



الخطة التدريبية

للبرامج التأهيلية للتدريب في سجون النساء

Training Plan for Qualification Programs for Training in Women's Prisons

Major	Skincare and Makeup	العناية بالبشرة والمكياج	التخصص
Program's Name	Skincare Skills	مهارات العناية بالبشرة	اسم البرنامج
Number of Training Semesters	1	١	عدد الفصول التدريبية

ثاني

١٤٤٤هـ - ٢٠٢٢م

مقدمة

الحمد لله الذي علّم بالقلم، علّم الإنسان ما لم يعلم، والصلاة والسلام على من بُعث مُعلماً للناس وهادياً وبشيراً، وداعياً إلى الله بإذنه وسراجاً منيراً؛ فأخرج الناس من ظلمات الجهل والغبوة، إلى نور العلم والهداية، نبينا ومعلمنا وقدوتنا محمد بن عبدالله عليه وعلى آله وصحبه أجمعين، أما بعد:

تسعى المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني لتأهيل الكوادر الوطنية المدربة القادرة على شغل الوظائف التقنية والفنية والمهنية المتوفرة في سوق العمل السعودي، ويأتي هذا الاهتمام نتيجة للتوجهات السديدة من لدن قادة هذا الوطن التي تصب في مجملها نحو إيجاد وطن متكامل يعتمد ذاتياً على الله ثم على موارده وعلى قوة شبابه المسلح بالعلم والإيمان من أجل الاستمرار قدماً في دفع عجلة التقدم التنموي، لتصل بعون الله تعالى لمصاف الدول المتقدمة صناعياً.

وقد خطت الإدارة العامة للمناهج خطوة إيجابية تتفق مع التجارب الدولية المتقدمة في بناء البرامج التدريبية، وفق أساليب علمية حديثة تحاكي متطلبات سوق العمل بكافة تخصصاته لتلبي تلك المتطلبات، وقد تمثلت هذه الخطوة في مشروع إعداد المعايير المهنية الوطنية ومن بعده مشروع المؤهلات المهنية الوطنية، والذي يمثل كل منهما في زمنه، الركيزة الأساسية في بناء البرامج التدريبية، إذ تعتمد المعايير وكذلك المؤهلات لاحقاً في بنائها على تشكيل لجان تخصصية تمثل سوق العمل والمؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني بحيث تتوافق الرؤية العلمية مع الواقع العملي الذي تفرضه متطلبات سوق العمل، لتخرج هذه اللجان في النهاية بنظرة متكاملة لبرنامج تدريبي أكثر التصاقاً بسوق العمل، وأكثر واقعية في تحقيق متطلباته الأساسية.

وتتناول هذه الخطة التدريبية لبرنامج مهارات العناية بالبشرة من تخصص العناية بالبشرة والمكياج " للبرامج التأهيلية للتدريب في سجون النساء على وصف حقائق هذا البرنامج ليشمل موضوعات حيوية تتناول كيفية اكتساب المهارات اللازمة لتكون مهاراتها رافداً لهن في حياتهن العملية بعد تخرجهن من هذا البرنامج.

والإدارة العامة للمناهج وهي تضع بين يديك هذه الخطة التدريبية تأمل من الله عز وجل أن تسهم بشكل مباشر في تأصيل المهارات الضرورية اللازمة، بأسلوب مبسط خالٍ من التعقيد.

والله نسأل أن يوفق القائمين على إعدادها والمستفيدين منها لما يحبه ويرضاه؛ إنه سميع مجيب الدعاء.

الإدارة العامة للمناهج

الفهرس

الصفحة	المحتويات
١	مقدمة
٢	الفهرس
٣	وصف البرنامج
٣	الهدف العام للبرنامج
٣	الأهداف التفصيلية للبرنامج
٤	الوصف المختصر للمقررات التدريبية المكافئة
٥	المقررات التدريبية للبرنامج
٦	الوصف التفصيلي للمقررات التدريبية المكافئة:
٧	البشرة الشاملة
١٣	العناية باظافر اليدين والقدمين وتقنيات التدليك
٢١	ملحق تجهيزات المعامل والورش والمختبرات
٢١	أولاً: بيان بالمعامل والورش
٢٢	ثانياً: التجهيزات التفصيلية لكل معمل أو ورشة
٢٧	المراجع

وصف البرنامج:

برنامج مهارات العناية بالبشرة من تخصص العناية بالبشرة والمكياج بما يتوافق مع احتياجات سوق العمل المحلية. ويتم تنفيذ هذا البرنامج في معاهد سجون النساء، في فصل تدريبي واحد مدته ثلاثة عشر أسبوعاً بمجموع ١٠ ساعة معتمدة و ٢٦٠ ساعة إتصال فصلية.

