



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



Wojewódzki Urząd Pracy
w Rzeszowie



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Program kursu „Nowoczesne techniki kreowania wyglądu”

Program został opracowany w związku z realizacją komponenty współpracy ponadnarodowej w ramach projektu pn. „**Podkarpacie stawia na zawodowców**”

Projekt o numerze identyfikacyjnym: WND-POKL.09.02.00-18-001/12

Priorytet IX Rozwój wykształcenia i kompetencji w regionach

Działanie 9.2 Podniesienie atrakcyjności i jakości szkolnictwa zawodowego
Program Operacyjny Kapitał Ludzki

Autorzy: Elżbieta Kalwas *Elżbieta Kalwas* Recenzenci i konsultanci:

Anna Kubicz *Anna Kubicz*

Bernadeta Mokrzycka-Rosół *Mokrzycka-Rosół Bernadeta*

Regina Rejman *Regina Rejman*

PRACOWNIA KRAWIECKA
"TRENDY 2" Wojciech Świrad
ul. Grunwaldzka 13, Lek 208, 35-959 Rzeszów
NIP 819-153-24-76 Regon 180503490

Zatwierdzam:

DYREKTOR
IZBY RZEMIEŚLNICZEJ

Józef Lachcik

DYREKTOR SZKOŁY

mgr inż. Jacek Król

ZESPÓŁ SZKOŁ NR 3

im. M. Kopernika

37-100 ŁAŃCUT, ul. Farna 10

tel. 225-40-80, fax 225-21-74

NIP 815-12-05-477

Studio Fryzjerskie

Anna Kazanowska

35-506 Rzeszów, ul. Płk. I. Ciockiego 6A
NIP 813-104-25-23 tel/ 602 37 99 85

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Małgorzata Chodździńska



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



Wojewódzki Urząd Pracy
w Rzeszowie



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



I. Wstęp

Fryzjerstwo jest zawodem, który w Polsce rozwija się nieustannie, stale podnosząc poziom oferowanych usług. Jest to jeden z tych zawodów, na które popyt nie jest sezonowy, czy nie kreują go konkretne inwestycje, ale polega na usługach dla ludności, na które zapotrzebowanie jest niezmiennie wysokie, a wraz z postępowaniem cywilizacyjnym – wzrasta. Jednocześnie nowe technologie, ewoluujący rynek mody, wzrastająca potrzeba społeczna dbania o wygląd, wpływają na zmianę oczekiwań wśród nabywców usług czyli wśród klientów. Rynek pracy oczekuje na profesjonalnie przygotowanych techników usług fryzjerskich, których zaangażowanie przyczyni się do podniesienia obrotów firmy usługowej. Mimo tendencji wzrostowej ofert pracy wzrasta również konkurencja między poszukującymi oraz oczekiwania klientów co do umiejętności fryzjerów i łączenia oferty fryzjerskiej z kreacją wyglądu (uwzględnianie ubioru i fryzury np. w kreacjach okolicznościowych – ślubnych, karnawałowych, czy w przypadku stylizacji na potrzeby teatru i filmu – tak teatrów/filmów profesjonalnych, jak i amatorskich, do potrzeb marketingowych, imprez integracyjnych itp.). Dlatego konieczne jest stworzenie warunków do zdobywania przez uczniów technikum dodatkowych umiejętności czyniącymi ich bardziej konkurencyjnymi na rynku pracy. Opracowanie programu kursu „Nowoczesne techniki kreowania wyglądu” jest jednym z działań w ramach komponentu ponadnarodowego Projektu „Podkarpacie stawia na zawodowców”. Autorami tego programu są nauczycielki teoretycznych i praktycznych przedmiotów fryzjerskich, które na co dzień pracują w Zespole Szkół nr 3 w Łańcucie na kierunku technik usług fryzjerskich. Nauczycielki brały udział w specjalistycznym szkoleniu z zakresu nowoczesnych technik we współczesnym fryzjerstwie w ramach ww. projektu. Program kursu powstał we współpracy z nauczycielami węgierskiej szkoły zawodowej w Jaszapati, uczącymi w zawodzie : „kreator ubiorów”.

II. Założenia

Opracowany program kursu nowoczesnych technik kreowania wyglądu (fryzjerskiego, rozszerzonego o zakres kreowania sylwetki ubiorem) stanowi ofertę dodatkowych zajęć dla uczniów klas fryzjerskich, którzy nabyli umiejętności określone w kwalifikacji A.19 Wykonywanie zabiegów fryzjerskich. Może on również stanowić dodatkową tematykę w ramach kwalifikacji A. 23 Projektowanie fryzur; zgodnie z podstawą programową uczeń w ramach tej kwalifikacji m. in. projektuje zestawienia kolorystyczne we fryzurze, dokonuje analizy wyglądu klienta, dobiera proporcje poszczególnych elementów fryzury do kształtu twarzy, projektuje fryzury damskie i męskie czy udziela klientowi porad w zakresie doboru formy i koloru fryzury). Poszerzenie programu nauczania o zagadnienia z zakresu kreowania sylwetki ubiorem pozwoli uczniom stać się bardziej konkurencyjnymi na rynku pracy. Poznają oni ważne zasady stylizacji sylwetki ubiorem, których przestrzeganie gwarantuje stworzenie jak najlepszego wizerunku modnej i eleganckiej kobiety. Ułatwi im to również stylizację całej sylwetki, a nie tylko odpowiedniej fryzury. Będą więc w stanie dobrać fryzurę



do cech osobniczych klientki, jak również strój, podkreślający dany typ sylwetki. Ocenia rolę dodatków i właściwie je wkomponują, tworząc ciekawy i niepowtarzalny wizerunek konkretnej osoby.

