

Nazwa kwalifikacji: **Wykonywanie zabiegów kosmetycznych**
Symbol kwalifikacji: **FRK.04**
Numer zadania: **01**
Wersja arkusza: **SG**

Wypełnia zdający

Numer PESEL zdającego*

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Numer stanowiska

--	--	--

Miejsce na naklejkę z numerem
PESEL i z kodem ośrodka

Czas trwania egzaminu: **120** minut

FRK.04-01-26.01-SG

EGZAMIN ZAWODOWY

Rok 2026

CZĘŚĆ PRAKTYCZNA

**PODSTAWA PROGRAMOWA
2019**

Instrukcja dla zdającego

1. Na pierwszej stronie arkusza egzaminacyjnego wpisz w oznaczonym miejscu swój numer PESEL*, numer stanowiska i naklej naklejkę** z numerem PESEL i z kodem ośrodka.
2. Sprawdź, czy arkusz egzaminacyjny zawiera 10 stron i nie zawiera błędów. Ewentualny brak stron lub inne usterki zgłoś przez podniesienie ręki przewodniczącemu zespołu nadzorującego.
3. Zapoznaj się z treścią zadania oraz stanowiskiem egzaminacyjnym. Masz na to 10 minut. Czas ten nie jest wliczany do czasu trwania egzaminu.
4. Czas rozpoczęcia i zakończenia pracy zapisze w widocznym miejscu przewodniczący zespołu nadzorującego.
5. Wykonaj samodzielnie zadanie egzaminacyjne. Przestrzegaj zasad bezpieczeństwa i organizacji pracy.
6. Po zakończeniu wykonania zadania pozostaw arkusz egzaminacyjny z rezultatami wykonania zadania na swoim stanowisku lub w miejscu wskazanym przez przewodniczącego zespołu nadzorującego.
7. Po uzyskaniu zgody zespołu nadzorującego możesz opuścić salę/miejsce przeprowadzania egzaminu.

Powodzenia!

* w przypadku braku numeru PESEL – seria i numer paszportu lub innego dokumentu potwierdzającego tożsamość

** w przypadku otrzymania naklejki

Zadanie egzaminacyjne

Do gabinetu kosmetycznego zgłosiła się 30-letnia klientka Dorota Kowalska na zabieg złuszcząco-wybielający z zastosowaniem mikrodermabrazji i sonoforezy. Z przeprowadzonego wywiadu kosmetycznego wynika, że klientka pół roku temu urodziła dziecko, a w okresie ciąży na skórze twarzy pojawiły się przebarwienia. Klientka przyszła w pełnym makijażu. Jest uczulona na azuleny.

Opis skóry twarzy klientki

Skóra twarzy klientki jest błyszcząca, lepka w dotyku, z rozszerzonymi ujściami gruczołów łojowych i widocznymi zaskórnikami otwartymi. Na policzkach i wokół ust widoczne są wyraźne odgraniczone od niezmięnionej skóry przebarwienia koloru żółtawo-brunatnego o nieregularnym kształcie.

Na podstawie informacji zawartych w zadaniu oraz analizy opisu skóry twarzy klientki uzupełnij kartę klientki. W karcie pobrania środków i preparatów kosmetycznych oraz karcie pobrania aparatury, przyborów, środków higienicznych i środków ochrony dokonaj wyboru **tylko niezbędnych** do wykonania zadania środków i preparatów kosmetycznych, aparatów, przyborów, środków higienicznych oraz środków ochrony indywidualnej. Sporządź plan zabiegu wraz z opisem, zwracając uwagę na kolejność, technikę i czas wykonywanych czynności oraz przestrzeganie zasad bezpieczeństwa i higieny pracy. Uzupełnij kartę zaleceń dla klientki.

Uwaga. Do zaplanowania zabiegu wykorzystaj **wyłącznie** preparaty kosmetyczne, środki higieniczne, środki ochrony indywidualnej, przybory i aparaty zamieszczone w karcie pobrania.

Czas przeznaczony na wykonanie zadania wynosi 120 minut.

Ocenię podlegać będzie 5 rezultatów:

- karta klientki,
- karta pobrania środków i preparatów kosmetycznych,
- karta pobrania aparatury, przyborów, środków higienicznych i środków ochrony,
- plan zabiegu z opisem,
- karta zaleceń dla klientki.

Karta klientki	
Imię i nazwisko: Dorota Kowalska	Wiek: 30 lat
Cechy skóry twarzy:	
Dodatkowe informacje o klientce:	
Typ cery:	
Rodzaj/nazwa przebarwień:	
Cele zabiegu (zaznacz X wszystkie cele do zaplanowanego zabiegu)	
Cele zabiegu	Właściwe zaznacz X
oczyszczenie skóry	
wyciszenie skóry	
odżywienie skóry	
zmniejszenie grubości warstwy rogowej naskórka	
detoksykacja skóry	
zwięźlenie ujść gruczołów łojowych	
zmniejszenie kruchości naczyń krwionośnych	
rozjaśnienie przebarwień	
Przeciwwskazania (zaznacz X wszystkie przeciwwskazania do zaplanowanego zabiegu złuszczająco-wybielającego)	
Przeciwwskazania	Właściwe zaznacz X
uczulenie na prąd galwaniczny	
łuszczyca skóry	
trądzik ropowiczy skóry twarzy	
zaskórniki zamknięte na policzkach	
leczenie retinoidami w ostatnich 3 miesiącach przed zabiegiem	
blizny potrądzikowe na policzkach	
trądzik różowaty	
melasma (ostuda)	
osteoporoza	
brodawki płaskie na skórze czoła	