ويشمل التدريب في هذا البرنامج على مهارات البشرة الشاملة ، العناية باظافر اليدين والقدمين وتقنيات التدليك وتمنح الخريجة من هذا البرنامج شهادة اتمام برنامج مهارات العناية بالبشرة ومن المتوقع أن تعمل الخريجة من هذا البرنامج في المجالات المرتبطة بأعمال مزينة التجميل فيما يخص العناية بالبشرة واطافر اليدين والقدمين وتقنيات التدليك في صالونات التجميل النسائية .

الهدف العام للبرنامج:

يهدف هذا البرنامج إلى تأهيل المتدربة إلى العمل في مجال العناية بالبشرة واطافر اليدين والقدمين وتقنيات التدليك في صالونات التجميل.

الأهداف التفصيلية للبرنامج:

بنهاية هذا البرنامج تكون المتدربة قادرة وبكفاءة على أداء الأعمال التالية:

١. تتبع إجراءات السلامة المهنية .
٢. تحدد رغبة العميلة .
٣. تجهز مكان العمل .
٤. تنظف البشرة .
٥. تنظف البشرة تنظيف عميق .
٦. تقشر الاكواع والركب .
٧. تعتني باليدين والقدمين .
٨. تلون اظافراليدين والقدمين .
٩. تدلك الوجه ،الراس ، الرقبة ،الاكتاف ، الذراع ، القدم بطريقة متقدمة .

الوصف المختصر للمقررات التدريبية المكافئة

إسم المقرر	البشرة الشاملة	الرمز	٠٠١ تزين	الساعات المعتمدة	٥
وصف المقرر	يصف هذا المقرر المفاهيم الأساسية في تركيب البشرة من حيث طبقاتها ووظائفها والمشاكل والأمراض التي تصيبها والمفاهيم الأساسية لتحديد نوع البشرة ثم التدرج بالدخول الى المهارات و الأساسيات لتنظيف البشرة والعناية بها من تحليل البشرة واختيار المستحضر المناسب لها وادخاله للبشرة ، والتقشير الكيمائي للاكواع والركب .مع مراعاة إجراءات الصحة والسلامة المهنية عند أداء المهارة .				

إسم المقرر	العناية باظافر اليدين والقدمين وتقنيات التدليك	الرمز	٠٠١ تزين	الساعات المعتمدة	٥
وصف المقرر	يصف هذا المقرر المفاهيم الأساسية النظرية للاظافر من حيث تركيبها اجزائها ،تشوهاتها، امراضها ،وبنيته ،واشكال الاظافر . كما يتم التدريب على المهارات العملية للعناية باليدين والقدمين سواء تقشير تدليك او تنظيف ورسم وتلوين الاظافر .وكذلك المعلومات النظرية لاماكن العضلات و المهارات المتقدمة في تدليك الوجه و الرقبة و الاكتاف والذراع والقدم .مع الالتزام باشتراطات الصحة و السلامة المهنية للوقاية من انتقال العدوى قبل وبعد الخدمة .				

برنامج مهارات العناية بالبشرة

1st Trimester	No.	Course Code	Course Name	Equivalent	No. of Units					المقرر المكافئ	اسم المقرر	رمز المقرر	م	الفصل التدريبي الأول
					م.و	مج	عم	تم	س.أ					
					CRH	L	P	T	CTH					
					فصلي		اسبوعي							
1	WSKC 085	SkinCare and Massage	SKNC 001 SKNC 002	10	0	20	0	20	260	٠٠١ تزين ٠٠٢ تزين	العناية بالبشرة والتدليك	٠٨٥ نزين	١	
يتم تنفيذ محتوى ومهارات المقررات المكافئة بالتتالي														
Total Number of Semesters Units					م.و	مج	عم	تم	س.أ	المجموع الكلي لوحدات البرنامج				
					CRH	L	P	T	CTH					
					10	0	20	0	260					
Total Contact Hours × 13 =					260					ساعات الإتصال الكلية × ١٣ =				

الوصف التفصيلي للمقررات التدريبية المكافئة

اسم المقرر التدريبي	البشرة الشاملة	الرمز	٠٠١ تزين
الساعات المعتمدة	٥	ساعات اتصال (ساعة/أسبوع)	١٠

وصف المقرر

يصف هذا المقرر المفاهيم الأساسية في تركيب البشرة من حيث طبقاتها ووظائفها والمشاكل والأمراض التي تصيبها والمفاهيم الأساسية لتحديد نوع البشرة ثم التدرج بالدخول الى المهارات و الأساسيات لتنظيف البشرة والعناية بها من تحليل البشرة واختيار المستحضر المناسب لها وادخاله للبشرة ، والتقشير الكيمائي للاكواع والركب .مع مراعاة إجراءات الصحة والسلامة المهنية عند أداء المهارة .

الهدف العام من المقرر

يهدف هذا المقرر إلى اكساب المتدربة مهارات العناية بالبشرة وتنظيفها .

