stunden	Thema	Bemerkungen
1.	7	1. Aufbau der Haut und ihrer Funktionen 1.1. Die Epidermis 1.1.1. Schichten der Epidermis	Folie, LB Handw. u. Technik
2.	7	1.2. Corium 1.2.1. Bestandteile des Coriums 1.2.2. Schichten des Coriums 1.3. Subcutis	LK P. 1.1.  Exkurs: das Wasser in der Haut
3.	7	2. Die Drüsen der Haut 2.1. Die Talgdrüsen 2.2. Die Schweißdrüsen 2.3. Die Duftdrüsen	Klausur P. 1. LB Handw. u. Technik  Hinweise-> Untersch. Deo+Antitr.
4.	7	3. Die Nerven der Haut 4. Gefäßsystem und Blutversorgung der Haut 5. Die Farbe der Haut 6. Die Hautoberfläche	LK P. 2. -> Modell!
5.	7	7. Funktionen der Haut	Projekt -> UV-Strahlung
6.	7	noch P. 7. 8. Hauttypen und Hautzustände 8.1. Kosmetische Hauttypen	Infomappe erstellen
7.	7	8.2. Unterscheidung männl.-und weibl. Haut 8.3. Hauttypen und ihre Reaktion auf Sonneneinwirkung 8.4. Hautalterung 8.5. Die kosmetische Hautbeurteilung, Anamnese und Prognose	Klausur P. 2.-7. Handlungssituation -> Sonnenbrand

Woche	Stunden	Thema	Bemerkungen
8.	7	noch P. 8.5.	Anamnese -> Rollenspiele
9.	7	9. Entzündliche und nichtentzündliche Veränderungen der Haut 9.1. Effloreszenzen 9.2. Talgdrüsenstörungen 9.3. Verhornungsstörungen	Übersicht als HA!
10.	7	9.4. Infektiöse Hautveränderungen	Klausur P. 8.
11.	7	9.5. Gutartige Hautwucherungen und Hautgeschwüre 9.6. Pigmentstörungen 9.7. Hautkrebs 9.8. Gefäßveränderungen	Übersicht erstellen Infomappe als HA! -> Aufgabenstellung in der 10. Woche

12.	7	9.9. Akne und akneähnliche Hautveränderungen 9.10. Ekzemerkrankungen 9.11. Lichtdoma.....	Verbindung Arbeitsschutz
13.	7	Auswertung der Infomappe Hautkrebs Ausgleich	

### Stoffverteilungsplan – Reinigen der Haut

Woche	Inhalt	Bemerkungen
1.	0. Einführung in das LF 1. Die Hautreinigung im Allg. 1.1. Grundbegriffe 1.2. Bedeutung der Hautreinigung 1.3. Geschichte der Hautreinigung 1.4. Die Methoden der Hautreinigung	
2.	2. Die deterstive Reinigung 2.1. Der allg. Arbeitsablauf 2.2. Die Arbeitstechniken 2.3. Die Auswahl der Arbeitsmittel 2.4. Die Betreuung des Kunden	B- Techn. Ablauf der Hautreinigung
3.	<b>Klassenarbeit</b> 3. Grundlagen der Präparatekunde 3.1. Die Unterscheidung Kosmetischer Präparate 3.2. Der Grundaufbau kosmetischer Präparate 3.4. Die Präparateformen	B- Warensortiment (Rein.- präp.)
4.	3.5. Die Baugruppe der Basisstoffe 3.5.1. Wasser 3.5.2. Fette 3.5.3. Gelbildner	
5.	4. Die Baugruppe der Hilfsstoffe 4.1. Die INCI- Liste und gesetzliche Grundlagen 4.2. Spezielle Inhaltsstoffe <b>Klassenarbeit</b>	
6.	5. Die Baugruppe der Wirk- und Pflegestoffe 5.1. Die Basiswirkung eines Präparates auf die Haut 5.2. Säuren – Basen – Salze – Neutralisation	
7.	5.3. Die Basiswirkungen der Präparate 5.4. Reinigende Inhaltsstoffe 5.4.1. Der Waschvorgang 5.4.2. Die Tenside	<b>Halbjahr</b>
8.	5.4.3. Die Seifen 5.4.4. Die Syndets Ausgleich	
9.	5.5. Weitere Wirkstoffgruppen 5.5.1. Die Alkohole	