Program kursu obejmuje 16 godzin lekcyjnych:

1. Nowoczesne trendy w przedłużaniu, zagęszczaniu i trwałym prostowaniu włosów (prostowanie keratyną) – 6 godz.
2. Kreatywne cięcie – 4 godz.
3. Koloryzacja włosów – 4 godz.
4. Kreowanie sylwetki ubiorem – 2 godz.

III. Cele programu kursu „Nowoczesne techniki kreowania wyglądu”

Cele główne:

- Nabycie dodatkowych umiejętności z zakresu nowoczesnych trendów w przedłużaniu i zagęszczaniu włosów.
- Nabycie umiejętności prostowania włosów keratyną.
- Nabycie dodatkowych wiadomości i umiejętności z zakresu koloryzacji i kreatywnego cięcia.
- Wyposażenie uczniów w dodatkowe wiadomości i umiejętności dotyczące nowoczesnych technik kreowania wyglądu.

Cele wychowawcze:

- Kształcenie umiejętności pracy w grupie.
- Wyrabianie pracowitości i wytrwałości.
- Motywowanie do samodzielnego wykonywania zadań.
- Kształcenie aktywności uczniów podczas zajęć.
- Doskonalenie sposobu wykonywania różnych czynności fryzjerskich.
- Zwracanie uwagi na znaczenie właściwej komunikacji przed wykonaniem zabiegu fryzjerskiego.
- Uwrażliwienie na właściwy dobór fryzury do stroju i upodobań klientki.
- Kształcenie umiejętności dokładnego wykonywania powierzonych zadań.
- Motywowanie do podejmowania nowych wyzwań zawodowych.

IV. Formy pracy

- indywidualna;
- zbiorowa;
- grupowa.



V. Tematyka kursu

1. Nowoczesne trendy w przedłużaniu, zagęszczaniu i trwałym prostowaniu włosów (prostowanie keratyną) – 6 godz.

a) cele szczegółowe:

- uczeń potrafi dobrać odpowiednią metodę przedłużania, zagęszczania do stanu włosów i oczekiwań klientki;
- uczeń potrafi przygotować stanowisko pracy, klientkę, fryzjera w odpowiednie wyposażenie do zabiegu przedłużania, zagęszczania włosów i prostowania;
- uczeń potrafi wskazać zalety i wady wybranych metod przedłużania, zagęszczania włosów;
- uczeń potrafi podzielić włosy na sekcje i separacje służące do poprawnego wykonania czynności przedłużania, zagęszczania włosów metodą microring, clip-on, warkoczykową (japońską);
- uczeń potrafi wybrać pasmo włosów z separacji za pomocą szydelka z zapadką i umiejscowić przy nasadzie obrączkę (microring);
- uczeń potrafi dobrać pasmo włosów do metody microring i odpowiednio zacisnąć obrączkę zacisk arką tuż przy nasadzie;
- uczeń potrafi wykonać ściągnięcie pasemka doczepionego przez odpowiednie zaciśnięcie i ponowne przesunięcie go;
- uczeń potrafi wykonać ściągnięcie pasm w wybranych metodach;
- uczeń potrafi dobrać odpowiednie zabiegi pielęgnacyjne po zabiegach przedłużania i zagęszczania metodą microring, clip-on, warkoczykowa (japońska);
- uczeń potrafi zaplatać warkocz (wykorzystane w metodzie warkoczykowej);
- uczeń potrafi wykonać poprawnie tapir tuż przy nasadzie włosów (wykorzystane w metodzie clip-on);
- uczeń potrafi poprawnie umiejscowić treskę (kucyka);
- uczeń potrafi dokonać prostowania włosów z wykorzystaniem zestawów do prostowania włosów keratyną

b) materiał kształcenia:

- przedłużanie i zagęszczanie włosów zgodnie z doбором odpowiedniej metody dostosowanej do stanu włosów, długości, koloru i oczekiwań klientki;
- przygotowanie stanowiska pracy, klientki, fryzjera w narzędzia, pomoce, bieliznę fryzjerską, aparaty do zabiegu przedłużania, zagęszczania włosów wybrana metodą;
- wskazanie zalet i wad metod przedłużania i zagęszczania;
- podział włosów na odpowiednie sekcje i separacje, ułatwiające wykonanie zabiegu przedłużania, zagęszczania włosów metodą microring, clip-on, warkoczykową (japońską);



- wybór pasm do przedłużania metodą microring wraz z odpowiednim zaciśnięciem obrączki;
 - wykonanie przedłużenia na odroście przez przesunięcie pasm ku nasadzie;
 - likwidacja pasemek przedłużonych po metodzie microring, clip-on, warkoczykowej (japońskiej);
 - dobór metod pielęgnacji włosów po zabiegach przedłużania i zagęszczania metodą microring, clip-on, warkoczykowej (japońskiej);
 - wykonanie warkocza tuż przy nasadzie wykorzystane w metodzie warkoczykowej (japońskiej);
 - wykonanie poprawne tapiru tuż przy nasadzie, wykorzystane w metodzie clip-on przedłużania i zagęszczania;
 - wykonanie przedłużania i zagęszczania włosów za pomocą dopięcia treski (kucyka);
 - wykonanie trwałego prostowania włosów na wybranym fragmencie porostu lub na całej głowie
- c) środki dydaktyczne:
- włosy do przedłużania w różnych długościach ze zgrzaną końcówką;
 - microringi;
 - zaciskarka;
 - szydelko z zapadką;
 - włosy ze spinką clip-on;
 - grzebień szpikulec i do tapiru;
 - klipsy plastikowe płaskie;
 - cienkie małe gumeczki do wiązania włosów;
 - główki treningowe ze statywem bądź modelki;
 - zestaw do trwałego prostowania keratyną
- d) literatura:
- Sumirska Z., NOWOCZESNE FRYZJERSTWO – CHEMIA TECHNOLOGIE TECHNIKI, wydanie drugie zmienione i rozszerzone, wyd. SUZI, 2010;
 - Sumirska Z., NOWOCZESNA STYLIZACJA – KOLOR FORMA STYL, wydanie zmienione i rozszerzone, wyd. SUZI, 2011;
 - Kulikowska-Jakubik T., Richter M., TECHNIKI FRYZJERSKIE STRYZENIA WŁOSÓW, FORMOWANIA FRYZUR I ONDULOWANIA, WSiP, 2013.