الأهداف التفصيلية للمقرر: أن تكون المتدربة قادرة على أن:

- ١) تتعرف على التركيب التشريحي والوظيفي للبشرة والمشاكل والأمراض التي يمكن معالجتها في الصالون.
- ٢) تعرف الطريقة الصحيحة لتطهير وتعقيم الأدوات والأجهزة .
- ٣) تجهز مكان العمل والأدوات والمعدات والأجهزة اللازمة للعناية بالبشرة .
- ٤) تجهز العميلة لخدمة العناية بالبشرة .
- ٥) تناقش العميلة حول نوع البشرة .
- ٦) تستخدم بطاقة العميلة .
- ٧) تتعرف على طريقة فحص البشرة بالوسيلة المناسبة .
- ٨) تحدد نوع البشرة بالعين المجردة وبالعدسة المكبرة .
- ٩) تستخدم جهاز متعدد الوظائف لكل خطوة استخداما صحيح .
- ١٠) تنظف البشرة تنظيفا عميق .
- ١١) تزيل الزيوان بالطريقة الصحيحة .
- ١٢) تضع الأقنعة حسب نوع البشرة .
- ١٣) تغذي البشرة بالمستحضرات النهارية والليلية باستخدام جهاز الذبذبات .
- ١٤) تغذي البشرة بالمحاليل الحمضية والقاعدية باستخدام الجهاز الايوني .
- ١٥) تعدد طرق التقشير المتنوعة ومايتناسب مع كل نوع من أنواع البشرة .
- ١٦) تختبر حساسية البشرة .
- ١٧) تقشر الاكواع والركب بالطريقة الصحيحة .

ساعات التدريب	الوحدات (النظرية والعملية)
٣	الوحدة الأولى: التركيب التشريحي للبشرة والعوامل المؤثرة فيها
١٠	الوحدة الثانية: أنواع البشرة .
١٠	الوحدة الثالثة: امراض ومشاكل البشرة .
٣	الوحدة الرابعة: بيئة تنظيف البشرة .
٨	الوحدة الخامسة: الاجهزة .
١٠	الوحدة السادسة : اختيار المستحضرات والمكونات .
٢٠	الوحدة السابعة: تنظيف البشرة .
٢٠	الوحدة الثامنة: التنظيف العميق اليدوي .
٢٣	الوحدة التاسعة: التنظيف العميق بتقنيات متقدمة .
٢٣	الوحدة العاشرة: التقشير .
١٣٠	المجموع

إجراءات واشتراطات السلامة:

- (١) اتباع إجراءات السلامة المهنية في انجاز المهمة.
- (٢) تطهير وتعقيم الأدوات والأجهزة المستخدمة قبل وبعد الاستخدام.
- (٣) تقليل الاظافر لمقدم الخدمه .
- (٤) التأكد من عدم ارتداء العميلة إكسسوارات.
- (٥) عدم ملامسة المستحضرات مباشرة .
- (٦) التأكد من صلاحية المستحضرات المستخدمة وطرق تخزينها .
- (٧) تطبيق طرق الوقاية الشخصية .
- (٨) التاكدة من سلامة التوصيلات الكهربائية .
- (٩) التأكد من تصريف المياه بشكل جيد .
- (١٠) التأكد من التهوية الجيدة .
- (١١) الجلوس والوقوف بشكل سليم خلال العمل .