		5.5.2. Pflanzl. Heildrogen 5.5.3. Pharmazeutische Inhaltsstoffe	
10.		6. Die Hautintensivreinigung 6.1. Das physikalische Verfahren 6.2. Das chemische Verfahren 6.3. Das biologische Verfahren	
11.		7. Die Präparateauswahl und Kundenberatung Ausgleich <b>Abschlussarbeit</b>	
12.		8. Die kosmetische Ausreinigung 9. Die apparativen Unterstützungsmöglichkeiten	
13.		Praktische Übungen und Prüfungsvorbereitung	<b>Zeugnis</b>

**Lernfeld: 4 Pflegen und Gestalten der Hände und Nägel**

Block	Inhalte	Bemerkungen
1.	4.1 Bedeutung 4.2 Anatomie und Physiologie von Hand , Arm und Nägeln 4.2.1 Knochenlehre 4.2.2 Hand- und Unterarmaufbau 4.2.3 Gelenke	Fachbuch der Anatomie
2.	4.2.4 Muskulatur von Hand und Unterarm <b>Kontrollarbeit</b>	
3.	4.2.5 Der Fingernagel - Aufbau und Wachstum	AB S. 76
4.	4.2.6 Veränderungen des Nagels und der Haut	
5.	Veränderungen des Nagels und der Haut <b>Kontrollarbeit</b>	AB S. 77
6.	4.3 Ablauf einer Maniküre 4.3.1 Hygienemaßnahmen 4.3.2 Einrichten des Arbeitsplatzes 4.3.3 Werkzeuge und Hilfsmittel	Hygieneplan erstellen  AB Europa Verlag LF 10-13 S.9
7.	4.3.4 Präparate und ihre Wirkung	AB Europa Verlag LF 10-13 S.11
8.	4.3.5 Beurteilung und Beratung	Behandlungsplan erstellen Maniküre praktisch - Formung der Nägel
9.	4.3.6 Durchführung einer Maniküre	

Block	Inhalte	Bemerkungen
-------	---------	-------------

10.		Durchführung einer Maniküre	Verlag EINS AB S.167 Maniküre praktisch
11.		<b>Abschlussklausur</b>	Maniküre praktisch
12.	4.4	Zusatzbehandlungen	Vorträge
	4.5	Nagelmodellage	Vorträge
	4.6	Nageldesign	
	4.7	Maniküre für den Mann	
13.		Nageldesign entwerfen und praktisch umsetzen	

**Lernfeld: 5 " Waren bewirtschaften "**

Woche	Stunden	Thema	Bemerkungen
1.	3	1. Grundlage der Warenwirtschaft	
2.	3	2. Gestaltung des Warensortiments 2.1. Sortimentsauswahl - Sortimentsbreite, - Sortimentstiefe, - Sortimentserweiterung - Sortimentsbereinigung	KO P. 1.
3.	3	2.2. Depot 2.3. Angebot und Nachfrage	
4. + 5.	3 / 3	2.4. Sortimentskontrolle 3. Depot - und Lagerverwaltung 3.1. Bedarfsermittlung, Bestellungen, Bestellzeitpunkt - Bedarfsermittlung	Klausur P. 2.
6.	3	- Bestellmenge - Bestellzeitpunkt	
7. + 8.	3 / 3	3.2. Inventur	Übungen KO P. 3.
9.	3	4. Kalkulation von Waren 4.1. Preisbildungsfaktoren	Übungen
10.	3	4.2. Exkurs: Umsatzsteuer	Klausur P. 3., Übungen
11. + 12.	3 / 3	4.3. Preiskalkulationen	KO P. 4., Übungen
13.	3	Ausgleich	