2. Kreatywne cięcie – 4 godz.

- a) cele szczegółowe:
- uczeń potrafi przeprowadzić konsultację z klientem przed wykonaniem strzyżenia kreatywnego;
 - uczeń potrafi odpowiednio zdiagnozować włosy;



- uczeń zna różne rodzaje separacji, które można stosować w strzyżeniu damskim kreatywnym;
- uczeń przestrzega prawidłowej kolejności wykonywanych czynności fryzjerskich podczas zabiegu strzyżenia;
- uczeń zna metody strzyżenia stosowane w kreatywnym strzyżeniu;
- uczeń potrafi dobrać techniki podstawowe i uzupełniające do rodzaju strzyżenia;
- uczeń zna różne sposobami strzyżenia;
- uczeń potrafi właściwie posługiwać się nożyczkami klasycznymi podczas strzyżenia;
- uczeń potrafi stosować różne kąty projekcji podczas strzyżenia;
- uczeń potrafi zastosowanie narzędzia brzytwopodobne w strzyżeniu kreatywnym;
- uczeń potrafi dobrać formy fryzury do indywidualnych cech klientki;
- uczeń potrafi dobrać odpowiedni rodzaj grzywki do klientki;
- uczeń potrafi tuszować mankamenty urody za pomocą odpowiedniego strzyżenia;
- uczeń potrafi właściwie wykończyć fryzurę.

b) treści kształcenia:

- ustalenie formy fryzury na podstawie życzeń klientki, wynikających z konsultacji;
- określenie kształtu głowy i twarzy przed wykonaniem zabiegu strzyżenia;
- właściwy dobór separacji do rodzaju fryzury i ich zastosowanie w strzyżeniu;
- wykonywanie zabiegu strzyżenia według właściwej kolejności;
- stosowanie właściwych metod, technik i sposobów strzyżenia do stanu i rodzaju włosów;
- dobieranie metod, technik i sposobów strzyżenia do pożądanego efektu fryzury;
- łączenie różnych technik strzyżenia w procesie tworzenia fryzury;
- konturowanie fryzur damskich zgodnie z życzeniem klientki;
- cieniowanie włosów nad grzebieniem w strzyżeniu damskim krótkim i asymetrycznym;
- ćwiczenia w strzyżeniu warstwowym włosów półdługich;
- właściwe degażowanie fryzur damskich;
- efilowanie włosów nożyczkami klasycznymi;
- strzyżenie ślizgiem włosów długich;
- ćwiczenia w strzyżeniu włosów „na pióro”;
- stosowanie różnych kątów projekcji w trakcie wykonywania strzyżenia damskiego;
- strzyżenie damskie do określonej linii fryzury;
- strzyżenie fryzur damskich zgodnie z rodzajami profilów twarzy;
- strzyżenie różnych rodzajów grzywek w zależności od preferencji klientki oraz kształtu i profilu jej twarzy;
- tekstuowanie i personalizacja fryzur damskich kreatywnych.



c) środki dydaktyczne:

- narzędzia fryzjerskie: grzebienie do strzyżenia, nożyczki klasyczne, nożyczki degażówki jednostronnie i dwustronnie ząbkowane, nóż chiński i tempera;
- przybory fryzjerskie: klipsy, karkówka, spryskiwacz;
- aparaty fryzjerskie: maszynka do strzyżenia;
- bielizna fryzjerska: fartuszek fryzjerski, pelerynka do strzyżenia, kołnierzyk;
- główki fryzjerskie wraz ze statywami.

d) literatura:

- Sumirska Z., FRYZJERSTWO DAMSKIE, wyd. SUZI, 2010;
- Kulikowska-Jakubik T., Richter M., PROJEKTOWANIE FRYZUR, WSiP, 2013;
- Kozłowska-Kołodziejska K., SZTUKA WIZAŻU. PODRĘCZNIK ATRAKCYJNEJ KOBIETY, Wydawnictwo: Septem, Helion, 2007;
- Sumirska Z., NOWOCZESNE FRYZJERSTWO – CHEMIA TECHNOLOGIE TECHNIKI, wydanie drugie zmienione i rozszerzone, wyd. SUZI, 2010;
- Sumirska Z., NOWOCZESNA STYLIZACJA – KOLOR FORMA STYL, wydanie zmienione i rozszerzone, wyd. SUZI, 2011;
- Kulikowska-Jakubik T., Richter M., TECHNIKI FRYZJERSKIE STRYŻENIA WŁOSÓW, FORMOWANIA FRYZUR I ONDULOWANIA, WSiP, 2013.