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٣	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الأولى: التركيب التشريحي للبشرة والعوامل المؤثرة فيها <ul style="list-style-type: none"> ○ طبقات البشرة. ○ ملحقات البشرة. ○ مراحل تكون البشرة. ○ وظائف البشرة. ○ العوامل المؤثرة في البشرة: <ul style="list-style-type: none"> ❖ العوامل الداخلية. ❖ العوامل الخارجية. ○ العادات الصحية والممنوعة لسلامة البشرة. 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
١٠	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الثانية: أنواع البشرة <ul style="list-style-type: none"> ○ تحديد نوع البشرة. ○ تميز بين أنواع البشترات المختلفة والعوامل المؤثرة بها. ○ فحص نوع البشرة: <ul style="list-style-type: none"> ❖ العين المجردة. ❖ الفحص اليدوي 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
١٠	<ul style="list-style-type: none"> ○ الوحدة الثالثة: امراض ومشاكل البشرة <ul style="list-style-type: none"> ○ امراض البشرة ○ مشاكل البشرة: <ul style="list-style-type: none"> ❖ جفاف البشرة. ❖ حب الشباب. ❖ تغير لون البشرة ❖ التجاعيد. ○ أنواع البشرة المحددة وراثيا: <ul style="list-style-type: none"> ❖ جدول Fitzpatrick scale. ○ أنواع البشرة مقابل حالات البشرة. ○ خطوات تحليل البشرة. 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٣	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الرابعة : بيئة تنظيف البشرة <ul style="list-style-type: none"> ○ مقدمة لمختصة العناية بالبشرة . ○ تجهيز مكان العمل . ○ الأدوات والمعدات والأجهزة . ○ التطهير والتعقيم قبل وبعد العمل . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٨	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الخامسة: الأجهزة <ul style="list-style-type: none"> ○ العدسة المكبرة Magnifying . ○ التعريف باجزاء الجهاز . ❖ الفرش المتنوعة . ❖ اداة الشفط للدهون . ❖ البخاخ . ❖ البخار . ❖ جهاز عالي التردد . ❖ الذبذبات الايونية . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
١٠	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة السادسة : اختيار المستحضرات والمكونات <ul style="list-style-type: none"> ○ مستحضرات العناية بالبشرة الأساسية وفوائدها . ○ مستحضرات العناية بالبشرة المنزلية لمختلف حالات البشرة . ○ كيفية اختيار مستحضرات متكاملة . ○ تتعرف على كيفية ادخال المستحضرات للبشرة . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٢٠	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة السابعة : تنظيف البشرة <ul style="list-style-type: none"> ○ انواع تنظيف البشرة ❖ التنظيف السطحي 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
	<ul style="list-style-type: none"> ❖ التنظيف العميق <ul style="list-style-type: none"> ○ مفهوم التنظيف السطحي ○ فوائد تنظيف البشرة . ○ أنواع مزيلات المكياج . ○ أنواع منظفات البشرة . ❖ غسل الوجه (فوم - جل) ❖ الحليب المنظف ❖ السائل قابض ○ طريقة التنظيف السطحي . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٢٠	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الثامنة : التنظيف العميق اليدوي <ul style="list-style-type: none"> ○ مفهوم التنظيف العميق . ○ كيفية استخدام جهاز البخار . ○ كيفية إزالة الزيوان يدويا . ○ كيفية تقشير البشرة وانواعها . ○ مفهوم القناع واهميته . ○ انواع الأقنعة الطبيعية والصناعية . ○ الأقنعة واستخداماتها لكل نوع بشرة : ❖ وضع الأقنعة على البشرة بانواعها . ○ ترطيب البشرة . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية ● والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٢٣	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة التاسعة : التنظيف العميق بتقنيات متقدمة <ul style="list-style-type: none"> ○ مراجعة مفهوم التنظيف العميق . ○ تنظيف البشرة تنظيف أساسي . ○ استخدام المقشر العادي حسب نوع البشرة بالفرشاة . ○ تستخدم جهاز البخار . ○ كيفية إزالة الزيوان اليا حسب البشرة . ○ ادخال المستحضرات بالاجهزة . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية ● والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
	<ul style="list-style-type: none"> ○ وضع الأقنعة المتقدمة حسب نوع البشرة. ○ استخدام البخاخ لتوزيع السائل القابض. ○ وضع كريم المرطب. ○ وضع كريم واقي الشمس. 	

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٢٣	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة العاشرة: التقشير <ul style="list-style-type: none"> ○ تعريف التقشير. ○ فوائد التقشير. ○ محاذير التقشير. ○ أنواع التقشير. ○ اختبار حساسية البشرة. ○ علاج الاكواع والركب بتقشير الكيمائي. 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

٠٠٢ تزين	الرمز	العناية بأظافر اليدين والقدمين وتقنيات التدليك	اسم المقرر التدريبي
١٠	ساعات اتصال (ساعة/أسبوع)	٥	الساعات المعتمدة

وصف المقرر

يصف هذا المقرر المفاهيم الأساسية النظرية للاظافر من حيث تركيبها اجزائها، تشوهات، امراضها، وبنيتها، واشكال الاظافر. كما يتم التدريب على المهارات العملية للعناية باليدين والقدمين سواء تقشير و تنظيف ورسم وتلوين الاظافر. وكذلك المعلومات النظرية لاماكن العضلات و المهارات المتقدمة في تدليك الوجه و الرقبة و الاكتاف والذراع والقدم مع الالتزام باشتراطات الصحة و السلامة المهنية للوقاية من انتقال العدوى قبل وبعد الخدمة.

الهدف العام من المقرر

يهدف هذا المقرر إلى إكساب المتدربة المهارات الأساسية في العناية باليدين والقدمين ومهارات التدليك المتقدمة .

الأهداف التفصيلية للمقرر: أن تكون المتدربة قادرة على أن:

- ١) تتعرف على الاظافر تركيبها اجزائها تشوهات، امراضها وبنيتها واشكالها .
- ٢) تعرف إجراءات تجهيز المكان وتجهيز العميلة .
- ٣) تعقم المكان والأدوات وجميع المعدات .
- ٤) تعمل حمام زيت للاظافر.
- ٥) تطرف يدي العميلة بالطريقة المناسبة.
- ٦) تعدد خطوات تطريف اليدين .
- ٧) تعدد خطوات تدريم القدمين .
- ٨) تشرح فائدة حمام الزيت للاظافر .
- ٩) تعرف مفهوم الطلاء الفرنسي
- ١٠) تركيب الاظافر الصناعية بالطريقة الصحيحة .
- ١١) تذكر طرق الرسم على الاظافر .
- ١٢) تذكر سبل السلامة الواجب مراعتها قبل واثناء عمل جلسة التدليك .
- ١٣) تتعرف على مفهوم التدليك .
- ١٤) تعدد أنواع التدليك .
- ١٥) تعدد حركات التدليك .
- ١٦) تطبيق مساج الوجه – الراس – الرقبة .
- ١٧) تطبيق مساج الكتف – الذراع – اطراف اليدين والقدمين .