Karta pobrania środków i preparatów kosmetycznych	
Środki i preparaty kosmetyczne	Właściwe zaznacz X
żel oczyszczający	
śmietanka kosmetyczna	
płyn do demakijażu oczu i ust	
tonik w płynie z ekstraktem z ogórka	
tonik w płynie z ekstraktem z rumianku	
serum żelowe z rutyną i escyną do ultradźwięków	
serum żelowe z arbutyną i lukrecją do ultradźwięków	
maska alginatowa z witaminą C	
maska termomodelująca	
maska parafinowa z witaminą E	
maska rozpulchniająca	
oliwka witaminowa do masażu	
preparat do dezynfekcji skóry	
woda utleniona 3 %	
krem nawilżający do twarzy SPF 50	
krem liftingujący do twarzy SPF 10	
krem nawilżający pod oczy z wyciągiem ze świetlika	
krem nawilżający pod oczy z wyciągiem z rumianku	
preparat do dezynfekcji powierzchni	
preparat do dezynfekcji narzędzi przez zanurzenie	

Karta pobrania aparatury, przyborów, środków higienicznych i środków ochrony

Aparaty, przybory, środki higieniczne i środki ochrony	Właściwe zaznacz X
lampa-lupa	
wapozon	
aparat do mikrodermabrazji	
aparat do jonoforezy	
aparat do ultradźwięków	
głowice (końcówki) diamentowe do mikrodermabrazji	
elektrody płaskie do jonoforezy	
głowice okrągłe do sonoforezy	
myjka ultradźwiękowa	
autoklaw	
miska gumowa	
szpatuła plastikowa	
pędzel kosmetyczny	
płatki kosmetyczne	
chusta zabiegowa	
ręczniki papierowe	
chusteczki higieniczne	
folia aluminiowa	
peniuar jednorazowy	
czepek jednorazowy na włosy	
prześcieradło jednorazowe na fotel	
rękawiczki jednorazowe	

Plan zabiegu z opisem

Metodyka wykonania czynności zabiegowych

Technika wykonania zgodnie ze sztuką w zawodzie (opisz kolejne czynności z podaniem czasu*, miejsca, techniki, środków, preparatów kosmetycznych, przyborów i aparatury)

**Uwaga. W przypadku podawania czasu należy doprecyzować, czy podany czas dotyczy pozostawienia preparatu na skórze, czy wykonywania czynności z użyciem danego preparatu/narzędzi/aparatury.*

W planie zabiegu pomiń czynności związane z przygotowaniem stanowiska pracy oraz kosmetyczki.

Plan zabiegu z opisem

Metodyka wykonania czynności zabiegowych

Technika wykonania zgodnie ze sztuką w zawodzie (opisz kolejne czynności z podaniem czasu*, miejsca, techniki, środków, preparatów kosmetycznych, przyborów i aparatury)

**Uwaga. W przypadku podawania czasu należy doprecyzować, czy podany czas dotyczy pozostawienia preparatu na skórze, czy wykonywania czynności z użyciem danego preparatu/narzędzi/aparatury.*

Plan zabiegu z opisem

Metodyka wykonania czynności zabiegowych

Technika wykonania zgodnie ze sztuką w zawodzie (opisz kolejne czynności z podaniem czasu*, miejsca, techniki, środków, preparatów kosmetycznych, przyborów i aparatury)

**Uwaga. W przypadku podawania czasu należy doprecyzować, czy podany czas dotyczy pozostawienia preparatu na skórze, czy wykonywania czynności z użyciem danego preparatu/narzędzi/aparatury.*

Karta zaleceń dla klientki

Zalecenia dla klientki bezpośrednio po zabiegu mikrodermabrazji (zaznacz X wszystkie zalecenia dla tej klientki)

Zalecenie	Właściwe zaznacz X
unikanie naświetlania lampami UV	
korzystanie z sauny	
korzystanie z pływalni	
ograniczenie wysiłku fizycznego	
stosowanie kremów ochronnych	
stosowanie makijażu kamuflującego	
wypijanie 1,5-2,5 l wody dziennie	

Preparaty kosmetyczne zalecane w pielęgnacji domowej cery klientki wraz z ich działaniem i częstotliwością stosowania (zapisz wszystkie preparaty wraz z działaniem i częstotliwością wskazane dla tej klientki)

Preparat kosmetyczny	Działanie	Częstotliwość stosowania

Składniki aktywne w preparatach do pielęgnacji skóry twarzy (zaznacz X wszystkie składniki aktywne o właściwościach rozjaśniających przebarwienia)

Składnik aktywny	Właściwe zaznacz X	Składnik aktywny	Właściwe zaznacz X
olejek z drzewa herbacianego		jony cynku	
rutyna		kwask azelainowy	
arbutyna		kwask hialuronowy	
kwask askorbinowy		kwask szikimowy	
gliceryna		ceramidy	
kwask kojowy		tokoferol	

Propozycje dla klientki alternatywnych zabiegów kosmetycznych zmniejszających widoczność przebarwień na policzkach i wokół ust (zaznacz X wszystkie propozycje właściwe dla tej klientki)

Nazwa zabiegu	Właściwe zaznacz X
sonoforeza z serum z wyciągiem z kasztanowca	
złuszczenie alfahydroksykwasami	
jonoforeza z witaminą C	
jonoforeza z chlorkiem wapnia	
oczyszczanie manualne	
dezinkrustacja	
złuszczenie peelingiem ziołowym	