3. Koloryzacja włosów – 4 godz.

a) Cele szczegółowe:

- uczeń potrafi rozpoznać stan włosów po zabiegu koloryzacji i rozjaśniania;
- uczeń potrafi określić zmiany w strukturze włosów po zabiegu koloryzacji i rozjaśniania;
- uczeń potrafi dobrać preparat do koloryzacji i rozjaśniania na podstawie stanu włosów;
- uczeń potrafi określić poziom naturalny włosów przy pomocy czytnika poziomu;
- uczeń potrafi dobrać preparaty koloryzujące do oczekiwanego efektu;
- uczeń potrafi określić stężenie oksydantu do pożądanego efektu ;
- uczeń potrafi określić typ kolorystyczny klienta;
- uczeń potrafi rozróżnić typ kolorystyczny kobiety zimy, wiosny, lata, jesieni;
- uczeń potrafi dobrać kreatywne techniki koloryzacji do cech indywidualnych klientki;
- uczeń potrafi wykonać farbowanie z wolnej ręki (painting);
- uczeń potrafi wykonać farbowanie płaszczyzn;
- uczeń potrafi wykonać ombre hair;
- uczeń potrafi wykonać touche de piano;
- uczeń potrafi wykonać new contrasti;
- uczeń potrafi wykonać koloryzację 3D;
- uczeń potrafi oszacować ilość preparatu do koloryzacji;
- uczeń potrafi zaplanować zabieg koloryzacji;



- uczeń potrafi dobrać kolory komplementarne.
- b) treści kształcenia:
- rozpoznawania stanu włosów po zabiegu koloryzacji i rozjaśniania;
 - określenia zmian w strukturze włosów po zabiegu koloryzacji i rozjaśniania;
 - dobór preparatu do koloryzacji i rozjaśniania na podstawie stanu włosów;
 - określenia poziomu naturalnego włosów przy pomocy czytnika poziomu;
 - dobór preparatu koloryzującego do oczekiwanego efektu;
 - dobór stężenia oksydantu do pożądanego efektu;
 - określanie i rozróżnianie typów kolorystycznych kobiet: zimy, wiosny, lata, jesieni;
 - dobór technik koloryzacji do cech indywidualnych klientki;
 - kreatywne sposoby farbowania włosów (farbowanie z wolnej ręki, farbowanie płaszczyzn, ombre hair, touche de piano, new contrasti, koloryzacja 3D);
 - szacowania ilości preparatu do koloryzacji;
 - planowania zabiegu koloryzacji;
 - doboru kolorów komplementarnych.
- c) Środki dydaktyczne:
- narzędzia fryzjerskie: różne rodzaje grzebieni
 - przybory fryzjerskie: klipsy, klamry, folia aluminiowa, menzurka, miseczki, pędzle, minutnik
 - bielizna fryzjerska: peleryna do farbowania, fartuch, rękawiczki, ręczniki jednorazowe
 - preparaty fryzjerskie: farby do włosów, oksydanty o różnych stężeniach, proszek rozjaśniający, szampon, odżywka zakwaszająca, wazelina, płyn do dezynfekcji
 - aparaty fryzjerskie: suszarki ręczne, klimazon
 - paleta kolorów farb do włosów
- d) literatura:
- Sumirska Z., NOWOCZESNE FRYZJERSTWO – CHEMIA TECHNOLOGIE TECHNIKI, wydanie drugie zmienione i rozszerzone, wyd. SUZI, 2010;
 - Sumirska Z., NOWOCZESNA STYLIZACJA – KOLOR FORMA STYL, wydanie zmienione i rozszerzone, wyd. SUZI, 2011;
 - Kulikowska-Jakubik T., Richter M., TECHNIKI FRYZJERSKIE ZMIANY KOLORU WŁOSÓW, WSiP, 2013.

4. Kreowanie sylwetki ubiorem – 2 godz.

- a) cele szczegółowe:
- uczeń potrafi dobrać ubiór do typu i proporcji klienta;
 - uczeń potrafi zaprojektować ubiór.
- b) treści kształcenia
- rozpoznawanie typów urody klienta;



- dobieranie rodzaju ubioru do określonej sylwetki;
- zasady doboru ubioru do rodzaju okazji;
- rodzaje sylwetek;
- projektowanie ubioru do cech osobniczych klienta;
- dopasowywanie dodatków krawieckich do rodzaju ubioru, typu klienta, stylizacji sylwetki;
- analizowanie zmian zachodzących w branży.

c) środki dydaktyczne:

- plansze;
- żurnale mody;
- rysunki modelowe;
- nożyce;
- klej;
- plansze przedstawiające sylwetki ludzkie;
- prezentacja multimedialna pt. "Wystawa" (załącznik1).

b) literatura:

- Bonder D., WYTWARZANIE ODZIEŻY. SPECJALNOŚĆ - KRAWIEC ODZIEŻY DAMSKIEJ LEKKIEJ, Centralny Ośrodek Metodyczny Poradnictwa Wychowawczo - Zawodowego MEN, Warszawa 1990.
- Bonder D., TECZKA INFORMACJI O ZAWODZIE - KRAWIEC, PPHU Demon, Sierpiec 1995



Wystawa

-typy poru roku
-indywidualność i styl
-style odzieżowe
-typy sylwetek i proporcje
-przemiana

07.03.2014

Typy poru roku

1. Jaką mocność kolorów wytrzyma nasza twarz? „Czy ja noszę ten kolor, czy on nosi mnie?”
2. Czy ciepłe czy zimne odcienie pasują do mnie lepiej?
3. Czy kontrastowe kolory czy zacięione (tonowane) mieszanki są bardziej korzystne?

- Każdy typ poru roku może nosić neutralne kolory, jeżeli dodaje odpowiednie odcienie palety. Kostium w kamienno-szarym kolorze może być noszony z zielono - niebieską bluzką przy typie ciepłej wiosny, a czysto-czerwona przy typie ciepłej zimy.
- Neutralne kolory: kamienno-szary, srebro-szary, ekru, średni granat.
- Dłateść kolorów które pasują do każdej osoby: ekru, kamienno-szary, ciepły różowy, średni turkus, niebiesko-fioletowy, średniofioletowy, średniogranatowy, grafitowy, średnio-szary

Typy poru roku

Czysta wiosna

Wrażenie ogólne: czyste i postawione na kontrastach.

Dla osób o ciemnych włosach bardziej pasuje kolor czarny, kolory czyste. Te podstawowe kolory przyciągają inne porządne typy poru roku, ale nasz typ odmieście wybuchowy sukienki w nich. Należy wystrzegać się odcieni beżu, pomarańczowego-brązu i brudnego brązu.