ساعات التدريب	الوحدات (النظرية والعملية)
٢	الوحدة الأولى: تركيب الاطراف والاذافر مشكلاتها وامراضها .
٢	الوحدة الثانية: تحضير طاولة العمل .
٢	الوحدة الثالثة: حمام الزيت .
٨	الوحدة الرابعة: تطريف اليدين .
١٠	الوحدة الخامسة: تدريب القدمين .
١٠	الوحدة السادسة: سبا القدمين .
٥	الوحدة السابعة : الاذافر الصناعية .
١٠	الوحدة الثامنة : طلاء الاذافر .
٧	الوحدة التاسعة : الرسم على الاذافر .
٧	الوحدة العاشرة: التدليك.
٥	الوحدة الحادية عشر: التدليك الاسترخائي .
٢٠	الوحدة الثانية عشر : تدليك الوجه والراس.
١٢	الوحدة الثالثة عشر: تدليك الرقبة.
١٥	الوحدة الرابعة عشر : تدليك الكتف والذراع.
١٥	الوحدة الخامسة عشر: تدليك اطراف اليدين والقدمين .
١٣٠	المجموع

إجراءات واشتراطات السلامة:

- (١) الحفاظ على اذافر العميلة من الخدوش .
- (٢) استخدام وسائل الوقاية الشخصية.
- (٣) معرفة استخدام الأدوات الحاده كمقص اللحمية لمنع حدوث نزف لظفر العميلة.
- (٤) اتباع إجراءات السلامة المهنية في انجاز المهمة.
- (٥) تطهير وتعقيم الأدوات المستخدمة والفرش قبل وبعد الاستخدام .
- (٦) التأكد من تاريخ صلاحية المستحضرات وطرق تخزينها .
- (٧) استخدام وسائل الوقاية الشخصية .