**Lernfeld: 6 " Kosmetische Massage "**

Woche	Stunden	Thema	Bemerkungen
1.	7	1. Biologische Grundlagen 1.1. Orientierungen am Körper 1.2. Das Skelettsystem 1.2.1. Der Schädel 1.2.2. Die Wirbelsäule	AB, Modell -> Skelett AB -" AB, -" AB, -"
2.	7	1.2.3. Der Brustkorb 1.2.4. Der Schultergürtel 1.3. Das Muskelsystem - Muskeln, die bei der Gesichtsmassage beeinflusst werden	LK AB, Skelett AB, Skelett Folie, AB Ursprung, Ansatz, Funktionen
3.	7	- Bauchmuskeln - Rückenmuskeln	Klausur P. 1.1 - 1.2.4. nur oberflächliche Muskeln

		- Muskeln, die bei der Nackenmassage beeinflusst werden 1.4. Das Kardio - vaskuläre System 1.4.1. Das Blut	AB Rollbild / AB Lehrbuch Anatomie
4.	7	1.4.2 Das Herz. 1.4.3. Die Blutgefäße 1.4.4. Der Blutkreislauf 1.4.5. Die Hauptblutgefäße	Rollbild, AB Folie AB -> im Bereich des Kopfes
5.	7	1.5. Das Lymphsystem 1.6. Nervensystem und Gesicht 2. Die kosmetische Gesichtsmassage 2.1. Geschichte der Massage	Video und AB  Vortrag

Woche	Stunden	Thema	Bemerkungen
6.	7	2.2. Kosmetische und med. Massagen 2.3. Ziel und Wirkungen kosmetischer Massagen 2.4. Kundenberatung 2.5. Kontraindikationen der Massage	Übungen, Argumetation
7.	7	2.6. Gefahren einer unsachgemäßen Massage 2.7. Massagepräparate 3. Massagevorbereitungen 3.1. Äußere Voraussetzungen 3.2. Vorbereitung der Kosmetikerin 3.3. Vorbereitung der Kundin	Klausur P. 1.3. - 1.6. Technische Übungen "-
8.	7	3.4. Grundlegende Massageregeln 3.5. Grundlegende Massagegriffe	KO 2.2. - 3.3. Technische Übungen
9.	7	4. Besondere Massagearten ( Aromaölmassage, Edelsteinmassage, Kräuterstempelmassage, Hot- Stone- Massage, usw.	Infomappe -> Kundenberatung erarbeiten
10.	7	5. Manuelle Lymphdrainage 6. Apparative Methoden der Massage 6.1. Pneumatische Massage	Auswertung als Ifomappe P. 5. nur informativ!
11.	7	6.2. Ultraschall 6.3. Mechanische Vibration 6.4. Strombehandlung	Abschlussklausur
12.	7	Schulung Apparative Methoden durch Ionto-Comed	
13.	7	Ausgleich	

### Lernfeld 7: Stoffverteilungsplan – Schützen und Pflegen der Haut



	Ausgleich <b>Abschlussarbeit</b>	
13.	Praktische Übungen und Prüfungsvorbereitung	<b>Zeugnis</b>

**Lernfeld: 8. Füße und Nägel pflegen und gestalten**

Block	Inhalte	Bemerkung
1.	Bedeutung und Anforderungen 8.1 Anatomie und Physiologie von Fuß und Nägeln 8.1.1 Fußskelett 8.1.2 Gelenke 8.1.3 Sehnen	Wiederholung Knochen, Muskeln, Gelenke Arbeitsblätter
2.	8.1.4 Muskeln 8.1.5 Fußgewölbe <b>Kontrollarbeit</b> 8.2 Fuß- und Zehendeformitäten	Arbeitsblätter
3.	8.2 Fuß- und Zehendeformitäten	
4.	2 Std. Ausgleich Wiederholung zu 8.2	Guppenarbeit - Gestaltung eines Arbeitsblattes mit Lösunsblatt
5.	<b>Klassenarbeit</b> 8.4 Aufbau und Wachstum der Nägel 8.5 Nagelveränderungen und Pilzkrankungen	
6.	8.5 Nagelveränderungen und Pilzkrankungen	Berichtigung zur Kontrollarbeit