Włosy: szalunka, brunetka, szpałowata.



Typy poru roku

Ciepła wiosna

Wrażenie ogólne: ciepłe i czyste

Koczyste kolory: zielono - różowy, zielony mech, błyszczący w porafowym kolorze. Kolor morelowy także pasuje.

Włosy: blond lub blond turkawowy, rude.



Typy poru roku

Jasna wiosna

Wrażenie ogólne: miękkie i delikatne

Ten typ powinien unikać ciemnych i szarych kolorów, ponieważ wygląda w nich blade. W kolorach średnio-szarych i jasnego granatu ma autorytet.

Włosy: w większości złotawy blond



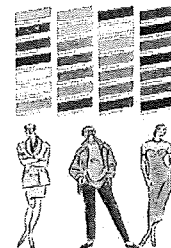
Typy poru roku

Jasna lato

Wrażenie ogólne: miękkie i delikatne

Ten typ jest elegancki w ubraniach koloru fioletowego ogrodu, np. lawenda, fiolekt. Zbyt ciemne kolory postarzają, ale nie są też korzystne zbyt jasne kolory. Najlepiej wyglądają w „ton in ton”

Włosy: platynowe, senny blond, zimne szare.





Typy pory roku

Zimne lato

Wrażenie ogólne: zimne i miękkie

Najlepszy kolor to niebieski: szaroniebieski, królewski-niebieski, granatowy. Typ ten powinien wystrzegać się ciepłych odcieni, z kolei korzystnie są odcienie szare i brąz. Dobrze wygląda w mieszanych kolorach.

Włosy: myszkowaty, szare, ciemna platyna

Typy pory roku

Miękkie lato

Wrażenie ogólne: przychodzący, jasny, w jednym tonie.

Ostre kolory przetrzymaj i sprawią wrażenie nieciekawego. Kolory mieszane ujętą cerze świetnych i witalnych. Paleta kolorów rozciąga się od jasnych pasteli poprzez zieloną miętę, burgundi aż do ciemnego niebieskiego.

Włosy: popielato-szary, szary, myszkowaty

Typy pory roku

Miękka jesień

Wrażenie ogólne: ciepły i przelotny.

W bardzo ciemnych, zimnych kolorach wygląda błodo. Stosunkowo niekorzystny jest czarny kolor. Powinno wybierać ciepłe, eleganckie zdjecie. Najlepsze odcienie brzo: oliwkowy, kawowy, kamieński-szary.

Włosy: szatyka, złotawy blond, myszkowaty, szary blond

Typy pory roku

Ciepła jesień

Wrażenie ogólne: stonisty i żywy.

Posiada żywe, bogate kolory. Wyjątkowe kolory, żywy kawowy, kolor wielbiędy, złoty brąz, pomarańczowo-brązowy, różowy, niebiesko-czerwony. Z kolei kolor burgundi nie pasuje.

Włosy: kasztanowe, rude, złoty blond

Typy pory roku

Ciemna jesień

Wrażenie ogólne: żywe, pełne, ciepłe

Lateo albo jesienną w bardzo ostrych kolorach wygląda dynamicznie, kolor oliwkowy też pasuje do tego typu, w pomłodowym albo ostrym czerwonym wygląda poprostu zjawiskowo.

Włosy: brunetka, kasztanowe, rude brąz

Typy pory roku

Ciemna zima

Wrażenie ogólne: ciemne i zimne

Sukialo może nosić kompozycje ciemnych kolorów. Wśród kolorów podziałowych powinien stać się wybierać zawsze kolory kontrastowe, żeby równowagę zważyło ostro rysy.

Włosy: brunetka, czarne, bardzo ciemny rude brąz




Typy pory roku

Zimna zima

Ważniejszą rolę: czyste i zimne

Typ ten powinien unikać ciepłych odzieży, np. pomarańczowa czarna i fioletowa. W miejsce nich pasuje szlankowy, malinowy lub grafitowy.

Włosy: srebrzyste, szpakowate, czarno-szare



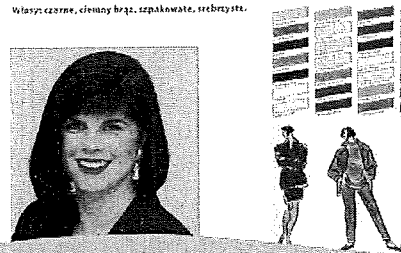
Typy pory roku

Czysta zima

Wzrost: ogólnie: ciemne i kontrastowe

Do idealnego wyglądu w czarnym i grafitowym akcentach warto również włączyć jasne i ciemne. Dobrze łączą czyste i kontrastowe ciemnymi odcieniami.

Włosy: czarne, ciemny brąz, szpakowate, srebrzyste.




Indywidualność i styl

Typ naturalny

- Luźny i lekki, potrzebuje duże przestrzeni i wolności
- Najmniej go interesuje obecna moda.
- Przyrodniczy styl to natura.
- Nie lubi kolorów neonowych.
- Bliskie są mu kolory typu brąz, ludgo, oker i jesień paleta.
- Lubi wazery tarczki, w kratki i paski.
- Nie lubi ksztywności.
- Lubi naturalne materiały.
- Unika skrajnych, nowoczesnych fasonów.
- Kestymy nie są dopasowane do figury.
- Lubi luźne fasony.

Fryzura

Powinna wybrać krótki, łatwo obsługiwane fryzurę, albo przy długich włosach łatwe do spięcia fryzury.



Indywidualność i styl

Typ klasyczny:

Bezszkockowa elegancja. W miejsce ilości jakości, w miejsce mody styl.