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٢	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الأولى : تركيب الاطراف والاطافر مشكلاتها وامراضها <ul style="list-style-type: none"> ○ الطرف العلوي لليد : <ul style="list-style-type: none"> ❖ تركيب عظام اليد . ○ الطرف السفلي : <ul style="list-style-type: none"> ❖ تركيب عظام القدم . ○ تكوين الظفر . ○ نمو الظفر . ○ الأجزاء المحيطة . ○ التشوهات والامراض . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٢	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الثانية : تحضير طاولة العمل <ul style="list-style-type: none"> ○ التعرف على الأدوات والمواد المستخدمة في صالون العناية باليدين والقدمين واستخداماتها . ○ الجلسة الصحيحة للعملة لثناء تقديم الخدمة للعميلة . ○ تحضير العميلة قبل البدء بالخدمة المطلوبة . ○ أهمية إعادة الأدوات الى مكانها المخصص بعد تعقيمها لكي توضع على طاولة العمل لاستخدامها مرة اخرى . ○ كيفية تحضير طاولة العمل . ○ أهمية تعقيم الأدوات قبل وضعها على طاولة العمل . ○ مواصفات مكان العناية باليدين والقدمين . ○ الاستخدام الصحيح للادوات . ○ تحديد الاحتياجات اللازمة لعملية التطريف والتدريم . ○ تعقيم الأدوات . ○ سلة مهملات خاصة . ○ مسند . ○ فوط خاصة للعمل . ○ مبادر . ○ قطن . ○ مزيل طلاءالخ . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٢	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الثالثة: حمام الزيت <ul style="list-style-type: none"> ○ اختيار نوع الزيت المناسب ○ تنفيذ الخطوات الصحيحة لحمام الزيت للاظافر 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٨	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الرابعة: تطريف اليدين <ul style="list-style-type: none"> ○ تتعرف على اشكال الاظافر . ○ كيفية تطريف اليدين دون حدوث نزف او خدش . ○ أهمية حمام الزيت لظافر اليدين . ○ أهمية تعقيم اليدين قبل البدء بالعملية المطلوبة . ○ أهمية إعطاء الظفر الشكل الطبيعي الذي يناسب الاصبع وحجمه . ○ إجراءات السلامة العامة للعناية باليدين . ○ قص الاظافر . ○ برد الاظافر . ○ وضع مزيل للحمية ودفعها وقصها . ○ صقل الظفر . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
١٠	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الخامسة: تدريب القدمين <ul style="list-style-type: none"> ○ كيفية تطريف اليدين دون حدوث نزف او خدش . ○ أهمية تعقيم اليدين قبل البدء بالعملية المطلوبة . ○ أهمية إعطاء الظفر الشكل الطبيعي الذي يناسب الاصبع وحجمه . ○ أهمية برش الكعب ○ أهمية معرفة اشكال الاظافر لكل مزين قبل البدء بالخدمة . ○ النقع ○ برش الكعب ○ قص الاظافر ○ برد الاظافر ○ وضع مزيل للحمية وفعها وقصها . ○ صقل الظفر . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
١٠	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة السادسة : سبا القدمين <ul style="list-style-type: none"> ○ فوائد السبا ○ المواد الخاصة بالسبا . ○ صنفرة الساق والقدم . ○ عمل قناع طيني . ○ استخدام كريم لكعب القدم . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٥	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة السابعة : الأظافر الصناعية <ul style="list-style-type: none"> ○ أنواع الاظافر الصناعية . ○ فوائد الاظافر الصناعية ○ تركيب الاظافر الصناعية . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
١٠	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الثامنة : طلاء الاظافر <ul style="list-style-type: none"> ○ الطلاء الفرنسي . ○ الطلاء العادي . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٧	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة التاسعة : الرسم على الاظافر <ul style="list-style-type: none"> ○ ترسم على الاظافر بطرق مختلفة. 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٧	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة العاشرة: التدليك <ul style="list-style-type: none"> ○ مفهوم التدليك . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
	<ul style="list-style-type: none"> ○ فوائد التدليك . ○ أنواع التدليك . ○ موانع التدليك . ○ اخلاقيات العمل في مجال التدليك . ○ إجراءات السلامة المهنية التي يجب مراعاتها عند عمل التدليك . ○ تجهيز مكان العمل . ○ تطهر وتعقم مكان أداء المهارة . ○ تحديد نقاط الألم ونوعها . ○ حركات التدليك الأساسية واستخداماتها . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٥	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الحادية عشر: التدليك الاسترخائي <ul style="list-style-type: none"> ○ تتعرف على تدليك الأحجار الساخنة . ○ تتعرف على كاسات الهواء . ○ تتعرف على تدليك الزيوت العطرية والترددات الأثيرية . ○ تنفذ خطوات تنظيف منطقة التدليك . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
٢٠	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الثانية عشر : تدليك الوجه والراس <ul style="list-style-type: none"> ○ تتعرف على العضلات الموجودة في الوجه و الراس. ○ نقاط الألم في كل عضلة ونوع الألم الذي تسببه . ○ تنظف البشرة تنظيف أساسي . ○ خطوات عمل تدليك الوجه . ○ خطوات عمل تدليك الراس . ○ تدمج تدليك الوجه مع الراس . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
١٢	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الثالثة عشر: تدليك الرقبة <ul style="list-style-type: none"> ○ تتعرف على العضلات الموجودة في الرقبة . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
	<ul style="list-style-type: none"> ○ نقاط الألم في كل عضلة ونوع الألم الذي تسببه . ○ تنظيف منطقة التدليك . ○ خطوات عمل تدليك الرقبة . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
١٥	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الرابعة عشر: تدليك الكتف والذراع <ul style="list-style-type: none"> ○ تتعرف على العضلات الموجودة الكتف والذراع . ○ نقاط الألم في كل عضلة ونوع الألم الذي تسببه . ○ تنظيف منطقة التدليك . ○ خطوات عمل تدليك الكتف والذراع . ○ تدمج تدليك الكتف والذراع . 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
الساعات	المحتوى	أدوات التقييم
١٥	<ul style="list-style-type: none"> ● الوحدة الخامسة عشر: تدليك اطراف اليدين والقدمين <ul style="list-style-type: none"> ○ المساج الانعكاسي: <ul style="list-style-type: none"> ❖ تعريف المساج الانعكاسي . ❖ فوائد المساج الانعكاسي . ❖ اهم النقاط المؤثرة بقدم الانسان وتأثيرها على باقي أعضاء الجسم . ❖ الزيوت المستخدمة لعمل المساج الانعكاسي . ❖ تنظيف منطقة التدليك . ❖ استخدام زيت خاص بالتدليك . ❖ حركات التدليك لليدين (ثني اليد الى الامام والخلف – مسحية – حركات دائرية لباطن الكف – حركات دائرية لاطراف الأصابع – حركات دائرية للابهام لرسغ اليد – التريبت – حركات دورانية لكف اليد – حركات عرضية متعاكسة بالابهام لظاهر الساعد). ❖ حركات التدليك للقدم (مسحية – التريبت والنقر -تدليك كعب القدم بالابهام – تدليك قوس القدم بكف اليد بشكل متعاكس لاصابع القدم -عجنية بباطن القدم) 	<ul style="list-style-type: none"> ● الاختبارات والأعمال الشفهية والتحريرية ● الملاحظة المباشرة ● الأداء العملي

المنهج التفصيلي (النظري والعملي)		
أدوات التقييم	المحتوى	الساعات
	❖ حركات الساق (مسحوية - نقرية - عجنية). ○ مواقع مهمة في اليدين والقدمين لاتمام عملية المساج.	