Block	Inhalte	Bemerkung
7.	<b>Kontrollarbeit</b> 8.6 Hautveränderungen	
8.	8.6 Hautveränderungen	Vorträge zum Diabetischen Fuß erarbeiten und halten
9.	<b>Kontrollarbeit</b>	

10.	8.7. Ablauf der kosmetischen Fußpflege  Präsentation und Auswertung der <b>Projektarbeit</b> Behandlungsplan	<b>Projektarbeit</b>
11.	8.9 Zusatzbehandlungen	DVD " Fußnagelmodellage " Fußmassage praktisch in zwei Gruppen
12.	Wiederholung <b>Abschlussklausur</b>	Klassenarbeit erstellen mit Korrekturblatt
13.	Kundenberatung	

**Lernfeld: 10 " Unterstützen kosmetischer Behandlungen durch gesundheitsfördernde Maßnahmen "**

Woche	Stunden	Thema	Bemerkungen
1.	7	1. Allgemeine Grundlagen der Ernährungslehre 1.1. Ernährungsgewohnheiten und Ernährungsfehler 1.2. Regulation von Hunger, Appetit, Sättigung 1.3. Lebensmittelqualität 1.4. Begriffserklärungen zur Nahrung 1.5. Energiebedarf des Menschen	Ernährungslehre für Kosmetikerinnen  eigenen Energiebedarf errechnen
2.	7	noch P. 1.5. 2. Vollwertige Ernährung 2.1. Praktische Umsetzung der vollwertigen Ernährung 2.2. Alternative Ernährung und vegetarische Ernährung	KO
3.	7	3. Kohlehydrate 4. Fette 5. Proteine	Gruppenarbeiten
4.	7	6. Vitamine 6.1. Ursachen für Versorgungsprobleme 6.2. Unterscheidung in fettlösliche und wasserlösliche Vitamine 7. Wasser und Mineralstoffe 7.1. Aufgaben des Wassers	Klausur P. 1. - 5.  Übersicht erstellen -> KB
5.	7	7.2. Flüssigkeitsbedarfsdeckung 7.3. Folgen zu geringer Flüssigkeitszufuhr 7.4. Mineralstoffe 8. Sekundäre Pflanzensozoffe und Antioxidanzien	Übersicht erstellen -> KB Folien
6.	6	9. Genußmittel	Infomappen als Gruppenarbeit

Woche	Stunden	Thema	Bemerkungen
7.	7	10. Anti Aging durch Ernährung 11. Stärken der Abwehrkraft	Präsentation der Infomappen Vorbereitung Projekt " Eßstörungen "
8.	7	12. Projekt Eßstörungen	Gruppenarbeiten zu den einzelnen Ernährungsstörungen
9.	7	13. Ernährungstherapie bei Stoffwechselerkrankungen u. Hypertonie 14. Störungen des Säuren - Basen - Gleichgewichts 15. Lebensmittelunverträglichkeiten 16. Ernährungsempfehlungen bei hautveränderungen	
10.	7	1. Aufbau des Halteapparates ( Wiederh. LF 6 ) 2. Haltungsgrundlagen	Haltung und Entspannung