Woli dyskrecję, chętnie mieszka kolory. Wybiera najprostsz krój. Tanie ubrania dobrze wyglądają na nim bo potrafi je nosić.

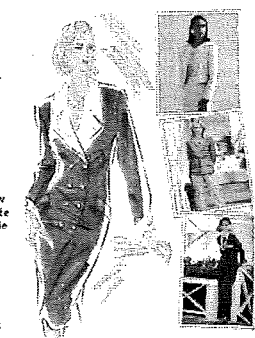
Nigdy nie zakłada skrajnych tkanin, bardzo grubych ubrań.

Nie ma mowy o falbankach, bogato dekoracyjnych ubraniach.

Przywiązuje się do swoich zasad. Moda nie kierują ją w innym kierunku, zestaw ubrań jest taki, w którym może najbardziej gdzie pojawić się, każda sztuka w garderobie pasuje do siebie.

Fryzura

Włosy nie zwisają swobodnie lub nieczesane, podstawą jest doskonałe cięcie, uzupełniające kształt twarzy.



Indywidualność i styl

Typ romantyczny

Obojętnie jałm zestawieniem ubrań, potrafi wyczarować pożądaną kolekcję.

Nie lubi dzinsów, nosi kobiece bluzki i spódnice.

Przywiązuje dużą wagę do szczegółów.


Obojętnie ile czasu poświęca na ubieranie się.

Uwielbia kolory.

Tkaniny są miękkie, miętko opadające i bogate. Ścisłe tkana gabardyna lub syntetyk nie pasują.

Fryzura

Nie ma mowy o fryzurach o ostrych i sztywnych liniach.



Indywidualność i styl

Typ kreatorski:


Wygląd w oczach innych sprawia wrażenie artystyczne. Zaskakująco mieszka części ubrań i dodatki.

Nigdy nie nosi 2 razy tego samego zestawienia, wygląd zewnętrzny zawsze odzwierciedla mistrz, i przez to jest nieobliczalny.

Jeżeli nie potrafi wyrazić swojego kreatorskiego stylu, wtedy nie może rozwinąć się ani prywatnie ani zawodowo.

Fryzura

Nic nie jest zabronione. Surowa i regularna fryzura jest przeciwieństwem stylu. Włosy może farbować niespotykanymi kolorami w ramach palety por roku.





Indywidualność i styl

Typ dramatyczny:

Typ posiada śmiały, skomplikowane wysublimowany, wielokształtowy styl.
Pojawiając się w towarzystwie wszystkich zauważa swoją postawą, pewnością siebie i stylem swojej indywidualności. Kolorystyka tego typu są silne, najlepiej podkreślić podświetlowe kolory (złoty, niebieski, różowy) z czarnymi. Unikaj tkanin z tłoczonymi wzorami, szczególnie odniamian zbyt kobiecych.
Ten typ pojawia się w każdej sylwetce i rozmiarze, ale najbardziej wpadające w oko przedstawicielki to wysokie, chude, kwadratowe kobiety.

Fryzura

Najlepiej krótka i gładka fryzura. Przy włosach kręconych cięcie kwadratowe, biorąc pod uwagę kształt twarzy.



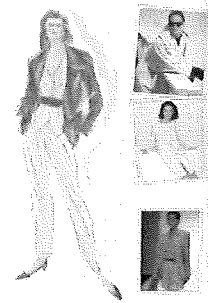
Indywidualność i styl

Wieczny typ

Szafa jest pełna z różnymi ubraniami. Sednem elegancji jest prostota. Pewność siebie, elegancja i zrównoważenie. Świadomie dąży do poznania samego siebie. Możliwe, że w przeszłości był typem klasycznym, ale też możliwe, że typem dramatycznym, który zmudził się dużą ilością niewygodnych ubrań.

Fryzura

Długie lub krótkie włosy ale pokładane. Powinien uniknąć trwałych fal, pafalowanych lub skomplikowanych fryzur.



Style odzieżowe

Zobaczmy kilka takich kierunków stylizacyjnych, które prawdopodobnie nigdy nie wychodzą z mody, które zdecydowanie różnią się od siebie. Mieszając style można komponować trendy w modzie.
Ważne jest, to kto jak toleruje ekstremalność.

Romantyczny-Retro

- Wspólną właściwością to podkreślenie stylowej kobiecej miękkości.
- Ciągłe towarzyszące dodatki to halka, białe rękawy.
- W stylu retro trzy ciurki syntage mogą duże powodzenie nawet u gwiazd.
- Maszyna je upleciona w szafach naszych babć i na pochłani tanga.
- Do trendu tego można zaliczyć również zwiewne sukienki w stylu francuskim, falbanki i żaboty.
- History też zainspirację styl z kontrastowymi kolorami, wzory kropki, paski, popiata. Która ciągle pojawiają się w modzie i dają efekt retro romantyczny.



Style odzieżowe

Country

- Ciągła powracający trend ze swoim pseudo-brytyjskim szarżem.
- Charakterystyczne dla tego stylu buty na niskim obcasie, kostiumy tweedowe, młodzieżowa karamuzelka, sportnie brzozy, bluzki z zabotami. Przyjemnie jest ubrać się w tuiżną modę angielskiej arystokracji.



Style odzieżowe

College

- Haudunek brytyjskich elitarnych szkół jest potonkiem tego stylu. Zalicza się do niego okładarki, sweter i krawal z baretą.
- Ogólna warażenie tego stylu zawsze jest trendowa, niektórych elementów stylu nie można wykluczyć z mody.
- Zawsze opierają się na młodszych i młodzieżowymi kolorami kontrastowymi np. czerwieni, żółci, czerni, granat i duzo bieli.



