第一图书网, tushu007.com

<<美容师>>

图书基本信息

书名：<<美容师>>

13位ISBN编号：9787504551511

10位ISBN编号：7504551511

出版时间：2006-2

出版时间：中国劳动社会保障出版社

作者：张晓梅

页数：302

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

内容概要

《美容师》讲述了：为推动美容师职业培训和职业技能鉴定工作的开展，在美容师从业人员中推行国家职业资格证书制度，劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心在完成《国家职业标准——美容师（2004年版）》（以下简称《标准》）制定工作的基础上，组织参加《标准》编写和审定的专家及其他有关专家，编写了《国家职业资格培训教程——美容师》。

《国家职业资格培训教程——美容师（高级）》适用于高级美容师的培训，是职业技能鉴定的推荐辅导用书。

本书内容上，力求体现“以职业活动为导向，以职业技能为核心”的指导思想，突出职业培训特色；结构上，针对美容师职业活动的领域，按照模块化的方式，分初级、中级、高级、技师、高级技师5个级别进行编写。

《教程》的基础知识部分内容涉及《标准》的“基本要求”；各级别部分的内容分别对应于《标准》中各级别的“工作要求”。

书籍目录

第一部分 接待与咨询　第一章 营养与美容　　第一节 概述　　第二节 基础营养素的美容保健功能　　第三节 损美问题的营养调理　　☆第四节 美容药膳　第二章 美容心理学　　第一节 美容心理学概述　　第二节 美容行为的基本动因　　☆第三节 心身关系与心理美容　　第四节 美容顾客消费类型及服务技巧　第三章 美容咨询　　第一节 美容咨询的定义、内容及方法　　第二节 家庭护理指导第二部分 护理美容　第四章 芳香美容　　第一节 芳香疗法的基本概念　　第二节 芳香疗法的主要原料——精油　　第三节 芳香美容护理　第五章 刮痧美容　　第一节 概述　　第二节 美容刮痧的基本程序及方法　　☆第三节 面部常用美容刮痧方法与操作　第六章 身体护理　　第一节 身体护理的基本概念　　第二节 人体躯干部、腹部生理解剖知识　　第三节 体型分析　　第四节 减肥与塑身　　第五节 美胸　　第六节 SPA　　第七节 美体仪器　　第八节 国际国内美容流行项目第三部分 修饰美容　第七章 矫形化妆　　第一节 矫形化妆的含义与原则及面部矫正化妆方法　　第二节 眉型、眼型、唇型矫正化妆方法　　第三节 面型和五官的和谐比例关系　第八章 职业妆　　第一节 职业妆概述　　第二节 化妆平面效果图的绘制　　第三节 常见职业妆的特点及化妆方法第四部分 培训指导　第九章 初级美容师技术指导　　第一节 初级美容师的特点及易出现的问题　　第二节 对初级美容师的指导要点及指导方法　第十章 中级美容师技术指导　　第一节 中级美容师的特点及易出现的问题　　第二节 对中级美容师的指导要点及指导方法附录　附录一 常见维生素一览表　附录二 常见美容食物　附录三 美容院常用精油及美容效用　附录四 美容专业术语（高级）参考文献

章节摘录

第一部分　接待与咨询　　第一章　营养与美容　　第一节　概述　　一、营养基础知识　　1．营养的基本概念　　营养：即摄取、消化、吸收和利用食物中的养料以保持人体正常的功能、生长，以及自我维护的有机过程。

营养学：研究合理利用食物以满足人体需要，促进健康，提高机能的科学。

营养素：含在食物中，对肌体有生理功效的成分。

人体所需要的营养素约有几十种，可分为蛋白质、脂肪、糖类、维生素、矿物质等几大类。

营养价值：通常指食品中所含营养素和热能能满足人体营养需要的程度。

食品营养价值的高低，取决于食品中所含营养素的种类、数量及其相互比例。

平均需要量（EAR）：某一特定性别、年龄及生理状况群体中对某种营养素的需求量的平均值。

推荐摄入量（RNI）：可以满足某一特定群体中绝大多数（97%～98%）个体需要的膳食营养素摄入量。

适宜摄入量（A1）：通过观察或实验获得的健康人群某种营养素的摄入量。

可耐受最高摄入量（UL）：平均每日可以摄入该营养素的最高量。

这个量对一般人群中的所有个体均不至于造成健康损害。

推荐膳食供给量（RDA）：是按科学水平制定的．它能满足所有健?。

康人群对已知营养素中的必需营养素的摄入量。

平衡膳食：指营养素种类齐全、数量充足、比例恰当的膳食。

合理营养：指通过摄入平衡膳食达到维持机体最佳营养状况的生物学过程。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com