ملحق تجهيزات المعامل والورش والمختبرات

أولاً: بيان بالمعامل والورش

م	اسم المعمل/الورشة	الطاقة الاستيعابية للتدريب	الموارد البشرية (مع الشهادات المطلوبة)	الحقائب التدريبية المستفيدة من المعمل/الورشة
١.	معمل العناية بالبشرة والمكياج	١٥	بكالوريوس التجميل أو دبلوم + خبرة ٣ سنوات	البشرة الشاملة العناية باظافر اليدين والقدمين وتقنيات التدليك

ثانياً: التجهيزات التفصيلية لكل معمل أو ورشة

معمل العناية بالبشرة والمكياج		
م	اسم الصنف	الكمية
١.	طاولة وكروسي للمدرب	١
٢.	دولاب مناسب لحفظ الادوات	١
٣.	جهاز حاسب الي للمدرب مع جميع الملحقات	١
٤.	مكتب او منصة مدرب مناسب	١
٥.	برجكت وشاشة عرض	١
٦.	سبوره	١
٧.	مناديل ورقية	مجموعة
٨.	اغطية راس	مجموعة كبيرة
٩.	كمامات	مجموعة كبيرة
١٠.	قلفزمات	مجموعة كبيرة
١١.	مقشر كيميائي شركة TCA	٤ من كل تركيز
١٢.	ثلاجة لحفظ الأدوات	١
١٣.	صانعة الثلج	١
١٤.	اغطية استخدام واحد	مجموعة كبيرة
١٥.	طاولة للادوات ذو جانبيين	١٢
١٦.	جهاز متعدد الوظائف	٧
١٧.	مناشف بيضاء	مجموعة كبيرة
١٨.	فرشاة للقناع	١٠ من كل حجم
١٩.	وعاء بلاستيكي لخلط الأقنعة	١٥
٢٠.	منظف للعيون	١٠
٢١.	منظف للبشرة حسب نوع البشرة	٥٠٠ مل ٧
٢٢.	قطن دائري	مجموعة كبيرة
٢٣.	اعواد قطن	مجموعة كبيرة
٢٤.	اعواد بلاستيكية او خشبية للاستخدام الواحد فقط	مجموعة كبيرة

٢٥.	مستحضر قابض	٥٠٠ مل ٧
٢٦.	كريم مرطب للبشرة حسب نوع البشرة	١٠
٢٧.	قناع للبشرة مناسب لنوع البشرة	١٠
٢٨.	قناع بودر فيتامين C	٤ كراتين
٢٩.	فيتامين C سائل للبشرة	٤
٣٠.	كريم مقشر للبشرة	٧
٣١.	ربطة للشعر	١٥
٣٢.	إسفنجات كبيرة ذات مسام واسع	مجموعة كبيرة
٣٣.	جهاز تعقيم اشعة فوق البنفسجية	٢
٣٤.	سائل تعقيم بخاخ	١٠
٣٥.	سلال مهملات	عدد كرسي الظهر المتحرك
٣٦.	سائل تعقيم براسيد	٢
٣٧.	مقص اظافر	١٥
٣٨.	مبرد خشبي او معدني	مجموعة كبيرة
٣٩.	مقص اللحمية	١٥
٤٠.	دافعة لحمية معدنية او خشبية	مجموعة كبيرة
٤١.	عصا البرتقال	مجموعة كبيرة
٤٢.	مستحضر مذيب اللحمية	١٥
٤٣.	مزيل الطلاء	١٥
٤٤.	الطلاء بانواعه	مجموعة متنوعة
٤٥.	فرش رسم للاظافر	مجموعة متنوعة
٤٦.	اداءة تنقيط للاظافر	١٥
٤٧.	اظافر صناعية + غراء	مجموعة متنوعة
٤٨.	قصاصة اظافر	١٥
٤٩.	زيت مساج	٤ حجم كبير
٥٠.	كريم مرطب لليد	٧
٥١.	معقم يدين	٧
٥٢.	جهاز تجفيف الاظافر	٧
٥٣.	وعاء بلاستيكي لنقع اليدين	١٥

مجموعة كبيرة	مبرد ملمع بلاستيكي	.٥٤
مجموعة	فرشاة للاظافر	.٥٥
مجموعة كبيرة	مناشف	.٥٦
مجموعة كبيرة	اعواد خشبية (ملعقة)	.٥٧
٧	بخاخ معقم للقدمين	.٥٨
٧	كريم مرطب للقدم	.٥٩
٧	قناع للقدم	.٦٠
١٥	مبرشة بلاستيكية لكعب القدم	.٦١
١٥	وعاء بلاستيكي لنقع القدم	.٦٢
٧	مرآة بالاضاءة	.٦٣
١	اضاءة Ring ligt	.٦٤
٧	كرسي ظهر متحرك	.٦٥
١٥	كرسي دوار	.٦٦
١٥	فرشاه رسم الحاجب	.٦٧
١٥	فرشاة كريم الاساس	.٦٨
١٥	فرشاة توزيع ظلال العيون	.٦٩
١٥	فرشاة تصحيح الوجه	.٧٠
١٥	فرشاة ظلال صغيرة مدببة	.٧١
١٥	فرشاة توزيع الظلال	.٧٢
١٥	فرشاة أي لاينر بزواية	.٧٣
١٥	فرشاة مسكرة للحواجب والرموش	.٧٤
١٥	فرشاة احمر شفاه	.٧٥
١٥	فرشاة دمج ظلال العيون	.٧٦
١٥	فرشاة البودرة بحجمين	.٧٧
١٥	فرشاة احمر الخدود	.٧٨
١٥	عاقصة الرموش	.٧٩
١٥	مبارة	.٨٠
مجموعة كبيرة	اسفنج لكريم الاساس wedges	.٨١
٤ من كل نوع	كريم اساس	.٨٢