Style odzieżowe

Yacht

- Różne trendy w rzeczywistości są bardziej sportowe, pioszcz przeciwdeszczowy, kostiumy pasła nuczają się w oceanie.
- Kolorystyka jest czerwoną - błękit - granatowa, regularnie paski, delfin jakości niska i gładka i kręte kolanie spódnice.
- Bieleklatany szwaczki w kolorze czerwonym albo granatowym z wycięciem w szpic, chustki i naki z maksymalnym czystym nacią do tego trendu. Styl charakteryzuje broszka kofalticy z różnymi kolorami.






Style odzieżowe

Golf

- Powstał do gryfa, ale w końcu był z uzupełnieniem kolorów pastelowych, beżowa spodnie, szara i brązowa marynarka, dżakietowe buty (kaga, ebraj)

Etno/Safari


- Wtedy tego stylu to ciągle przetrzymali elementów stylu i obcych kultur.
- Kierunek kolorystyczny: naturalne, naturalne, dozwolona kolorystyka, geometryczne planowane motywy albo styl safari z pastelowymi kolorami.
- W tym stylu można używać drogiej tkaniny ale niekoniecznie są to sztywne tkaniny.
- Zależy o to więcej brzośnie odważnie, nieprzypadkowy.



Style odzieżowe

Orientalny

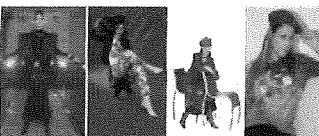
- Bardzo efektowne i odważne - arabskie czy bogato haftowane tkaniny, kultur orientalnych, przesłonięte płaszczyzna falbanonowa, sztywne ale bogate na kostkę spodnie i kombinezony.
- Nieprzeciwie eleganckie elementy, ekstrawaganckie, wyhaftowane kombinezony, kopy, ogonowe szlache z złotym haftem.



Style odzieżowe

Luracki


- Można do niego zaliczyć wiele podobnych stylów. Co jest w nich wspólne: odległość od powozu i nieznacznie stylu. Stylizacja, buntowniczość, motyw nie pasujące do siebie i ekstrawagancki kraj - mieszanie tkanin i kolorów.
- Duży różnorodność kolorów, lub wzorów, ozdoby.
- Kobiety to często w sukienki, w sukienki, nieświeże, styl militarny, pseudo kombinezony w kolorach, nieświeżony styl w kolorach, podtrzymany, nie pasujące do ubioru w kolorach, białe, szare, nieświeżony, nieświeżony.
- Wiele elementów przejętych jest do nieznacznie ubrania się.



Style odzieżowe

Dallas


- Ciężka chrześcijański styl, precyzyjnie oryginalne kobiety z Dallas agresywnie, bardzo bogate tkaniny i wycinanie podłożenia w tkaninach - lub utrzymana kobiety.
- Ten styl jest pewna męska para z długimi i wyjątkowo nieświeżony w kolorach.
- Charakterystyczne są ciemne, w kolorach, które białe z nieświeżony, jedyną różnicą w kolorach i kolorach w kolorach.
- Do każdego ubrania osobno dodatki: buty, torbki, wieszaki, kombinezony ze szlachetnego materiału, szlachetne futra.



Style odzieżowe


Biżnesowy

- Podstawą: spódnica lub sukienka z delfinami i harmonizującym.
- Nie wyjątkowo, ale wyjątkowo, to jest kolorystyka, kolorystyka.
- Waga: obciążony, nieświeżony, kolorystyka, kolorystyka, kolorystyka.



Galeria hoteli

- Zmienia się w każdym sezonie, nosi się tylko najprostsze kreacje.
- Mogą być drogie, oryginalne, „designer” sztywność i nieświeżony, które nieświeżony, nieświeżony.
- Pewne elementy tego stylu są wartościowe z innymi stylami, np. biżnesowy, country.



Typy sylwetek i proporcje

Jak możemy być jeszcze piękniejsi? Odkryciem naszych kolorów tylko częściowo damy odpowiedź. To musimy wiedzieć, jakie linie kroju, jaki materiał, wzór, rodzaj tkaniny, proporcje pasują najbardziej do naszego wyglądu. Kolor, krój, materiał, czy wszystkie trzy razem są ważne? Zobaczmy co pasuje do naszej sylwetki.

Kształt naszej sylwetki: kwadratowy albo łukowaty i którą część należy podkreślić. Proporcje naszego ciała: na ile jest proporcjonalne, która część jest długa, która krótka.

Sylwetki:

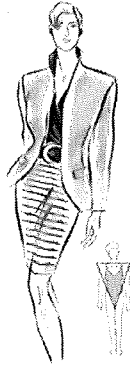
1. Odwrócony trójkąt
2. Prostokątna
3. Zmieszczony kwadrat
4. Kwadratowa gruska
5. Okrągła gruska
6. Kłopotliwa
7. Okrągła



Typy sylwetek i proporcje

Odwrócony trójkąt

- Występuje w dwóch wariantach:
 - chępięco spódnica dłużej niż sylwetka, szeroko ramiona niż biodra
 - drugi wariant o rozbudowanej górnej części ciała, bliska pierzchna szeroko niż biodra
- płaski tyłek i biodra
- Ostry krój, dopasowane ramiona posiadają najcięższą
- Przy szerokich ramionach nie należy się podsterek
- Materiał i bluzka z materiału sztywno ukaniego, ponieważ materiał łatwo utknąć postrzeżo
- Prosty krój, mało wzoru, nieefektywne są kolory. Obramowanie poszerzenie w pasie pogłębienie. Najlepiej pasują prostokątne spodnie, spodnie z zakładem i prostym krojem.