		3. Training	
11.	7	4. Entspannung und Entspannungsübungen	
12.	7	Ausgleich und Prüfungsvorbereitung	

**Lernfeld: 11 " Unterscheiden kosmetischer Spezialbehandlungen "**

Woche	Stunden	Thema	Bemerkungen
1,	7	1. Kosmetische Haarentfernung - Haararten, - Einteilung des Haares, - Schichten, - Entstehung des Haares, - Haarfollikel, - Haarwachstum - Haarwechsel - Haarverteilungsmuster	Mikroskopieren, AB HA: Hirsutismus, Hypertrichose, eingew. Haar
2.	7	1.1. Epilations- und Depilationsmethoden - Arbeitsplatz und Vorbereitung 1.1.1. Methoden der Depilation	Beratungsgespräch Übersicht erstellen Behandlungsplan für eine Warmwachsentaarung erstellen
3.	7	noch P, 1,1,1, 1.1.2. Methoden der Epilation	
4.	7	2. Kosmetische Bestrahlungen 2.1. Infrarot - Wärmestrahlung 2.2. UV- Lichtenwendungen	Klausur P. 1. Hinweis auf Verbot unter 18!
5.	7	noch P. 2.2., 2.3. Farblichtbehandlungen 2.4. Laseranwendungen	K9
6.	7	3. Wasseranwendungen in der kosmetischen Behandlung 3.1. Wärme- und Kälteanwendungen 3.2. Duschen und Baden	Hygienevorschriften!
7.	7	3.3. Sprayanwendungen 3.4. Dampfanwendungen 3.5. Auflagen und Wickel 3.6. Salz- und Thermalwasseranwendungen	

Woche	Stunden	Thema	Bemerkungen
8.	7	4. Saunen 4.1. Welche Saunaformen gibt es? 4.2. Allgemeine Regeln für einen Saunabesuch Ausgleich	Klausur P. 3. - Vortrag!
9.	7	5. Cellulitebehandlungen 5.1. Begriffserklärung, Ursachen, und Auslöser	Informationsblatt erstellen!

		5.2. Kosmetische Behandlungsmöglichkeiten - manuell, - thermisch, - apparativ	- Behandlungsabläufe erstellen
10.	7	noch P. 5.2. 5.3. Lipolyse und Liposuction 5.4. Kundenberatung	Klausur P. 5.
11.	7	6. Aromabehandlung 6.1. Ätherische Öle 6.2. Anwendungsmöglichkeiten	
12.	7	Ausgleich und Prüfungsvorbereitung	

**Lernfeld: 12 Gestalten mit dekorativer Kosmetik**

Block		Inhalte	Bemerkung
1.		12.1 Bedeutung der dekorativen Kosmetik 12.2 Schönheit und Mode im Wandel der Zeiten - Altertum / Antike	skizzieren eines Gesichtes HA - Merkmale eines proportionalen Gesichtes Zeichnung - Ägypterin Zeichnung - Rokoko
2.		- Mittelalter / Neuzeit / Revolution / 20iger- 80iger Jahre	
3.		<b>Kontrollarbeit</b> 12.3 Gestaltungsprinzipien - Proportionen des Gesichtes - Kopf und Gesichtsformen - Licht / Schatten und Hell / Dunkel - Ausgleich von Kopfformen	Auswertung der Skizze Auswertung der HA Frisurenzeitschriften / Schere / Kleber
4.		- Augenbrauen / Augenformen und ihr Ausgleich	AB Visagistik Kontrolle - AB Ausgleich von Augenformen
5.		- Lippenformen und ihr Ausgleich - Gestaltung eines Arbeitsblattes zu den Gestaltungsprinzipien mit Auswertung	Make-up praktisch
6.		<b>Klassenarbeit</b> 12.4 Ablauf eines Make-up	Make-up praktisch Vorbereitung der <a href="#">Projektarbeit</a>

Block		Inhalte	Bemerkung
-------	--	---------	-----------

	Hygiene / Werkzeuge / Präparate / Ablauf	" Make-up - leicht gemacht "
7.	<b>Projektarbeit</b> 12.5 Farbenlehre	Farbarbeiten - Farbtonkreis
8.	Auswertung der Projekte Farbarbeiten	Farbverhüllung Subtraktive Farbmischung
9.	- Farbwahrnehmung - Begriffe - Kontraste / Farbharmonien	Arbeitsblätter
10.	<b>Kontrollarbeit</b> 12.6 Stil- und Typberatung	Arbeitsblätter
11.	12.7 Besondere Make-ups	DVDs Make-up praktisch
12.	<b>Abschlussklausur</b> 12.8 Kundenberatung	
13.	Prüfungsvorbereitung	