٨٣.	خافي العيوب	٤ من كل نوع
٨٤.	الوان التصحيح	٤ من كل نوع
٨٥.	البودرة الحرة بانواعها	مجموعة متنوعة
٨٦.	ظلال عيون باودر متنوع الالوان	مجموعة متنوعة
٨٧.	جل لرسم الحاجب	مجموعة
٨٨.	كحل عين بالألوان متنوعة	مجموعة متنوعة
٨٩.	هايليت	مجموعة متنوعة
٩٠.	أي لاينر سائل	مجموعة متنوعة
٩١.	أي لاينر جل	مجموعة
٩٢.	مسكرا للرموش سوده	١٥
٩٣.	فرشاة الرموش استخدام واحد	مجموعة
٩٤.	رموش صناعية + غراء	مجموعة متنوعة
٩٥.	بودرة خدود متنوعة الألوان	مجموعة متنوعة
٩٦.	الوان شفاه متنوعة الالوان	مجموعة متنوعة
٩٧.	لوح معدني اوبلاستيكي لخلط الألوان	١٥
٩٨.	ملقط رموش	١٠
٩٩.	برايمر	مجموعة متنوعة
١٠٠.	كريم مرطب للبشرة	١٠
١٠١.	كريم واقي للبشرة	١٠
١٠٢.	جهاز إذابة الشمع	٧
١٠٣.	رول ورق الشمع	مجموعة كبيرة
١٠٤.	شمع الشعر	١٠
١٠٥.	حلاوة شعر	١٠
١٠٦.	ملقط شعر	١٠
١٠٧.	خيوط	٢
١٠٨.	بودرة تبيض الشعر	٢ حجم كبير
١٠٩.	فرشاة لصبغ الحاجب	١٥
١١٠.	وعاءه بلاستيكي لخلط صبغة الحاجب	١٥
١١١.	اكسجين شعر	تركيز متنوع

١١٢.	صبغة حواجب اسود وبني (فاتح ، غامق)	٥ من كل نوع
١١٣.	وعاء غراء يستعمل لمرة واحدة	مجموعة
١١٤.	مشط للرموش	١٥
١١٥.	لصقات العين خالية من الوبير / ضمادات	مجموعة
١١٦.	شريط طبي	مجموعة
١١٧.	غسول خالي من الزيوت	٧
١١٨.	ضمادة سيلكيون	مجموعة كبيرة
١١٩.	ضمادات قطنية	مجموعة كبيرة
١٢٠.	علبة او رقائق معدنية لوضع اللاصق الرموش	مجموعة
١٢١.	مزيل الرموش الاصطناعية ، مادة مذيبي	٧
١٢٢.	رموش اصطناعية : رمش فردي ، رمش كامل	مجموعة كبيرة
١٢٣.	مادة لاصقة : شفافة ، ملونة ، عادية ، حساسة	٥ من كل نوع
١٢٤.	مناشف للرقبة	مجموعة
١٢٥.	مكنسة ارض	٢
١٢٦.	ممسحة ارض	١
١٢٧.	جاروف	٢
١٢٨.	أكياس نفايات	مجموعة
١٢٩.	سائل منظف الارض	٤
١٣٠.	منظف مرايات	٤
١٣١.	مناشف تنظيف المعدات	مجموعة

المراجع

م	الإسم
.١	تجميل عناية بالبشرة عطور (علم الأحياء والأمراض الجلدية تجميل وتكنولوجيا) المؤلف / السفيفيه ٢ ماسون الناشر / الشركة الأوروبية الشرقية للنشر ٢٠١٥ م.
.٢	الاقتصاد المنزلي والتجميل العلوم المهنية الخاصة والتدريب العملي الأردن - عمان اللجنة العلمية لتخصص التجميل ١٤٣٩ هـ.
.٣	مساعد. خبير التجميل . الطبعة (٣) أدبيات العناية - مفردات أساسية - المؤلف / هرنانديز فرسية فرتيل - الناشر / الشركة الأوروبية الشرقية للنشر ٢٠١٦ م.
.٤	Susan Simpfenderfert Milady's standard cosmetology text book 2014 .
.٥	Clinical massage therapy by laura Allen and David pounds . Publisher: LWW; Third edition . (November 3, 2015)