Typy sylwetek i proporcje

Pravokątna

- Patrząc z przodu biodra i ramiona są w jednej linii.
- Obwód pasa większy od szerokości bioder o 15 cm.
- Występuje wariant szczupły i pełny.
- Tyłek to równie płaski.
- Korzystne tkaniny o ścisłym tkaniu np: wełna, len, jedwab.
- Fason może być zdecydowany i nie zdecydowany.
- Pas nie może być podkreślony, zakłócić i sukienka, powinny być lekko dopasowane.
- Pomarszczony pas współzależnie spodni przy płaskich biodrach i tyłku nie zalecany.
- Przy chudej sylwetce korzystne rozszerzenie w biodrach i talii.
- Prosty, zwężony, dopasowany rękaw jest korzystny.
- Najlepiej jest rękaw wysity.



Typy sylwetek i proporcje

Zmiękczony kwadrat

- To jest wariant sylwetki kwadratowej.
- Proste ramiona, ale pas jest zdecydowanie lekkości.
- Należy więcej zająć sylwetka jak kwadratowa, tylko trzeba podkreślić pas.
- Bardzo ważny jest pasek, ponieważ różnica między pasem a biodrami wynosi ok. 18 cm.
- Sylwetka to powinna szować bardziej zdecydowanych tkanin, fasonów i krojów.
- Na sylwetki posiadają tkaniny o twardo ściślej strukturze tkanin
- korzystny jest zakłócić i zdecydowanie dopasowany.



Typy sylwetek i proporcje

Kwadratowa gruszka

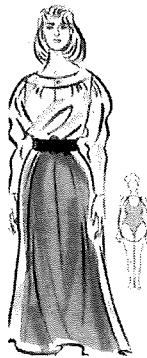
- Ramiona wąskie ale proste
- Patrząc z boku brzuch i tyłek są płaskie, biodra od pasa są proste i płaskie.
- Długość ramion i bioder jest równa.
- Korzystne proste ale nie za duże poduszki.
- Korzystny buflasty albo z zakładkami tyłku, stela lub szel szerokość na ramionach.
- Tkaniny takie same jak przy zmiękczonym kwadracie.
- Dostosując do szerokości bioder korzystna jest rozszerzająca się spódnica i spodnie.
- Nie korzystny jest krój dopasowania w pasie i chępiętych bioder.
- Warstwowe ubranie powiększa górny część sylwetki i jest to potrzebne.



Typy sylwetek i proporcje

Okrągła gruszka

- Charakterystyczna są szerokie biodra i wysoka górna część ciała
- Kontur ciała zwanego z boku jak i przodu bardziej lekkości.
- Do wyróżnienia nie dostrzeżenie i potrzebne są poduszki.
- Patrząc z boku tyłek jest okrągły, więc ubranie powinno być delikatnymi zakładkami lub marszczonami, ale nie na całej długości bioder, ponieważ pogubi się.
- Przy wycięciu w formie ściśle ramionach powinna być najcięższa.
- Przy lekkim zamarszczonym, skrzyżowanym wycięciu pod szyją, jeżeli wystarczająco, głębi okie, równoległy jest korzystny.
- Uskok trzeba przylegających do ciała górnych części ubrania, ponieważ pas powinien być one różnicę pomiędzy górną i dolną częścią ciała.
- Korzystne tkaniny: miękkie, o luźnej strukturze tkanin np. wełniana kępa, miękka wełna.
- W sztywnych tkaninach wydaje się cięższa.
- Najlepiej okrągły sylwetki, należy wybierać tkaniny o delikatnym wzorze, kwadratowe, delikatne abstrakcyjne motywy albo tkaniny o wzorze tureckim.



Typy sylwetek i proporcje

Klepsydra

- Dla mężczyzny idealna figura, wiele kobiet zwrócić takiej figury.
- Ciężko znaleźć dla siebie np. ubranie biznesowe, kostium o wygodnym wyglądzie lub sukienkę.
- Patrząc z przodu i boku sylwetka lekkości.
- Miękkie spadające ramiona, zdecydowanie szeroki pas, zaokrąglone biodra, podkreślone lekkości piersi i tyłek.
- Pas o 25 cm mniejszy niż biodra.
- Ubrania charakteryzuje miękki, pofalowany i lekki krój.
- Należy unikać wszystkich rękawów (z wyjątkiem miękkich tkanin), powinna się nosić rękaw ubrania w kroju marszczonym, regularnym lub szerokim.
- Korzystny jest koliera szalony, lub zaokrąglony.
- Idealne jest wycięcie pod szyją zaokrąglone, skrzyżowane lub z falbankami.
- Będzie miękki biodrami a pasem należy podkreślić, w innym przypadku będzie wyglądać szerzej niż w rzeczywistości.
- Korzystne są ubrania dopasowane w pasie.
- Odnosi o potężnych plecach powinny wystrzeżone się małych, szerokiach kątach części ubrania ponieważ będą wyglądać szeroko i nieodborne.
- Ubranie powinno być o dyskretnym wzorze.





Typy sylwetek i proporcje

Okrągła

- Klepsydra z nadwagą
- Zauważaj kształt piersi
- Korzystaj, luźne, szerokie ubrania. Nie należy nosić dopasowanych ubrań.
- Ważne odpowiednie dobranie rozmiaru
- Pas powinien być zakryty, korzystny przedłużony rękaw i ubranie o opuszczonym pasie.
- Bardzo korzystne połączenie legginsów z długiemi rękawami sweterem.
- Należy podkreślić ramiona, korzystny jest krój prosty od ramion.
- Należy unikać mocno pofalowanych, grubych i o dalekich warstwach tkanin, ponieważ w nich sylwetka wygląda ciężko.
- Nie należy używać poduszki.
- Noszone na zewnątrz długie bluzy, swetry i kurtki połączone ze spodniemi wyszczuplają.
- Na skos białej spódnicy szarem z wydłużonymi rękawami odwrócić uwagę od środkowej, najszerszej części ciała.
- Wycięcie pod szyją podkreśli delikatnie opadający kołnierzyk, korale i szal



Przemiana

