

## Spis treści

### Spis treści

Wstęp .....	3
Wprowadzenie .....	6

#### Ćwiczenia

Ćwiczenia zdolności oceniania wymiarów i odległości ..	7
Ćwiczenia rozluźniające .....	8, 9
Szarości, światło i cień .....	10

#### Podstawy kształtowania fryzur

Punkt .....	11
Linie .....	12, 13
Linie twarzy .....	13
Kontury włosów .....	14, 15
Linie prowadzenia grzebienia .....	16
Fale .....	17
Przedziałek .....	18, 19
Podział włosów na sekcje .....	19
Kształt głowy i przedziałek .....	20
Bryły geometryczne .....	21
Płaszczyzny i kształty twarzy .....	22
Kształty twarzy i fryzury .....	23
Płaszczyzny jako elementy fryzury .....	24, 25
Zmiana kształtu głowy przez kształt fryzury .....	26, 27
Zewnętrzne kontury fryzury .....	26
Wewnętrzny kontur fryzury .....	27
Symetria, asymetria .....	28, 29
Kontrast, wzmocnienie .....	30
Uzeregowanie, rytm .....	31
Kształt głowy, twarzy i fryzury .....	32
Broda, nos, uszy i kształt fryzury .....	33
Tył głowy, czoło i kształt fryzury .....	34
Kształt szyi a fryzura .....	35
Kształt ciała a fryzura .....	36
Kształt zarostu a fryzura .....	37
Proporcje .....	38, 39
Projektowanie fryzur a proporcje ciała .....	40, 41
Typy klientów .....	42
Proporcje głowy i twarzy .....	43
Rysowanie oczu i nosa .....	44
Rysowanie ust, uszu i twarzy .....	45
Rysowanie damskich fryzur .....	46, 47
Rysowanie męskich fryzur .....	48, 49
Techniki kolorowania rysunków – technika markera ..	50
Technika kredki pastelowej .....	51
Technika akwareli .....	52, 53
Technika kredki .....	54
Kredka, marker, farba plakatowa .....	55

#### Strzyżenie włosów

Dobór odpowiedniej fryzury do typu urody klienta (kobiety) .....	56
Linie prowadzące fryzury, cięcie po konturach .....	56
Rozdzielenie włosów do strzyżenia .....	57
Podtrzymywanie partii włosów przy strzyżeniu .....	58
Długości włosów .....	59, 60, 61
Techniki uzupełniające strzyżenie (degażowanie, efilowanie) .....	62
Konsultacje przed wykonaniem strzyżenia .....	63, 65
Dobór odpowiedniej fryzury do typu urody klienta (mężczyźni) .....	64
Separacja włosów do strzyżenia .....	64
Linie prowadzące fryzury (linie konturowe) .....	65

#### Krótkotrwała zmiana formy

Kształtowanie fryzury .....	66
Linie trzymania włosów (kął trzymania) .....	67
Modelowanie fryzur za pomocą suszarki .....	68, 69
Układanie fryzury za pomocą lokówki .....	69
Układanie fryzury za pomocą wałków dodających objętości .....	70
Formowanie papilotów .....	71
Fryzury i techniki ich układania .....	72, 73, 74, 75
Wykończenie fryzury .....	76
Planowanie przy kształtowaniu fryzur .....	77, 78
Nowe trendy w modzie fryzjerskiej .....	79

#### Manikiur

Kształty paznokci, kształty dłoni .....	80
Nanoszenie lakieru na paznokcie .....	81
Nail Art., tatuaż .....	82, 83

#### Zmiana koloru

Zmiana koloru .....	84
Barwy widma i barwy pigmentowe .....	84
Koło barw .....	85
Temperatura barw .....	86
Barwy przeciwstawne (komplementarne) .....	87
Barwy czyste, pastelowe, zmatowione .....	88
Kontrast symultaniczny .....	89
Optyczne działanie barw, intensywność barw .....	90
Wpływ światła, pasemka .....	91
Barwy we fryzjerstwie .....	92
Oslabienie intensywności koloru przy farbach do włosów .....	92

Odcień koloru, głębia, intensywność i kierunek koloru	93
Głębia koloru	94
Kierunek koloru	95
Diagnoza kolorystyczna	96
Kolaże z pasemek	97

### Trwała zmiana kształtu

Dobór wałków	98
Średnica wałków	98
Rozdzielanie i nawijanie włosów	99
Systemy nawijania włosów	100, 101, 102
Częściowa trwała ondulacja	103
Systemy nawijania włosów na wałki u mężczyzn	104

### Kosmetyka dekoracyjna

Kolejność czynności przy wykonywaniu makijażu	105
Podkład pod makijaż	105
Brwi	106
Makijaż oczu	107
Makijaż ust	108
Nakładanie różu	109
Porady kolorystyczne	109
Kolorystyczne typy urody	110, 111, 112
Rodzaje makijażu	113
Kolory na różne okazje	114
Maski	115

### Wyroby z włosów

Tresowanie	116
Wiązanie	117
Rodzaje wyrobów z włosów	118
Baza do wykonania peruki, pielęgnacja wyrobów z włosów	119
Uczesanie wyrobu z włosów	120

### Zarys dziejów sztuki fryzjerskiej i trendów mody

#### Starożytność

Człowiek pierwotny	121
Mezopotamia	121
Egipt	121

Grecja	122, 123
Rzym	124, 125
Rzymianie i Germanie	125, 126

#### Średniowiecze

Romanizm	127
Gotyk	128, 129

#### Czasy nowożytne

Renesans	130, 131
Barok	132, 133
Polska XVII w – okres sarmatyzmu	133
Rokoko	134, 135, 136
Rewolucja Francuska	137
Dyrektoriat	137, 138
Czas konsulatu	138
Empire	139
Biedermeier	140
1848–1914	141, 142, 143

#### Współczesność

Moda fryzjerska w XX wieku	144, 145, 146, 147, 148
Moda fryzjerska w XXI wieku	149, 150
Kreowanie fryzur za pomocą komputera symultanicznego	151
Spojrzenie wstecz	152

#### Załączniki

Przybory potrzebne do rysowania	153
Szablony głowy (kobieta)	154, 155
Szablony głowy (mężczyzna)	156, 157
Szablon paznokcia	158
Szablon dłoni, oko	159